

ОПИСАНИЕ ОПЫТА РАБОТЫ

педагога-психолога МБОУ «Гимназия № 125»

С. Р. Кононенко

*по сохранению психологического здоровья
всех участников образовательного процесса*

В настоящее время перед психологической службой системы образования все более остро встает вопрос о целостном психологическом обеспечении образовательного процесса, включающего обучение и воспитание растущего человека. Развитие и формирование психического здоровья, психологического здоровья, психологической грамотности и психологической культуры личности школьников - реальная группа взаимосвязанных проблем, решение которых находится в компетенции практических психологов. Иными словами, психологическая служба призвана и способна создавать особую социально-психологическую ситуацию, стимулирующую личностное развитие субъектов образовательного процесса и благоприятно влияющую на их эмоциональное благополучие [1].

Цель: обеспечение оптимальных психопрофилактических, развивающих, безопасных условий образовательной среды, способствующих минимизации стрессовых факторов в образовательном процессе, сохранению и укреплению психологического, психического здоровья всех участников образовательного процесса, успешной социализации, самореализации и достижению высокого качества образования учащихся.

Приоритетные области:

- исследование состояние психологического здоровья учащихся, их личностных особенностей;
- исследование уровня познавательного развития учащихся; выявление детей с отклонениями в учебной сфере (педагогически запущенные дети, интеллектуально пассивные, учащиеся с пониженной обучаемостью);
- исследование межличностной сферы участников образовательного процесса;
- исследование профессиональных намерений учащихся;
- исследование мотивации к учебной деятельности;
- исследование личностных особенностей педагогического состава; профессиональных затруднений; уровня профессиональной тревожности; уровня стрессоустойчивости, степени удовлетворения различными аспектами жизнедеятельности школы и своими результатами в частности;
- исследование уровня социальной фрустрированности родителей, установок воспитания, родительской тревожности.

Задачи:

1. Соорганизация, гармонизация процесса сопровождения всех субъектов образовательной среды в целях создания полноценных условий для психологически комфортного, безопасного сотрудничества.
2. Реализация многоуровневого мониторинга исследования состояния психологического здоровья учащихся в целях вероятностного прогнозирования, своевременного предупреждения возникновения личностных проблем учащихся.
3. Обеспечение поддержки детей с трудностями в обучении.
4. Создание условий для формирования, сохранения, укрепления психологического здоровья учащихся.
5. Создание условий для оздоровления межличностной сферы (развитие атмосферы терпимости, взаимоуважения в классных коллективах, снижение факторов стресса в межкультурном общении) и профилактика жестокого обращения с детьми.
6. Психологическая поддержка педагогов.

7. Создание полноценных условий для профессионального самоопределения учащихся.
8. Организация психолого-педагогического сопровождения одаренных детей.
9. Создание благоприятных условий для успешной адаптации молодых специалистов.
10. Организация работы с родителями учащихся.

Формы работы по организации, гармонизации процесса сопровождения всех субъектов образовательной среды в целях создания полноценных условий для психологически комфортного, безопасного сотрудничества:

- тренинги:

- Организация тренингов с медиаторами (учащиеся 8, 9 классов) Школьной службы примирения МБОУ «Гимназия № 125» с приглашением тренера КЦСО «Доверие», 2012-2014.
- Открытое занятие на Республиканском методическом семинаре по теме «Современный урок в традиционной и развивающей системах обучения», организованное Федеральным государственным автономным образовательным учреждением высшего профессионального образования «Казанский (Приволжский) федеральный университет», на базе МБОУ «Гимназия № 125» Советского района г. Казани, 2012.
- Обучающий тренинг для педагогов на Республиканском методическом семинаре по теме «Современный урок в традиционной и развивающей системах обучения», организованное Федеральным государственным автономным образовательным учреждением высшего профессионального образования «Казанский (Приволжский) федеральный университет», на базе МБОУ «Гимназия № 125» Советского района г. Казани, 2013.
- Семинар-тренинг «Обучение навыкам проведения программ восстановительной медиации для детей и семей, находящихся в трудной жизненной ситуации: медиации в семье и семейные конференции» для кураторов Школьных служб примирения, организованный межрегиональной общественной организацией «Общественный центр «СУДЕБНО-ПРАВОВАЯ РЕФОРМА» на базе КЦСО «Доверие», 2013.

