**ЛЕКЦИЯ:**

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ**

**ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВОЖАТОГО (2 ч.)**

Психолого-педагогическая деятельность вожатого. Предполагает формирование у обучающихся основ знаний психолого-педагогической работы с детьми, в том числе знаний о специфике развития личности ребенка, детских возрастных особенностях, закономерностях становления детского коллектива, проблемах межличностного общения, о возникновении и преодолении межличностных и групповых конфликтов, эмоциональных состояниях детской психики.

**ОСОБЕННОСТИ ВОЗРАСТНОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ.**

На характер взаимоотношений вожатого и его воспитанников оказывает большое влияние уже их первая встреча. Здесь срабатывает известный в психофизиологии механизм первого предъявления. Как воспримут дети своего воспитателя, вожатого с самого начала, каким его увидят, понравятся ли они друг другу — от этого во многом зависит успех их будущей совместной жизни и деятельности.

Следовательно, прежде всего педагог должен знать половозрастные психологические особенности детей.

**Особенности работы с детьми младшего школьного возраста.**

**Прогнозируемые трудности в работе с младшими отрядами и варианты решения.**

**Методические рекомендации по работе.**

Загородный лагерь посещают дети, начиная с шести-семилетнего возраста. Уезжая в лагерь, младшие школьники нередко впервые на такой большой срок расстаются с близкими людьми, с привычными условиями, нуждаются в особой заботе взрослых. Они очень непосредственны в проявлении своих чувств: одни быстро привыкают к новым обстоятельствам и новому окружению, к коллективной жизни, другие становятся замкнутыми, плохо едят и плохо спят, часто плачут. И тем, и другим, особенно на первых порах, просто необходима поистине материнская забота: напомнить о необходимости сменить одежду, помочь навести в тумбочке порядок, перед сном поправить одеяло, прошептать ласковые слова и просто погладить по голове.

Дети этого возраста отличаются подвижностью, любознательностью, большой активностью и непоседливостью. Они не могут долго задерживать внимание на каком-либо предмете, мысли, поэтому время их занятий одним видом деятельности должно быть коротким. Ребята не воспринимают длинные рассуждения, чтение нотаций — они просто очень быстро переключаются и перестают слышать, вникать в то, что говорит взрослый. Дети этого возраста любят играть, причем игровой сюжет они воспринимают очень серьезно, отождествляя себя с выдуманным героем, переживая искренне все события игрового действия.

Опыт коллективной деятельности у младших школьников невелик, стремление к самостоятельности не подкрепляется нужными умениями, поэтому вожатому важно научить детей действовать сообща, заботиться друг о друге, быть добрыми, внимательными как друг к другу, так и к старшим.

В работе с детьми младшего школьного возраста взрослому необходимо быть и инициатором (придумывать все), и организатором, и руководителем (раздавать поручения и контролировать их выполнение), и исполнителем, и их помощником. Но при всем этом необходимо помнить о стремлении детей к самостоятельности. Их всему надо учить, поменьше ругать, побольше хвалить при всех. Детям именно этого возраста больше чем кому-либо необходимо чувствовать себя нужными и защищенными.

**Особенности работы с детьми подросткового возраста.**

**Прогнозируемые трудности в работе с подростками и варианты решения.**

**Методические рекомендации по работе со школьниками подросткового возраста.**

Младшие подростки **(10-12)** более самостоятельны и не нуждаются в постоянной опеке взрослых. Они обычно активны и жизнерадостны, охотно поддерживают товарищеские отношения. Дети этого возраста более всего ценят в окружающих физическую силу, ловкость, быстроту, верность дружбе, им бывает важно проявить себя. Именно в этом возрасте они стараются объединиться в микрогруппы: мальчики — девочки. Причем, как правило, эти два «лагеря» соперничают друг с другом.

Психологи отмечают у детей этого возраста большой интерес к окружающему миру, любознательность. Они все умеют, хотят и пытаются сделать: сочинять, петь, рисовать и др. И здесь вожатому важно не подавить их активности неосторожным замечанием или оценкой. Любое отрицательное, пренебрежительное отношение, особенно проявленное старшими публично, очень ранит младших подростков.

