**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*** |