- круглые столы:

- Научно-практическая конференция научно – исследовательской лаборатории диагностики и развития одаренности Института педагогики и психологии Казанского Приволжского федерального университета по теме «Одаренность и девиация современного ребенка: опыт развития и преодоления» для педагогов-психологов, организованная Управлением образования г. Казани, Городским методическим центром на базе Казанского (Приволжского) федерального университета. Института педагогики и психологии, 2012.
- Городская конференция по теме «Приоритетные направления системы работы по профилактике наркомании и формированию здорового образа жизни в учреждениях образования г. Казани» для педагогов-психологов, организованная Отделом образования исполнительного комитета муниципального образования г. Казани по Советскому району на базе МБОУ «Средняя русско-татарская общеобразовательная школа № 161», 2012.
- Городская научно-практическая конференция «Реализация этнокультурного содержания образования в рамках ФГОС» для педагогов - психологов, организованная Управлением образования Исполнительного комитета муниципального образования г. Казани на базе МБОУ «Гимназия №122» Московского района г. Казани, 2013.

- проблемные семинары:

- Республиканский научно-практический семинар по теме «Основные принципы, цели и задачи профориентационной работы образовательных учреждений РТ» для педагогов -

психологов, организованный Министерством образования и науки РТ на базе ГАОУ СПО «Международный колледж сервиса», 2012.

- Семинар кураторов служб примирения (ШСП) по теме «Теоретические и практические основы проекта «Школьные службы примирения (ШСП)», организованный Комитетом по делам молодежи исполнительного комитета г. Казани на базе КЦСО «Доверие», 2013.

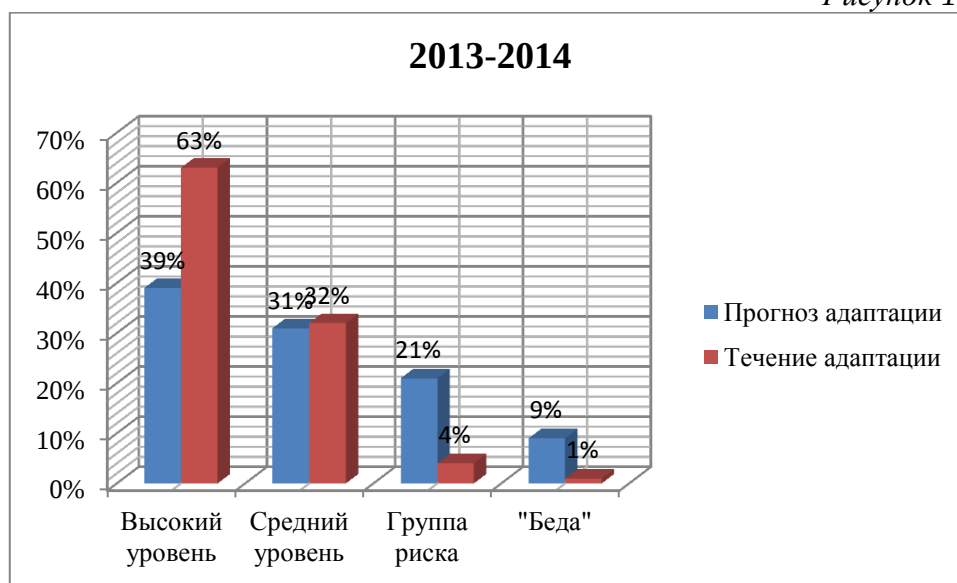
- руководство проблемными группами, временными творческими коллективами:

- Подготовка учащихся 6,8,9,11 классов к межрегиональной дистанционной олимпиаде по психологии «Психология без границ», 2012-2014.
- Подготовка учащихся 10 классов к участию в III Всероссийском конкурсе социальных сочинений «Выход есть!», 2011.
- Подготовка педагогов гимназии к участию в конкурсе «Учитель года», 2011-2014.
- Подготовка членов ШСП гимназии (8 класс) к участию в конкурсе логотипов школьных служб примирения г. Казани, 2012.