Младшие подростки тоже любят играть, но их игры приобретают уже другой характер — часто соревновательный. Победу и поражение они переживают очень эмоционально, долго не могут успокоиться, переключиться. Поэтому вожатому надо быть максимально внимательным и справедливым при подведении итогов, обсуждении и анализе дела в целом. Ребята этого возраста еще не умеют сдерживаться в проявлении эмоций, мальчики часто могут выяснять свои взаимоотношения в потасовках. Повод для подобных случаев может оказаться совершенно незначительным, поэтому не всегда взрослому следует безоговорочно защищать одного и публично обвинять другого, иногда это только обостряет конфликт. Девочки же подчас дольше носят обиды, жалуются на подруг, ищут защиты у старшего от действительных или мнимых обидчиков.

Особенно благоприятно время в лагере для развития у младших подростков трудовых умений и навыков. Здесь без помощи старших надо следить за своей одеждой, дежурить, убирать территорию и др. Вожатому необходимо чаще напоминать и учить, как все лучше сделать.

Ребята этого возраста с удовольствием занимаются в различных творческих кружках, любят конкурсы, викторины, смотры и др.

**Средний подростковый возраст**

У ребят в этом возрасте происходит интенсивное формирование самосознания, развивается интеллект, ярче проявляется склонность к занятиям определенного вида: спорт, рисование, техника, музыка, танцы и др. В отрядах подростков ярче проявляется разделение на лидеров и «всех остальных». К сожалению, иногда вожатые в своей работе опираются лишь на лидеров, другим же во всех делах отводится роль исполнителей. А это нередко приводит к конфликтам между детьми. В этом возрасте почти каждый ребенок хочет быть лидером хоть в каком-нибудь деле.

Воспитанники этой возрастной группы обычно уже владеют организаторскими умениями, опытом коллективной деятельности, поэтому им можно доверять самостоятельное проведение тех или иных дел. В большинстве случаев старших целесообразнее не контролировать и опекать, а лишь ненавязчиво высказывать свое мнение, советовать.

Отношения между мальчиками и девочками начинают приобретать новый характер (особенно это проявляется у девочек). Они начинают кокетничать, избирательно относиться друг к другу, проверять, какое впечатление производят их действия и слова. Мальчики могут бравировать своей силой, смелостью, чтобы обратить на себя внимание, могут задираться, грубить и даже обижать девочек. Те, в свою очередь, могут начать громко обсуждать чьи-либо достоинства или недостатки, не к месту громко смеяться. От вожатого требуется проявление большого педагогического такта в формировании внутриколлективных отношений.

Необходимо помнить и о том, что ребята этого возраста эмоционально менее устойчивы, возможны неожиданные перепады настроения. Они любят соревноваться, фантазировать, устраивать вечера, концерты. Для них важно быть замеченным в коллективе сверстников и отмеченным похвалой старшего.

**Особенности работы с детьми старшего школьного возраста.**

**Прогнозируемые трудности в работе с ними и варианты решения. Методические рекомендации по работе со старшими школьниками.**

Старшие подростки полны стремления самостоятельно решать вопросы своей жизни и деятельности в отряде и лагере. Совершенно не переносят мелочной опеки. Они будут выполнять режим, организовывать и участвовать в различных делах, помогать другим, но только тогда, когда убедятся в необходимости и значимости своей деятельности. Воспитанники этой возрастной группы владеют многими организаторскими способностями, имеют немалый опыт общественной жизни, у каждого из них определился более или менее постоянный социальный статус. Зачастую многие из этих подростков уже не одно лето проводят вместе, что имеет свои положительные и отрицательные стороны.

Ребята старших отрядов любят спорить, обсуждать серьезные проблемы, их интересы ярче дифференцируются. Как правило, они являются организаторами многих общих для всего лагеря дел. У старших подростков, особенно в условиях загородного лагеря, когда нет рядом родителей и они не чувствуют себя детьми, ярко проявляется стремление доказать свою самостоятельность, независимость, отстоять свои права. И поскольку их жизненный опыт еще недостаточен, им бывает трудно разобраться в той или иной ситуации, отсюда несправедливость, категоричность, излишняя прямолинейность суждений, а иногда и эмоциональная жесткость. Они хотят отношений со взрослыми «на равных», ревниво относятся к мнению о себе, хотя внешне этого могут и не показывать.

