**Организаторы марафона:**

**- Муниципальное казенное учреждение «Красноярский информационно-методический центр»;**

**- Муниципальное бюджетное учреждение «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи №9»**

**Партнеры марафона:**

**- КГПУ им. В.П. Астафьева;**

**- ККИПКРО**

**ПРОГРАММА**

**ГОРОДСКОГО ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО**

**МАРАФОНА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

**«СТОП СТРЕСС!»**



**Дата:** 15 ноября 2023 год

**Формат:** онлайн, платформа – Сферум

**Время:** 10.00 – 14.00

**Ссылка для подключения:**

[**https://sferum.ru/?p=messages&join=U55OaVs8VCMzQVGX2AIKmWR6v9fgKFcO6QE=**](https://sferum.ru/?p=messages&join=U55OaVs8VCMzQVGX2AIKmWR6v9fgKFcO6QE=)

|  |  |
| --- | --- |
| **Время** | **Название** |
| 10:00-10:10 | ***Открытие марафона***  ***Сидоренко Оксана Александровна,***  ***кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой общей и специальной педагогики и психологии ККИПКРО*** |
| 10.10-10.30 | ***Реагируем вовремя! Признаки острого стресса***  ***Ведущий: Буглеева Татьяна Валентиновна, старший преподаватель кафедры общей и специальной педагогики и психологии ККИПКРО, педагог-психолог МБУ ЦППМиСП №9***  ***Модератор:*** *Яковлева Галина Сергеевна, заместитель директора МБУ ЦППМиСП № 9*  *Аннотация: В ходе работы рассмотрим основные источники стресса у детей и подростков, факторы риска и маркеры психической травматизации, а также обсудим стратегии помощи ребёнку в ситуации острого стресса.* |
| 10:30-11:30 | ***Экзамены: как поддержать ребенка***  ***Ведущий: Терентьева Анастасия Андреевна, педагог-психолог МАОУ «Средняя школа № 82», победитель регионального этапа конкурса профессионального мастерства «Педагог-психолог года-2023»***  ***Модератор:*** *Свиридова Татьяна Владимировна, методист МКУ КИМЦ*  *Аннотация: Приглашаем к разговору о том, как поддержать ребенка при подготовке и сдаче экзаменов. Поговорим об эмоциональном настрое как ребенка, так и родителя. Рассмотрим приемы и методы для психологической подготовки к экзаменам, способы помощи ребенку в ситуации экзаменационного стресса.* |
| 11:30-12:30 | ***В семье развод***  ***Ведущий: Юрков Дмитрий Владимирович, директор МБУ ЦППМиСП «ЭГО»***  ***Модератор:*** *Свиридова Татьяна Владимировна, методист МКУ КИМЦ*  *Аннотация: Обсудим, как минимизировать риски психологической травматизации ребёнка при разводе родителей, возрастные особенности психики ребёнка, связанные с его пониманием и оценкой происходящей в семье ситуации при разводе. Поговорим о том, как разные психологические типы детей, по-разному воспринимают и интерпретируют факт развода родителей. Разберём эффективные техники коммуникации с детьми в стрессовых ситуациях и возможность конструктивного взаимодействия супругов при разводе, основных договоренностей, касающихся воспитания детей между ними после развода.* |
| 12:30-13:30 | ***На ступень выше: переход детей в 1, 5, 10 классы***  ***Ведущий: Эгле Евгений Сергеевич, педагог-психолог, руководитель социально-психологической службы МАОУ СШ № 150***  ***Модератор:*** *Яковлева Галина Сергеевна, заместитель директора МБУ ЦППМиСП № 9*  *Аннотация: Приглашаем к разговору о том, что требуется ребёнку для успешной адаптации на разных ступенях обучения и какую помощь в развитии навыков адаптации могут оказать родители. Рассмотрим психологические особенности возраста детей, обучающихся в 1, 5 и 10 классах, какие задачи они решают в этот период. Поговорим про варианты сепарации и влиянии родителей в разные периоды жизни ребёнка. Мы предлагаем познакомиться и освоить практики эффективной коммуникации и рассмотреть стратегии поведения в спорных ситуациях.* |
| 13:30-14:30 | ***Подростковое одиночество***  ***Ведущий: Сафонова Марина Вадимовна, кандидат психологических наук, доцент кафедры педагогики и психологии начального образования КГПУ им. В.П. Астафьева, главный внештатный педагог-психолог Красноярского края***  ***Модератор:*** *Яковлева Галина Сергеевна, заместитель директора* *МБУ ЦППМиСП № 9*  *Аннотация: Обсудим, какие причины вызывают у подростков ощущение «я один во Вселенной». Разберемся в позитивных и негативных аспектах подросткового одиночества. Поговорим о том, как помочь подростку справиться с этим переживанием и укрепить доверительные отношения.* |
| 14:30 | ***Закрытие Марафона.***  ***Буглеева Татьяна Валентиновна, старший преподаватель кафедры общей и специальной педагогики и психологии ККИПКРО, педагог-психолог МБУ ЦППМиСП №9*** |