Реализация многоуровневого мониторинга исследования состояния психологического здоровья учащихся в целях вероятностного прогнозирования, своевременного предупреждения возникновения личностных проблем учащихся.

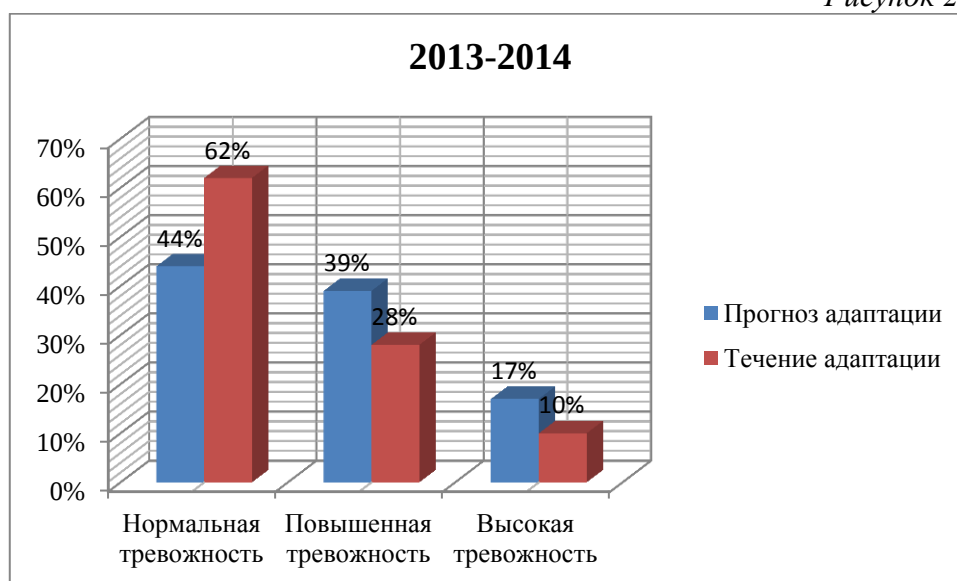
Положительная динамика в адаптации учащихся к 1 классу (Рис. 1)

Рисунок 1.



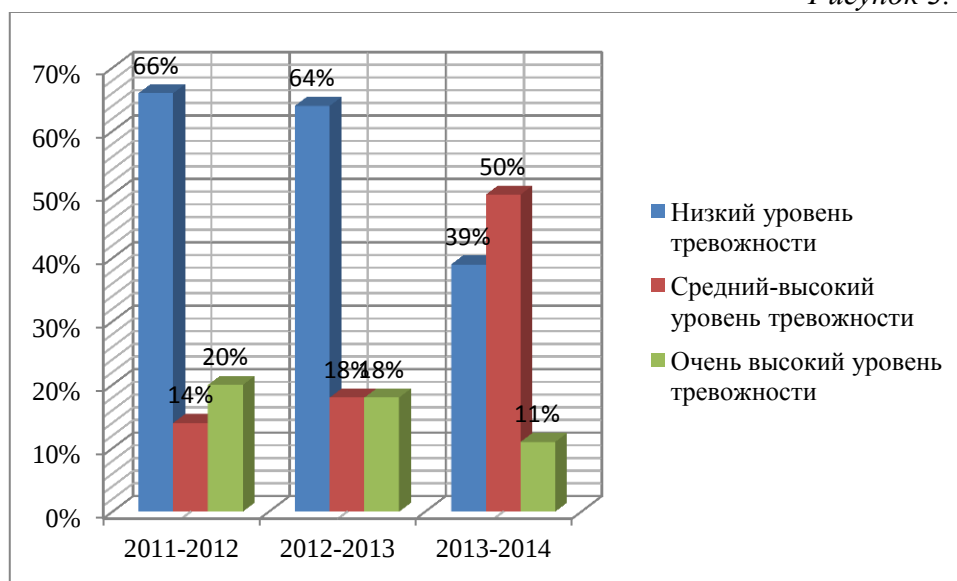
Положительная динамика в адаптации учащихся к 5 классу (Рис.2)

Рисунок 2.