В старших отрядах еще ярче проявляются отношения симпатии и антипатии между мальчиками и девочками. Иногда начинается первая любовь. Проблемы взаимоотношений «с ним» или «с ней» могут занимать все мысли ребят, и все их поступки могут объясняться только этим. Взрослым ко всему этому необходимо относиться очень серьезно. Основа взаимоотношений взрослых и старших подростков — взаимное уважение и доброжелательность. Но хорошее знание возрастных особенностей — это лишь предпосылка успеха в работе.

**СОЦИАЛЬНЫЙ СТАТУС РЕБЕНКА В КОЛЛЕКТИВЕ.**

Прежде чем преступите к работе с детьми, необходимо четко представить себе социальный, физический и психологический (возрастной) статус современного ребенка, приехавшего на отдых в детский оздоровительный лагерь, а также иметь представление об объективных трудностях, возникающих в работе с тем или иным возрастом, и способах преодоления этих трудностей.

Существует множество классификаций детей: педагогические, социальные, медицинские и т.п. Мы рассмотрим такую классификацию, которая наиболее приближена к вожатской деятельности.

**АКТИВИСТ.**

Эти дети сразу же бросаются в глаза. Они стараются скорее познакомиться со всеми вожатыми, быстро находят тему для разговора и без стеснений общаются со всеми ребятами из отряда. Эти дети всегда в первых рядах, какое бы дело ни задумывалось. Но как только они теряют интерес к нему – бросают. Нередко они обладают всеми качествами лидера и создают вокруг себя своеобразное ядро. Активисты оказывают сильнейшее воздействие на отряд и могут при определенных обстоятельствах создать группировку негативного настроения.

Эти дети также требуют постоянного внимания вожатого, потому что должны все время чувствовать, что их деятельность оценивается по достоинству. Главное не перехваливать их, и не делать из них «любимчиков».

**ЛИДЕР.**

По сути дела, это активист, у которых повышено чувство ответственности не только за себя, но и за других. В отличии от Активиста, Лидер всегда доведет начатое дело до конца. Часто они могут оставаться в стороне, так как могут организовать работу, привлекая других – создать им ситуацию «успеха». Но не стоит забывать, что и эти ребята приехали в лагерь отдыхать – отдыхать не только от школы, но и от своего лидерства. При умелом педагогическом руководстве Лидеры могут стать хорошими помощниками вожатого.

**ОБЫЧНЫЙ РЕБЕНОК**

Эти дети составляют большинство отряда. Они в меру активны, стараются добросовестно выполнить поручение вожатого, однако при возможности могут и отлынить от общих дел. Они не спешат откликнуться на призыв вожатого участвовать в том или ином деле, однако добровольно скоро соглашаются. Это дети, у которых нет особых проблем во взаимоотношениях со сверстниками. Они вполне самостоятельны, поэтому, доверяя им какое-нибудь дело, можно не волноваться за его выполнение. От вас потребуется только несколько подсказок, направляющих мысли подопечных в нужное русло.

Дети данной категории иногда шалят, хулиганят. Зачастую это происходит только потому, что ребенок вовремя не подумал о последствиях своего поведения или просто заигрался, перевозбудился. В целом с такими детьми довольно легко ладить.

Так как обычные дети составляют большинство отряда, то вожатому надо научиться, прежде всего, работать с ними. Данные дети не так откровенны, как активисты. Им требуется больше времени для того, чтобы привыкнуть к вам, научиться доверять вам. Если этого не произойдет, то дети уже с середины смены начнут уезжать из лагеря.

**ДОМАШНИЙ РЕБЕНОК.**

Эти дети потребуют от вас особого внимания, поскольку плохо приспосабливаются к новым условиям, нередко капризны и эгоистичны. Иногда они настолько привыкают в семье к всеобщему обожанию и любви, что начинают и в лагере требовать от окружающих такого же отношения к себе. С другой стороны, эти нередко застенчивы. Любое неостороженное слово вожатых или соотрядовцев способно вызвать у них настоящую истерику. Если такой ребенок обладать музыкальными или изобразительными способностями, то вам будет проще с ним работать, так как его можно приобщить к данной деятельности в отряде. Если же домашний ребенок не отличается явной склонностью к какому-либо занятию, то вам придется его постоянно развлекать, втягивать в отрядные дела.

Активная деятельность необходима этому ребенку потому, что она на какое-то время заглушает его тоску по дому. Такой ребенок настолько привязан к дому, что даже если ему и понравится лагерная жизнь, нет верности, что он не постарается покинуть лагерь в первый же приезд родителей.

