

Конкурсное испытание

«Мастер-класс»



**«Скорая квалифицированная
помощь подростку:
карта для понимания и
решения проблем»**

Утина Ольга Валерьевна
педагог-психолог ГБОУ «Школа № 1874»

Как расшифровать данную аббревиатуру?

СМП

**Скорая
медицинская
помощь**

Скорая ментальная помощь

СМП





Это Саша



Проблемы во взаимоотношениях с родителями



Трудности в коммуникации со сверстниками



Самооценка, неуверенность в себе (личностные проблемы)



Трудности в учебе и в выстраивании контакта с учителями

Негативные мысли



обижают / подавленность

я им не нравлюсь / раздражение

не справлюсь / тревога

я глупый / злость на себя

=

дезадаптация

Карта решения проблем

КАРТА РЕШЕНИЯ ПРОБЛЕМ

МОЯ ПРОБЛЕМА:

ЧТО Я ЧУВСТВУЮ В СВЯЗИ С ЭТОЙ ПРОБЛЕМОЙ ?

КАК Я ПЫТАЮСЬ СПРАВИТЬСЯ С ПРОБЛЕМОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНО ?

КУДА ИЛИ К КОМУ МНЕ ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ ?

КАКИЕ ЕСТЬ ПРЕГРАДЫ ДЛЯ РЕШЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ ?

ЧТО МНЕ ПРИДЕТСЯ СДЕЛАТЬ ДЛЯ РЕШЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ ?

КАК ИЗМЕНИТСЯ МОЯ ЖИЗНЬ ПОСЛЕ РЕШЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ ?

ИСТОРИЯ О РЕШЕНИИ МОЕЙ ПРОБЛЕМЫ...

Используйте эту карту, чтобы помочь учащимся:

- Понять суть проблемы и пути решения
- Увидеть собственные ресурсы
- Обращать внимание на свои чувства и состояние
- Информировать о ресурсах поддержки
- Планировать действия при разрешении трудностей



Карта решения проблем

Передача опыта решения проблем



ИСТОРИЯ О РЕШЕНИИ МОЕЙ ПРОБЛЕМЫ...(ЗАПОЛНЯЕТСЯ ПО ЖЕЛАНИЮ)

YouTube канал и личный дневник

Автор Сычева Славя, 10 лет

Луна в реальном мире чувствовала себя неуверенно. На это были причины: насмешки и обзывания одноклассников, отсутствие друзей и прочие неприятности реального мира.

И тогда Луна создала для себя свой вымышленный мир, в котором она чувствовала себя очень значимой в окружении объектов SCP.

В этом мире происходило столько невероятных событий, что эмоции переполняли девочку. Все это она записывала в свой дневник.

Однажды к ней в школу пришел молодой сценарист и спросил:

-Робота, у кого из вас хорошая фантазия? Очень нужны свежие идеи для фильма в жанре фэнтези.

Неожиданно для себя Луна подняла руку.

-Я люблю фантазировать! - робко сказала она.

Сценарист был в восторге от ее идей. Он попросил разрешения использовать их в сценарии и посоветовал девочке делиться с другими своими увлекательными историями.

Прошло полгода. Аниме-канал, который создала Луна стал мега-популярен.

Одноклассники приставали к ней теперь с одним вопросом:

-Когда же выйдет твой новый выпуск?



Автор иллюстрации Софья Виктория, 17 лет

Задание 1.

Что из этого причина, а что следствие в повествовании Луны?

1. Чувство неуверенности, чувство незащищенности, отсутствие друзей, насмешки одноклассников

2. Чувство значимости в виртуальном мире, положительные эмоции, повышение уверенности в себе, успех в реальном мире

Результаты встави в таблицу.

Причина	Следствие
1.	
2.	

Задание 2.

Вспомни, в каких ситуациях ты испытывал те же чувства и состояния, что и героиня сказки: неуверенность, незащищенность, яркие эмоции, успех.

Результаты занеси в таблицу.

Чувство, состояние	Ситуация



Пособие «Волшебные перемещения
в миры помощи»

КАРТА РЕШЕНИЯ ПРОБЛЕМ

МОЯ ПРОБЛЕМА:

ЧТО Я ЧУВСТВУЮ В СВЯЗИ С ЭТОЙ ПРОБЛЕМОЙ ?

КАК Я ПЫТАЮСЬ СПРАВИТЬСЯ С ПРОБЛЕМОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНО ?

КУДА ИЛИ К КОМУ МНЕ ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ ?

КАКИЕ ЕСТЬ ПРЕГРАДЫ ДЛЯ РЕШЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ ?

ЧТО МНЕ ПРИДЕТСЯ СДЕЛАТЬ ДЛЯ РЕШЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ ?

КАК ИЗМЕНИТСЯ МОЯ ЖИЗНЬ ПОСЛЕ РЕШЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ ?

ИСТОРИЯ О РЕШЕНИИ МОЕЙ ПРОБЛЕМЫ...

**Позитивные
мысли**



мне помогут

я им нравлюсь

я справлюсь

я умный