Положительная динамика в адаптации учащихся к 10 классу (Рис.3)

Рисунок 3.



Обеспечение поддержки детей с выявленными в ходе диагностики трудностями в обучении проводится в два этапа:

1. Разрабатывается индивидуальная коррекционно - развивающая программа для детей с отставанием в обучении (педагогически запущенные дети, интеллектуально пассивные, учащиеся с пониженной обучаемостью).
2. Организуется консультативно - рекомендательная работы с родителями, учителями.

Для формирования, сохранения, укрепления психологического здоровья учащихся подбираются профилактические, развивающие программы, ориентированные на профилактику возрастных трудностей (план адаптации первоклассников, план адаптации учащихся при переходе на среднюю ступень образования); формирование установок на здоровый образ

жизни, способности противостояния негативным социальным влияниям, профилактику табакокурения, алкоголизма, развитие навыков саморегуляции и управления стрессом.

Проводятся тренинги личностного роста, уверенности в себе, межличностного общения, бесконфликтного взаимодействия, самостоятельности, развития критического мышления.

Для создания условий оздоровления межличностной сферы (развитие атмосферы терпимости, взаимоуважения в классных коллективах, снижение факторов стресса в межкультурном общении) и профилактики жестокого обращения с детьми я выхожу на родительские собрания. Мы обсуждаем проблемные ситуации, связанные с отвержением ребенка сообществом, например из-за этнических различий, особенностей внешности; низкого статуса в группе и др.

Психологическая поддержка педагогов

В течение последних трех лет проблема сохранения психического здоровья педагога в образовательном учреждении стала особенно острой. В связи с переходом современной школы на личностно-ориентированные модели образования, повышаются требования со стороны общества к личности преподавателя, его роли в учебном процессе. Он должен постоянно самосовершенствоваться, искать новые знания. Он должен быть не транслятором знаний, не «урокодателем», а человеком, который способен проектировать образовательную среду ребенка, класса, школы. Не говоря уже о том, что он должен быть активным пользователем информационных технологий. Такая ситуация потенциально содержит в себе увеличение нервно-психического напряжения личности, что приводит к возникновению невротических расстройств, психосоматических заболеваний. В практике образовательных учреждений возникает проблема профессиональной дезадаптации как отражения личностных противоречий между требуемой от педагога мобилизацией и наличием внутренних энергоресурсов, вызывающих достаточно устойчивые отрицательные (часто неосознаваемые) психические состояния, проявляющиеся в перенапряжении и переутомлении. В связи с этим организация работы по сохранению психического здоровья педагогов является, на наш взгляд, актуальной задачей современной системы образования.

Факторы, влияющие на эмоциональное выгорание

Для изучения причин проявления состояния эмоционального выгорания в педагогической деятельности мною ежегодно проводятся психологические исследования среди педагогов.

Среди ситуаций в педагогической деятельности, влияющих на возникновение состояний эмоционального выгорания большинство педагогов называют первые недели после отпуска, курсов, каникул, т.е. период адаптации к работе. На втором месте - ситуация общения с агрессивно настроенными родителями учеников. На третьем месте - проведение открытых уроков, общешкольные мероприятия.

Причинами возникновения состояний эмоционального выгорания у педагогов являются:

- высокая эмоциональная включенность в деятельность — эмоциональная перегрузка;
- отсутствие четкой связи между процессом обучения и получаемым результатом, несоответствие результатов затраченным силам;
- неумение регулировать собственные эмоциональные состояния;
- ответственность перед администрацией, родителями за результат своего труда;
- отсутствие навыков коммуникации и умения выходить из трудных ситуаций общения с детьми, родителями, администрацией.