Постарайтесь, чтобы у такого ребенка обязательно появились друзья. Иногда в лагере домашние дети очень сильно страдают от одиночества, поскольку не способны самостоятельно найти общий язык с окружающими. Как правило, дома они привыкли большей частью общаться со взрослыми. В школе у них также мало друзей. Они иногда просто не знают, как подойти к сверстникам, да еще и незнакомым.

**«ТОРМОЗ»**

К счастью, подобных детей в отряде бывает не так уж и много. Это совершенно нормальные, только очень медлительные дети. Им требуется больше времени, чтобы разобраться в той или иной ситуации, понять, чего от них хотят. На первых порах вам придется постоянно смотреть за тем, чтобы этот ребенок нигде не отстал и не потерялся, вовремя приходил в отряд, долго не задерживался в столовой. Вам придется удвоить внимание во время выхода отряда за территорию лагеря. Старайтесь, не затрагивая самолюбия ребенка, незаметно подгонять его.

Нередко такие дети очень усидчивы, поэтому с удовольствием занимаются лепкой, рисованием, делами, не требующими особой спешки.

Следует отметить, что очень часто в отряде подобный ребенок становится так называемым «козлом отпущения». Ребята смеются над его неповоротливостью, дразнят, не желают брать в команду во время подвижных игр. Поэтому параллельно вам необходимо проводить работу с отрядом. Объяснить ребятам, что каждый человек отличается определенными качествами, все мы не похожи друг на друга. А самому вожатому при общении с таким ребенком очень важно избавиться от негативизма и постараться найти в нем что-то хорошее.

**«ОДИНОКИЙ ВОЛК»**

Эти дети тихи и незаметны в отряде. Они молчаливы, замкнуты, постоянно думают о чем-то своем. Нередко они не имеют друзей, поскольку и не стремятся к сближению с другими детьми. Ребенок не желает участвовать в общих развлечениях, несмотря на уговоры, в лучшем случае следит из своего угла за тем, как развлекается другие. Кроме того, такого ребенка сложно втянуть в беседу, он не поддерживает разговор и на все вопросы отвечает односложно. Случается, что такие дети надолго исчезают из отряда, причем никто не знает, куда они направились.

Иногда ребенок становится таким только потому, что ему скучно в отряде, и тогда он слоняется по лагерю в надежде найти себе развлечение. иногда ребенок выступает в роли «одинокого волка» потому, что он устал быть у всех на виду. Это случается с детьми, которые две-три, а то и четыре смены вынуждены проводить в лагере. В такой ситуации апатия вполне естественна: здесь и усталость, и тоска по дому, и обыденность, поскольку по большому счету все мероприятия в лагере повторяются.

**ИЗГОЙ**

Случается, что в отряде тот или иной ребенок по какой-то, на первый взгляд, невидимой причине не принимается другими детьми. Как правило, это происходит в том случае. Если ребенок чем-то отличается от других детей: например, имеет физический недостаток, дурные манеры поведения, не умеет общаться и т.п.

Конечно же изгой, - это серьезная проблема для вожатого. Появление такого ребенка в отряде нередко создает множество непринятых моментов, как для взрослого, так и для самого ребенка. Но в любом случае вы должны постараться помочь такому ребенку, так как он не в состоянии самостоятельно разрешить свои проблемы.

**«ТРУДНЫЕ ДЕТИ»**

Обычно в эту категорию попадают педагогически запущенные (невоспитанные) дети. Как правило, эти отстают от своих сверстников в интеллектуальном развитии, их отличает бедность словарного запаса, узость кругозора и интересов, они не любят трудиться, не могут заставить себя делать то, что кажется им неинтересным. «Трудные дети» более других склонны к нарушению дисциплины и порядка, к конфликтам со взрослыми и сверстниками, к воровству, бродяжничеству, вандализму, употреблению алкоголя, курению и т.п. Они легко возбудимы и агрессивны.

Н.Вайзман выделяет три группы «трудных детей».

**К первой группе** он относит «психически неустойчивых детей, которые по физическому и половому развитию отстают от сверстников». Они бурно реагируют на любые запреты, склонны к нарушению дисциплины, антиобщественным поступкам.

**Ко второй группе** относятся подростки «с ускоренным половым развитием, с повышенной возбудимостью и агрессивностью». Они бурно реагируют на любые запреты, склонны к нарушению дисциплины, антиобщественным поступкам.

