

## **Круглый стол «Разработка психолого-педагогического комплекса мероприятий и алгоритмов оказания экстренной психологической помощи обучающимся в системе образования»**

**Методическая поддержка:** Струкова Е.С. (педагог-психолог), Волкова Е.И. (уполномоченный по защите прав участников образовательного процесса), заместители директора - Буздавина Е.Л., Распопова В.Е., Прислонова О.Н.

Сегодня мы собрались в рамках реализации мероприятий дорожной карты проекта «Школа Минпросвещения России». Все школы Дубны участвуют в данном крупномасштабном проекте. Информацию о проекте можно найти на сайтах наших образовательных организаций и на официальном сайте проекта. Немного слов о концепции и миссии проекта.

Проект нацелен на формирование единого образовательного пространства для каждого школьника Российской Федерации независимо от места его проживания, местонахождения его школы, социально-экономических условий его семьи и других факторов. С 2024 года федеральным оператором проекта «Школа Минпросвещения России» выступает Государственный университет просвещения.

Основные задачи Проекта:

- вовлечение в реализацию Проекта **всех** государственных и муниципальных общеобразовательных организаций;
- достижение общеобразовательными организациями, участвующими в Проекте, уровня соответствия общеобразовательной организации статусу «Школа Минпросвещения России» не ниже базового; повышение доли общеобразовательных организаций, достигших высокого уровня соответствия статусу «Школа Минпросвещения России»;
- обеспечение информационного, методического, организационного сопровождения общеобразовательных организаций, участвующих в Проекте, на муниципальном, региональном, федеральном уровнях;

Именно на это методическое обеспечение мы и будем опираться сегодня. Оно разработано для всех школ, участвующих в проекте, и требует нашего пристального внимания и изучения.

Работа в рамках проекта строится 8 магистральным направлениям. Разработано 8 книг в соответствии с направлениями проекта «Школа Минпросвещения России». Сейчас перед нами книга «Школьный климат». Это то ключевое направление, которое требует доработки в наших школах.

Книга состоит из семи разделов, в каждом из которых размещены документы с QR-кодами, позволяющими перейти на их полные официальные версии на государственных интернет-ресурсах, методические рекомендации.

Перейдем по одной из ссылок и заострим наше внимание сегодня на «Разработке психолого-педагогического комплекса мероприятий и алгоритмов оказания экстренной психологической помощи обучающимся в системе образования».

В современной школе ребенок и родитель сталкивается с достаточным количеством трудностей, которые продиктованы как современными реалиями (цифровизация, напряженная политическая ситуация, постоянно меняющаяся политика в сфере образования), так и особенностями характера личности, взаимоотношений внутри ученического сообщества и в семье. В связи с этим учитель может наблюдать различную реакцию учащихся и родителей на перечисленные обстоятельства

Запрос на психологическую помощь приходит к учителю и от учеников, и от родителей. В **год семьи** нам показалось особенно актуальным обратиться к этой теме и вспомнить, как разглядеть, что предпринять, чего не стоит предпринимать в кризисных обстоятельствах.

Приступим к практической части нашего мероприятия.

Разделимся на группы по 4-5 человек. У вас на столах конверты с раздаточным материалом. Мы поработаем с алгоритмами оказания психологической помощи в различных ситуациях.

- алгоритм работы с ребёнком, находящимся в состоянии тревоги;
- алгоритм работы с ребёнком, находящимся в состоянии плача;
- алгоритм помощи родителю (законному представителю) и ребёнку, находящимся в состоянии истерики;
- алгоритм оказания помощи в случае возникновения страха у ребёнка;
- алгоритм оказания помощи в случае возникновения агрессии у ребёнка.
- алгоритм работы с ребёнком, находящимся в состоянии апатии.

Перед вами три поля, в каждом из которых вам предстоит заполнить порядок взаимодействия с ребенком (родителем) в кризисной ситуации. Также у вас есть материалы, которые вы можете использовать для заполнения, они разделены по цветовой гамме.

Приступаем к заполнению алгоритмов. (Приложение 1).

Наш психолог и уполномоченный по защите прав ребенка дадут свои комментарии, практические советы и предложат педагогические кейсы.



1. Алгоритм оказания психологической помощи в случае возникновения **тревоги** у ребёнка.

<b>КАК проявляется</b>	<b>ЧТО делать</b>	<b>ЧТО НЕ делать</b>	<b>ЗАЧЕМ мы это делаем</b>
Внутреннее напряжение, проявляющееся вербально (невербальные проявления уточняем вопросами); тревога, как правило, не имеет объекта, она связана с возможной ситуацией	Вербализировать чувства, задавать уточняющие вопросы, чтобы понять причины тревоги; если тревога обусловлена ситуацией, то предложить ребёнку продуктивные действия, связанные с происходящим; тревогу в текущий момент снимаем следующими способами: нормализацией дыхания, переключением, отреагированием.	Не убеждать, что тревожиться незачем, особенно если это не так; в ситуациях повышенной тревожности не оставлять ребёнка одного.	Помогаем справиться с тревогой, чтобы она не длилась долго, лишая возможности отдыха, парализуя деятельность организма.

2. Алгоритм работы с ребёнком, находящимся в состоянии **плача**.