Таким образом, были выделены основные факторы, влияющие на возникновение эмоционального выгорания у педагогов: личностный, коммуникативный и организационный.

В ходе исследования была обнаружена связь между высокими уровнями эмоционального выгорания и повышенной тревожностью, депрессией, неудовлетворенностью собой.

Для психологической поддержки и профилактики эмоционального выгорания у педагогов мною проводятся: организационно-деловые игры, тренинги, семинары, дискуссии. На таких мероприятиях педагоги повышают свою психологическую компетентность, совершенствуют толерантные технологии педагогического общения, овладевают здоровьесберегающими и психосберегающими педагогическими технологиями. Вырабатывают умения выявлять и изучать особенности конкретного ученика, его учебных затруднений, строить учебно-воспитательный процесс с их учетом.

Большое внимание уделяется психологическому сопровождению предпрофильной и профильной подготовки учащихся.

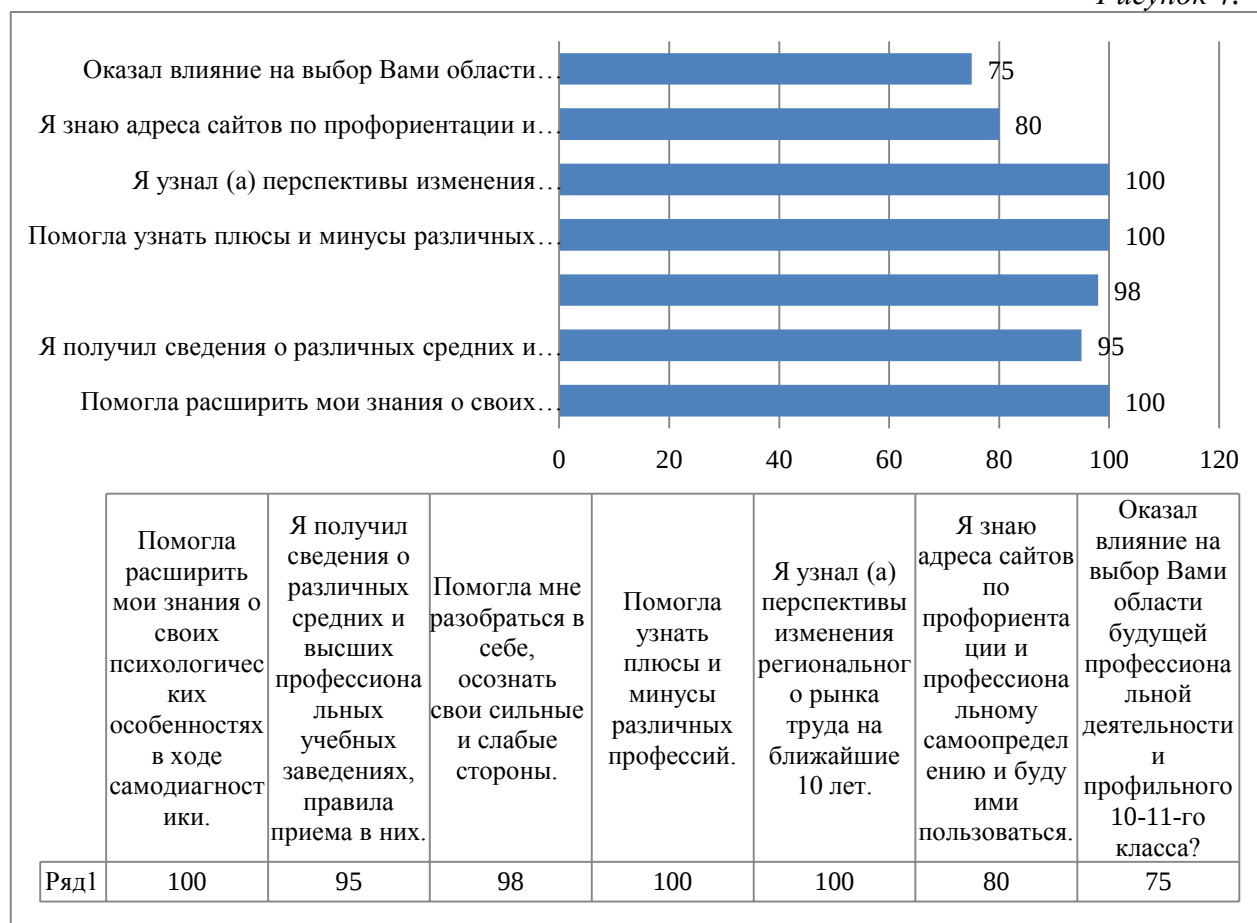
Я веду элективный курс «Психология и выбор профессии» в 9-х классах по адаптированной мною программе Галины Резапкиной. Методическая разработка одного из уроков была представлена на республиканском научно – практическом семинаре в 2012 году и получила хорошие оценки.