**К третьей группе** относятся дети, у которых «преобладает расторможенность влечений». Они склонны к бродяжничеству, употреблению алкоголя, наркотиков, проявлению сексуальности. Чаще всего они из семей, где родители ведут асоциальный образ жизни, где постоянны конфликты, а отсюда – злобность, жестокость, раздражительность.

Определенные трудности создают дети, которые в энный раз приехали в лагерь. у них более раскованное поведение, они склонны противопоставлять себя новичкам. Их всезнайство, воспоминания о том, как было раньше, постоянное сравнение, навязывание вожатым «старых» порядков в некоторой степени раздражают, вызывают неприязнь создают помехи в общей работе отряда. Настоящим крахом надежд и мечтаний таких детей становится повторяемость дел и мероприятий, которые кочуют из одного плана работы в другой на протяжении многих лет существования детского оздоровительного лагеря. В данном случае опытный вожатый оказывается в неприятной ситуации.

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ ВОЗНИКНОВЕНИЯ КОНФЛИКТОВ И СПОСОБЫ ИХ РАЗРЕШЕНИЯ. ТИПОЛОГИЯ КОНФЛИКТОВ В ДЕТСКОМ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ЛАГЕРЕ.**

**ТИПОЛОГИЯ КОНФЛИКТОВ** **В ДЕТСКОМ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ЛАГЕРЕ**

**Конфликты в системе «взрослые - взрослые»:**

вожатый - администрация;

вожатый - родитель;

вожатый - вожатый.

**Конфликты в отношениях** **«вожатый - администрация»**

Конфликты в отношениях «вожатый - администрация» чаще всего возникают из-за нарушений норм жизнедеятельности ДОЛ (как вожатыми, так и детьми), невыполнения должностных обязанностей, требований администрации и т. п.

Возможные варианты предупреждения и разрешения данного типа конфликтов:

- четкое знание своих функциональных обязанностей;

- обращение за консультацией к более опытным вожатым, методистам;

- неэмоциональный анализ ситуации, объективная рефлексия;

- компромиссный подход к разрешению ситуации;

- демонстрация неагрессивного и непротестного поведения во взаимодействии с представителями администрации.

- наличие четких договорных отношений (подписанный договор).

**Конфликты в отношениях** **«вожатый - родитель»**

Конфликты и проблемы в отношениях «вожатый - родитель» чаще всего связаны с претензиями к детям со стороны вожатых (например, они не выполняют элементарные требования и нормы, проявляют агрессию и т. д.), с претензиями родителей к вожатым из-за поведения детей (недостаточное внимание уделяется индивидуальным запросам ребенка, плохо организована жизнедеятельность детей и т. п.).

Возможные варианты предупреждения и разрешения данного типа конфликтов:

- правильно выстраивать общение с родителями (умение выслушать, не проявлять агрессию, не предъявлять сразу весь комплекс претензий, не обвинять родителей в плохом воспитании ребенка и т. д.);

- четко сформулировать собственные требования к деятельности и поведению ребенка, без обвинения его на личностном уровне;

- правильно объяснить родителям, дать им понять суть сформулированных педагогических требований;

- привлекать в случае необходимости «независимого третьего» из администрации, но не развивая при этом конфликт вширь, а совместными усилиями осуществляя поиск наиболее продуктивного решения.

И просто учесть, что все родители: а) хотят, чтобы их дети не «испортились» после лагеря; б) надеются, что их дети за период оздоровительной смены не будут обделены индивидуальным вниманием; в) хотят слышать, что их ребенок очень хороший; г) желают, чтобы дети просто нормально отдохнули.

**Конфликты в отношениях** **«вожатый - вожатый»**

Конфликты в отношениях «вожатый - вожатый» обычно возникают из-за следующих типичных проблем: конкуренция лидеров в вожатском отряде; разница темпераментов, которая может восприниматься как лень или нерешительность; лень одного из вожатых в отряде (нежелание работать); недостаточное освоение вожатым элементарных основ своей профессиональной деятельности; конкуренция за любовь детей или потребность одного из напарников быть «хорошим» для детей и вследствие этого его нетребовательность по отношению к детям, когда требования вынужден предъявлять только один из вожатых; ревность к успешности напарника; разные представления о сущности вожатской работы и т. п.

