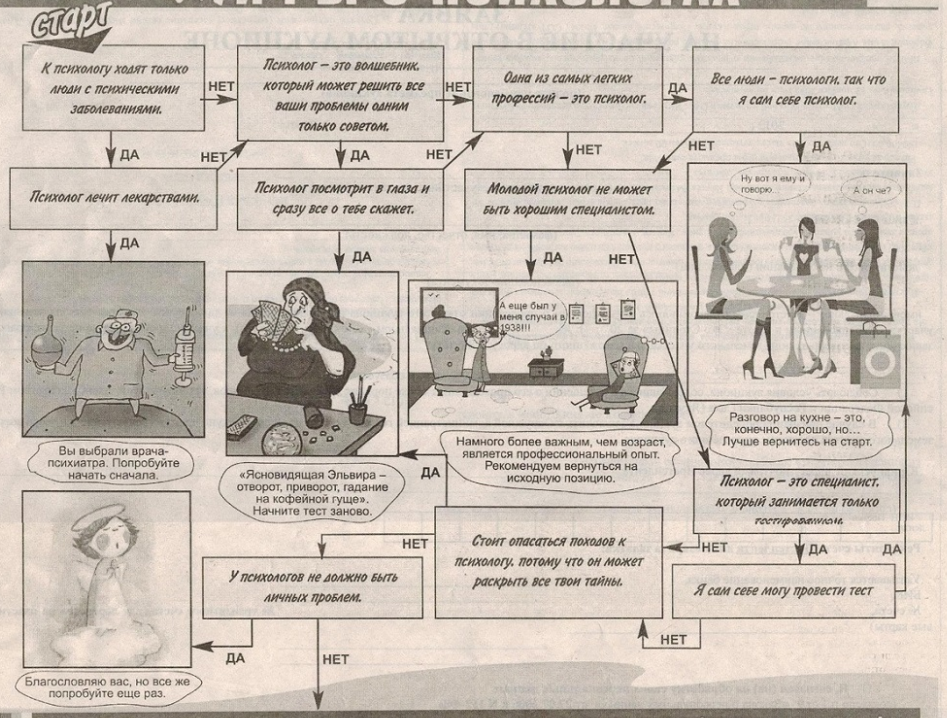
Мифы о психологах (газета "Эхо столицы" 86 от 02.11.2012)

03.03.2015 16:25

МИФЫ О ПСИХОЛОГАХ



Поздравляем! Вы свободны от стереотипов и не верите в мифы о психологах!

На самом деле среднестатистический психолог нашего Центра – человек в возрасте от 23 и старше, имеющий высшее психологическое образование, желающий помочь людям. Профессиональный психолог пользуется этическим кодексом, предполагающим соблюдение конфиденциальности, объективности и индивидуального подхода. Психолог занимается несколькими видами работ, такими как индивидуальное консультирование, тренинги, диагностика, коррекционно-развивающие занятия, просвещение (проведение лекций, семинаров, написание статей, интервью и т.д.). Клиентами психологов являются дети, подростки, их родители (законные представители), а также педагоги. Это одна из сложных, но в то же время интересных профессий, требующих творческого подхода.

Как сделать ребенка внимательным

Предлагаем вам ознакомиться с наиболее популярными приемами развития внимания у детей.

Кто быстрее? Цель: выработка привычных, доведенных до автоматизма действий, подчиненных определенной, четко осознаваемой цели. Время заданий варьируется в зависимости от возраста (младшие школьники – до 15 минут, подростки – до 30 минут).

1. Учащимся предлагается как можно быстрее и точнее вычеркнуть в колонке любого текста какую-либо часто встречающуюся букву, например «О» или «Е». Успешность прохождения теста оценивается по времени его выполнения и количеству допущенных ошибок – пропущенных букв: чем меньше величина этих показателей, тем выше успешность. При этом надо поощрять успехи и стимулировать интерес.
2. Для тренировки переключения и распределения внимания задачу следует изменить: предлагается зачеркнуть одну букву вертикальной чертой, а другую – горизонтальной или по сигналу чередовать зачеркивание одной буквы с зачеркиванием другой. Со временем задание можно усложнять. Например, одну букву зачеркивать, другую подчеркивать, третью – обводить кружком.

Наблюдательность. *Детям предлагается по памяти подробно описать школьный двор, путь из дома в школу – то, что они видели сотни раз. Такие описания младшие школьники делают устно, а их одноклассники дополняют пропущенные детали. Подростки могут делать письменно, а затем сравнить их между собой, а также с реальной действительностью. В этой игре выявляются связи внимания и зрительной памяти.*

Корректура. Ведущий пишет на листе бумаги несколько предложений с пропуском и перестановкой букв в некоторых словах. Ученику разрешается прочесть этот текст только один раз, сразу исправляя ошибки цветным карандашом. Затем он передает лист второму ученику, который исправляет оставленные ошибки карандашом другого цвета. Возможно проведение соревнований в парах.

Самый внимательный. *Участники должны встать полукругом и определить водящего. Водящий в течение нескольких секунд старается запомнить порядок расположения игроков. Затем по звуку гонга отворачивается и называет порядок, в котором стоят товарищи. На месте водящего должны побывать все игроки по очереди. Стоит наградить тех, кто не ошибется. Проигравшие могут спеть им хором песню.*

«Муха». Для этого упражнения требуется доска с расчерченным на ней 9 клеточным игровым полем 3 на 3 и небольшой кусочек пластилина. Пластилин выполняет роль «дрессированной мухи». Доска ставится вертикально, и ведущий разъясняет участникам, что перемещение «мухи» с одной клетки на другую происходит посредством подачи ей команд («вверх», «вниз», «влево», «вправо»), «муха» перемещается соответственно команде на соседнюю клетку. Исходное положение «мухи» – центральная клетка игрового поля. Команды подаются участниками по очереди. Играющие должны, неотступно следя за перемещениями «мухи», не допустить ее выхода за пределы игрового поля. После всех этих разъяснений начинается сама игра. Она проводится на воображаемом поле, которое каждый из участников представляет перед собой.

Если кто-то теряет нить игры или видит, что «муха» покинула поле, он дает команду «стоп» и, вернув «муху» на центральную клетку, начинает игру сначала. «Муха» требует от играющих постоянной сосредоточенности, однако, после того, как упражнение хорошо усвоено, его можно усложнить. Увеличив количество игровых клеток (например, до 16) или количество «мух», в последнем случае команды подаются каждой «мухе» отдельно.

Муниципальное образовательное бюджетное учреждение «Центр психолого-педагогической реабилитации и коррекции для детей и подростков» ГО «г.Якутск»

НАШ АДРЕС: г.ЯКУТСК, УЛ.РЫДЗИНСКОГО 18/5
ПРОЕЗД АВТОБУСАМИ №2, 41, ОСТАНОВКА «МАННЫЫАТТАХ».

Телефон: **43-09-07** **Служба психолого-педагогического сопровождения**
43-09-08 **Психолого-медико-педагогическая комиссия**

e-mail: cpprk_dp@mail.ru
Адрес сайта: http://rc.yaguo.ru/