На моем курсе старшеклассники в ходе самодиагностики изучают свои психологические особенности, «примеряют» различные модели поведения и оценивают их эффективность. В процессе обучения психолого-педагогическими средствами я помогаю им формировать психологическую готовность к профессиональному выбору на основе получаемых знаний о своем профессиональном и личностном потенциале.

Оценивание эффективности данной программы я провожу ежегодно методом анонимного анкетирования после прохождения курса. В анкете предлагаю ученикам оценить по 100 балльной шкале полезность полученных знаний на курсе. Ответы всех учеников по каждому критерию суммирую. Далее рассчитываю средний балл. В прошлом году в анкетировании приняли участие 82 учащихся 9-х классов (Рис. 4).

Данные об эффективности реализованной программы «Психология и выбор профессии» за 2013-2014 уч. год

Рисунок 4.



Говорить, что в ходе этих занятий у всех учеников происходит коррекция самооценки и резко меняются приоритеты и ценности, сформированные и поддерживаемые личным опытом, было бы преждевременно. В этом возрасте велика роль родительского влияния на профессиональный выбор ребенка. Однако полезность и нужность данного курса очевидна.

Организация психолого-педагогического сопровождения одаренных детей

Специалисты утверждают, что число явно одаренных детей составляет примерно 1-3% от общего числа детей. У одаренных детей есть свои психологические особенности и трудности развития, которые чаще всего переживаются ими гораздо сильнее, чем обычными детьми, что позволяет говорить о них как о детях группы риска. Поэтому работать с ними без специальной психологической подготовки может далеко не каждый учитель.

Явно одаренный в творческом отношении ребенок, выполняя четко поставленное задание, делает все наоборот или по-другому, где ярко и по форме вызывая, без особой осторожности, доказывает свое мнение. Все это не может не вызвать известной настороженности педагогического коллектива по отношению к таким детям, их внутреннего, а часто и открытого неприятия. Во многих случаях такие проявления творческого ребенка неверно трактуются как недостаточная его воспитанность. К этому «букету» негативных проявлений можно добавить эмоциональную неуравновешенность, резкие перепады в отношении к самому себе и к другим. *По данным американского психолога Е. Торренса, около 30 процентов детей, отчисленных из школы за неуспеваемость, были одаренными.*

Выявить одаренность ребенка на раннем этапе его развития поможет анкета для родителей (См. Приложение).

Психолого – педагогическое сопровождение одаренных детей реализуется в рамках следующих направлений:

- разработка индивидуальных образовательных маршрутов;
- профилактика неврозов;
- предупреждение изоляции одаренных детей в группе сверстников.

Создание благоприятных условий для успешной адаптации молодых специалистов включает в себя:

- оценка педагогического статуса молодого учителя;
- осуществление психологического сопровождения молодых учителей ознакомление их с основами психологической защиты и методами повышения стрессоустойчивости.

В нашей гимназии работает 5 молодых учителей со стажем работы до 3-х лет. С первых же дней им оказывается психолого-педагогическая помощь в форме индивидуальных консультаций и обучения методам бесконфликтного общения с учениками по программе С. В. Кривцовой «Учитель и проблемы дисциплины».