Возможные варианты предупреждения и разрешения данного типа конфликтов:

- четкое распределение профессиональных обязанностей между напарниками-вожатыми;

- изменение пары вожатых в отряде по сезонам, предоставление возможности попробовать себя в разных социально-профессиональных ролях;

- везде и всегда помнить, что мнение может быть у каждого свое и каждый имеет потребность быть успешным.

**Типы конфликтов** **в системе «взрослые - дети»**

Конфликты в системе «взрослые - дети» включают в себя следующие типичные случаи:

- «вожатый - ребенок»;

- «администрация - ребенок»;

- «обслуживающий персонал - ребенок».

**Конфликты в отношениях** **«вожатый - ребенок»**

Конфликты в этой сфере отношений происходят чаще всего по следующим причинам: а) нарушение дисциплины; б) невыполнение ребенком поручений; в) неумение детей жить в коллективе; г) разница темпераментов и т. д.

Возможные варианты предупреждения и разрешения данного типа конфликтов:

- не следует каждое происшествие возводить в статус конфликта. Каждая проблемная ситуация приносит какую-то пользу, должна чему-то научить и вожатого, и ребенка. Важно учиться видеть потенциал каждого растущего человека;

- укрепление положительного эмоционально-психологического климата в отряде. Проведение «междусобойчиков», появление традиций отряда цементируют коллектив и снижают количество конфликтов.

**Конфликт в отношениях** **«администрация - ребенок»**

Принимая то или иное педагогическое решение по выходу из возникшего конфликта, администратору необходимо помнить, что мы, взрослые, уже повзрослели, а ребенок - развивающаяся личность, и этой личности нельзя нанести вред.

**Конфликт в отношениях** **«обслуживающий персонал - ребенок»**

Как и любой другой, конфликт в отношениях «обслуживающий персонал - ребенок» необходимо решать с учетом требований общечеловеческой и профессиональной этики, но с максимальной педагогической пользой для ребенка. Взрослым следует всегда помнить, что эффективно управлять конфликтом - это значит «пошагово» искать благоприятные способы его разрешения.

**Конфликты в системе «дети - дети»**

Конфликты этого типа включают в себя следующие разновидности:

- «ребенок - ребенок»;

- «ребенок - группа»;

- «группа - группа» (наиболее распространенный случай - группировки в отряде).

Большинство конфликтов в данной системе может быть обусловлено следующими причинами: возрастными особенностями (возрастной психологический кризис, гормональный взрыв и т. п.), неадекватной самооценкой (вследствие этого, например, неоправданные амбиции), конкуренцией, борьбой лидеров и т. д.

Возможные варианты педагогических действий по предупреждению и разрешению конфликтов в данной системе отношений:

- как можно скорее остановить конфликт, развести противников в разные стороны;

- поддерживать «слабого» в обострившейся конфликтной ситуации;

- учить детей продуктивно разрешать конфликты;

- минимизировать число участников конфликта;

- максимально загружать деятельностью;

- своевременно разрешать мелкие недоразумения, не давая им возможности перерасти в конфликт;

- постараться найти «нишу» для каждого лидера;

- создать коллективу общую ситуацию успеха.

**Логика развития смены:** **особенности разрешения конфликтов** **в кризисные периоды**

Периодизация смены в детском оздоровительном лагере включает в себя следующие основные периоды:

1. Организационный.

2. Основной.

3. Итоговый.

**Кризисные (конфликтные) периоды** **в жизнедеятельности** **детского оздоровительного лагеря**

В многочисленных психолого-педагогических исследованиях многократно доказано, что, несмотря на психологически благополучный педагогический коллектив ДОЛ, интересно организуемую жизнедеятельность детей, у них во время проживания там всё же наступают определенные кризисные периоды, обусловленные спецификой самого пребывания в ВДК.

|  |  |
| --- | --- |
| **Кризисные периоды пребывания в ВДК** | **Поведение вожатых** |
| Первый кризисный период можно обозначить как «**пик трудности**». Он обычно приходится на 3 – 4-й дни и выражается в конфликтности детей. | Постарайтесь не обострять ситуацию, будьте внимательней к детям, мягче в общении с ними. |
| Второй кризисный период — «**пик привыкания**» — выпадает, как правило, на середину смены и характеризуется снижением интереса у детей к жизнедеятельности в ДОЛ, развитием равнодушия к занятиям и поручениям и т. п. | Запланируйте на этот период больше интересных дел, сюрпризов и неожиданных занятий (встреча рассвета, утренняя рыбалка, день сюрпризов и розыгрышей и т.д.) |
| Третий период — «**пик усталости**» — наступает перед концом смены. Дети уже стали уставать от жизни в большом коллективе, у них возрастает раздражительность и конфликтность. | Запланируйте больше игр, спортивных соревнований, если возможно — плавания. |