<b>КАК проявляется</b>	<b>ЧТО делать</b>	<b>ЧТО НЕ делать</b>	<b>ЗАЧЕМ мы это делаем</b>
– ребенок плачет, подавлен, нет активности в поведении; – слезы приносят облегчение.	– если обращаются родители (законные представители), то им важно быть рядом с ребенком, не оставлять одного; – если обращение на проработку эмоций – дать выплакаться; если на проработку запроса – переключаем внимание (дыхание, вода, отвлечение); – выразить поддержку (через Я-сообщения); – принять ребенка и его чувства в текущий момент времени; – применять активное слушание, поощрение высказываниям, использование пара-вербальных компонентов	– если работаем над чувствами, не пытаться останавливать слезы; – не убеждать не плакать; – не считать слезы проявлением слабости.	Помогаем осуществить эмоциональную разрядку через слезы.

3. Алгоритм помощи родителю и ребёнку, находящимся в состоянии **истерики**.

<b>КАК</b> проявляется	<b>ЧТО</b> делать	<b>ЧТО</b> НЕ делать	<b>ЗАЧЕМ</b> мы это делаем
ребенок бурно выражает свои эмоции, выплескивая их на окружающих, кричит, одновременно плачет; – истерика всегда происходит в присутствии зрителей.	– рекомендовать ребенку (родителям (законным представителям)) уйти от зрителей; – применять приемы активного слушания, перефразирование; – обращаться по имени; – говорить мало, спокойно, короткими простыми фразами; – если не подпитывать истерику, то через 10–15 минут наступает упадок сил; – дать ребенку отдохнуть после проявлений истерики.	– если обратившимся за помощью является родитель (законный представитель), то не совершать неожиданных действий (встряхивания, обливания, пощечины); – не спорить, не вступать в активный диалог, пока не пройдет реакция; – не считать, что ребенок намеренно привлекает к себе внимание; – не обесценивать и не подавлять реакции фразами: «успокойся», «возьми себя в руки», «так нельзя».	Помогаем разрядить, Выплеснуть негативные эмоции; истерика заряжает окружающих.

4. Алгоритм оказания помощи в случае возникновения **страха** у ребенка.

<b>КАК</b> проявляется	<b>ЧТО</b> делать	<b>ЧТО НЕ</b> делать	<b>ЗАЧЕМ</b> мы это делаем
– поверхностное дыхание, снижение самоконтроля поведения; – опасен страх оцепеняющий, блокирующий мысли или действия ребенка.	– при текущем страхе ребенка (обращение от родителя/законного представителя) всегда быть рядом с ним; – дышать глубоко и ровно, возможно применение дыхательных техник; – проявить заинтересованность, понимание; – применить активное Слушание.	– не оставлять одного в состоянии страха, до снижения симптомов; – не пытаться убедить, что страх неоправданный; не обесценивать страх «не думай об этом», «это глупости», «так не бывает» и пр.	Помогаем справиться со страхом: чем быстрее ребенок справится со страхом, тем меньше вероятность, что он будет преследовать долгое время

5. Алгоритм оказания помощи в случае возникновения **агрессии** у ребёнка.

<b>КАК</b> проявляется	<b>ЧТО</b> делать	<b>ЧТО НЕ</b> делать	<b>ЗАЧЕМ</b> мы это делаем
<p>– активная энергозатратная реакция;</p> <p>– гнев, злость, выражающиеся в словах или действиях;</p> <p>– действия направлены на консультанта, на окружающих, на себя.</p>	<p>– говорить спокойно;</p> <p>– постепенно снижать темп и громкость речи;</p> <p>– показать принятие чувств ребенка: «Я понимаю, что тебе хочется все разрушить»;</p> <p>– задавать уточняющие вопросы «Как ты думаешь, что лучше сделать, это или это?»;</p> <p>– дать возможность отреагировать (дыхание, физическая активность и пр.);</p> <p>– сублимировать агрессию в социально приемлемые формы, виды активности.</p>	<p>– не считать, что агрессия ребенка проявляется у него постоянно и является его чертой;</p> <p>– не спорить, не переубеждать ребенка (даже если он не прав);</p> <p>– не обесценивать и не подавлять реакции фразами: «успокойся», «возьми себя в руки», «так нельзя»</p>	<p>Принимаем право ребенка на такую эмоциональную реакцию.</p> <p>Если обращается родитель (законный представитель), то проговариваем, что агрессия только косвенно направлена на них, она направлена на обстоятельства, в которых сейчас оказался ребенок.</p> <p>Обратившемуся ребенку помогаем выразить эмоциональную боль (вербализация, отражение)</p>

6. Алгоритм оказания помощи ребенку, находящемуся в состоянии **апатии**.

<b>КАК</b> проявляется	<b>ЧТО</b> делать	<b>ЧТО НЕ</b> делать	<b>ЗАЧЕМ</b> мы это делаем
<p>– сниженная эмоциональная, интеллектуальная, поведенческая активность;</p> <p>– речь вялая с паузами;</p> <p>– безразличие к окружающему;</p> <p>– апатия может длиться от нескольких часов до нескольких недель (тяжело проходит без проработки эмоционального состояния)</p>	<p>– задавать односложные вопросы: «Как ты себя чувствуешь?», «Хочешь пить?»;</p> <p>– найти комфортное место для продолжения разговора с ребенком;</p> <p>– для стабилизации состояния в текущий момент консультации предложить самомассаж пальцев, мочек ушей</p>	<p>– не говорить резко, громко, не пытаться выдергивать ребенка из этого состояния;</p> <p>– не обесценивать реакции ребенка: «так нельзя», «ты должен», «соберись»</p>	<p>Помогаем в комфортном режиме осознать произошедшее и вернуться в продуктивное состояние.</p> <p>Предотвращаем возможное появление аутодеструктивных тенденций</p>