**Способы снижения психологической напряженности** **в кризисные (конфликтные) периоды пребывания детей в оздоровительном лагере**

Наиболее эффективные способы разрешения конфликтов и снижения эмоционально-психологической напряженности в кризисные периоды пребывания детей в оздоровительном лагере сегодня описывают многие ученые и педагоги-практики. Всю возможную совокупность такого рода способов можно свести к трем основным группам:

1. Аудиовизуальный способ. Общеизвестно, что определенные звуки голоса, тон и визуальный контакт снижают напряжение. Если голос начинает звучать тише - это дает сигнал к спокойствию. Кроме того, существенную роль играет разница в тоне и скорости речи. Если голос понижается, коммуникация становится менее категоричной, что невольно заставляет успокоиться.

2. Кинестетический способ (движения, положение тела). Желательно, чтобы в периоды возникновения напряженности движения вожатых были предсказуемыми и точно рассчитанными, а не нервными и резкими. В ситуации конфликта фактически у любого человека возникает естественная потребность быстрее передвигаться, осуществлять резкие движения, но именно тогда вожатому или любому психологически подготовленному педагогическому работнику оздоровительного лагеря необходимо сознательно, с волевым усилием замедлить движения, свести жестикуляцию к минимуму, то есть продемонстрировать максимально спокойное поведение.

3. Вербальный способ. Вступая в речевой контакт с наиболее раздраженными детьми, необходимо сказать им что-то нейтральное или эмоционально положительное (может быть, упомянуть о том, чем они недавно успешно занимались), а затем ненавязчиво, косвенно, исподволь подсказать им наиболее адекватный способ конструктивного поведения, а значит, и следующий шаг коммуникативных действий.

**Профилактика конфликтов в детском оздоровительном лагере**

Наиболее педагогически продуктивным подходом к созданию системы профилактики конфликтов в детском оздоровительном лагере или на определенных этапах развития лагерной смены является формулировка в организационный период смены предельно четких норм жизнедеятельности в отряде, которые касаются не только соблюдения режимных моментов, но и взаимоотношений в отряде. Обозначенные правила и нормы должны не забываться и выполняться. Всё это зависит от последовательности выдвижения педагогических требований вожатых, от того насколько они не «забывчивы», последовательны, принципиальны в своих требованиях к детям, насколько они сами нацелены на то, чтобы пунктуально выполнять установленные нормы.

К таким общепризнанным нормам и правилам, выведенным из педагогической практики, можно сегодня отнести:

- недопустимость физической и вербальной агрессии (вожатый должен быть гарантом не только физической, но и эмоциональной безопасности детей);

- нравственный запрет на осмеяние любых предложений товарищей;

- необходимость соблюдения строгой конфиденциальности (информацию о конкретных детях не нужно «выплескивать» за пределы конкретного отряда, делать ее источником досужего обсуждения - она должна оставаться внутренним достоянием «отрядной семьи»).

Кроме обозначенных, общепризнанных сегодня правил вожатые могут предложить отряду совместно выработать собственные нормы и правила, регулирующие контекст их общей жизнедеятельности.

**Стресс у вожатого. Синдром профессионального выгорания.**

**Методы релаксации - и как с ним бороться**

Синдром эмоционального выгорания – представляет собой состояние эмоционального, умственного истощения, физического утомления, возникающее в результате хронического стресса на работе. Синдром эмоционального выгорания рассматривается как результат неблагоприятного разрешения стресса на рабочем месте.

**В ЧЕМ ПРИЧИНА ВЫГОРАНИЯ?**

Эмоциональное выгорание — это выработанный личностью механизм психологической защиты в форме полного или частичного исключения эмоций в ответ на психотравмирующие воздействия. Эмоциональное выгорание представляет собой стереотип эмоционального, чаще всего профессионального проведения. «Выгорание» — отчасти функциональный стереотип, поскольку позволяет человеку дозировать и экономно расходовать энергетические ресурсы. В го же время могут возникать и дисфункциональные следствия, когда «выгорание» отрицательно сказывается на исполнении профессиональной деятельности и отношениях с партнерами (под термином «партнер» понимается субъект профессиональной деятельности, в педагогической деятельности это дети). Начнем с того, что наша нервная система имеет некоторый «лимит общения», то есть за день человек может уделить полноценное внимание лишь ограниченному количеству людей. Если их число больше, неизбежно наступает истощение, а со временем и выгорание. Такой же лимит существует и в отношении других психических процессов (восприятия, решения задач, внимания). Этот предел очень подвижен и зависит от тонуса нервной системы, который снижает плохое настроение, когда «блекнут краски дня», а также нерешенные проблемы, недосыпание и множество других причин.

Кроме того, мы привыкли к тому, что процесс общения с людьми обоюдный, и за каждым позитивным посылом следует отклик: благодарность, усиление внимания, уважение. Однако дети далеко не всегда способны на такую отдачу. Бывает, что усилия «вознаграждаются» только равнодушным молчанием, невниманием, враждебностью, неблагодарностью, а то и стремлением извлечь выгоду в ущерб тому, кто «отдает себя». И когда сумма таких неудач накапливается, развивается кризис самооценки и профессиональной мотивации.

**КОНСТРУКТИВНЫЕ МЕТОДЫ БОРЬБЫ С ВЫГОРАНИЕМ**

Существуют и позитивные методы, которые позволяют сгладить или вообще избежать выгорания – без отчуждения и конфликтов. В первую очередь можно использовать богатый арсенал психотерапии и всевозможных психотренингов и игротехник. По существу «игры для взрослых», которые обостряют внимание, повышают работоспособность, способствуют сближению вожатых. Чаще всего используются ролевые игры, тренинг толерантности (терпимости к раздражающим факторам), ситуативный тренинг, просто вечерние вожатские посиделки.

Самосовершенствование остается, пожалуй, самым эффективным средством избежать выгорания. Человека стимулирует и нацеливает на успех в работе даже не столько приобретение новых знаний и освоение технологий, сколько «преодоление себя». Поэтому очень важно почувствовать этот переход на новый уровень, освоение промежуточных ступеней, особенно если на память о «преодолении» остается какой-то символ: свидетельство, диплом, награда, сувенир. Кроме того, это сглаживает так называемую «профессиональную деформацию личности».

Еще один стимул – конструктивная оценка. Взрослые, как и дети, нуждаются в том, чтобы их работу кто-то оценил. В случае с вожатыми в первую очередь желательно отмечать справедливость, уважительное отношение к детям, творческий подход, способность заинтересовать аудиторию, стремление к сотрудничеству, а не противостоянию с детьми.

Другой способ избежать выгорания – новизна. Смена деятельности, введение технических новшеств, обновление программы может оказаться весьма продуктивным средством.. Снизить монотонность помогает обогащение работы и создание сверхзадачи. Что такое сверхзадача, хорошо иллюстрирует притча о трех строителях, один из которых «тащил проклятую тачку», другой «зарабатывал хлеб для семьи», а третий «строил прекрасный храм».

Полезно избегать скандалов, конфликтов, неопределенных обязательств (особенно выходящих за рамки должностных обязанностей), лишней ответственности. Элементом психогигиены является настрой на позитив, умение обращать внимание на 95% плюсов, а не на 5% минусов, неудач и ошибок. К сожалению, у вожатого иногда может сложиться именно такая «профессиональная деформация личности» - стремление искать огрехи, ошибки в общей массе. Это вредит как вожатому, так и детям. Через некоторое время суть конкретных ошибок забывается, зато ощущение хронического неуспеха остается.

Оценивать детей лучше не за точность выполнения, а за сумму заслуг. Если у детей что-то не получается и на них далее просто давить, они так и не приобретут знаний и уверенности. Лучше дать им задания, от простого к сложному. Чтобы они нащупали «точку опоры», свой уровень компетентности, от которого можно отталкиваться и расти. И оценивать их за сумму побед.  
Одним из методов профилактики эмоционального выгорания является релаксация. Релаксация – это состояние мышечного расслабления. В мышцах плечевого пояса, шеи, спины и «сидят» наши проблемы. Именно здесь больше всего накапливается хроническое напряжение мышц, сдавливая сосуды и нервы, нарушая нормальное состояние позвоночника и работу внутренних органов. (в методичке)