Работая по программе молодые педагоги учатся:

- точно описывать «плохое» поведение учеников;
- определять скрытый мотив проступка ребенка;
- разрабатывать и осуществлять экстренное педагогическое воздействие, чтобы немедленно прекратить «плохое» поведение, не снижая при этом самоуважения ребенка и в то же время не прекращая урока;
- разрабатывать и осуществлять систему воздействий, повышающих самоуважение детей и обучающих их достойному поведению в задевающих ситуациях;
- понимать, по каким негласным правилам живут ученики класса и школы;
- обсуждать и принимать новые правила, основанные на уважении прав другой личности;
- более гибко и конструктивно взаимодействовать с родителями учеников.

За два года, работая по программе, я заметила, что наибольший отклик работа в группе находит у тех педагогов, которые не удовлетворены своим мастерством и в то же время исповедуют ценности, близкие к личностно-ориентированному подходу. Авторские разработки С. В. Кривцовой я использую не только на тренингах с педагогами, но на родительских

«кликбезах», например таблицу характеристик поведения, направленного на привлечение внимания (Таб. 1)

Таблица 1.

Активная форма	Ученики делают то, что отвлекает внимание учителя и класса.
Пассивная форма	Ученики демонстрируют поведение «в-час-по-чайной-ложке», то есть все требуемые учителем действия выполняют очень и очень медленно.
Реакция учителя	Чувства: раздражение и возмущение. Действия: словесные замечания, выговоры, угрозы.
Ответы ученика на реакцию учителя	Прекращают выходку, но только на короткое время.
Природа поведения, направленного на привлечение внимания	1.Родители и учителя больше внимания уделяют детям, которые ведут себя плохо, а не хорошо. 2.Дети не научены просить или требовать внимания в приемлемой форме. 3.Дети часто испытывают дефицит личного внимания к себе, чувствуют себя «пустым местом».
Сильные стороны подобного поведения	Ученики нуждаются во взаимоотношениях с учителем.
Принципы профилактики демонстративного поведения	1.Больше внимания уделять хорошему поведению. 2.Учить учеников просить внимания, когда они в этом очень нуждаются.

Организация работы с родителями учащихся

Профессор психологических наук Г. С. Никифоров писал: «Психология здоровья определяется как наука о психологическом обеспечении здоровья человека на всем протяжении его жизненного пути». Главным незаменимым социально-психологическим фактором здоровья ребенка является семья. Те отношения, которые в ней складываются, он во многом переносит в дальнейшую жизнь, и недостатки семейного воспитания оказывают одно из определяющих влияний на психологическое здоровье или нездоровье личности, проявляющиеся как в детстве, так и на протяжении всей жизни человека. Поэтому так важна психолого-педагогическая компетентность родителей в воспитании своих детей.

Формы психолого-педагогической работы:

- совместные занятия для детей и их родителей;
- лектории для родителей;
- психолого-педагогическое консультирование.

Основные проблемы, с которыми к нам обращаются родители:

1. Готовность ребенка к школе;
2. Получение информации о психологическом развитии личности в период подростковых изменений;
3. Детские страхи;
4. Девиантность, немотивированная агрессия;
5. Нарушение взаимоотношений с одноклассниками.

На консультировании используется много диагностического материала, но некоторые простые тесты (См. Приложение), помогают родителям самостоятельно разобраться со своей проблемой.

Заканчивая консультацию, я всегда рекомендую прочитать родителям три книги:

- Фийоза Изабель «20 шагов к тому, чтобы ваши дети вас слушали».
- Гипенрейтер Юлия Борисовна «Общаться с ребенком. Как?».
- Эда Ле Шан «Когда ваш ребенок сводит вас с ума».

Грамоты и поощрения

Диплом I степени лауреата Национальной премии в области образования «Элита Российского образования» в номинации: «Психолого – педагогические условия сохранения и укрепления здоровья - 2012», 2012 год.

Грамота отдела образования муниципального учреждения «Управления образования исполнительного комитета муниципального образования города Казани» по Советскому району г. Казани за вклад в развитие системы образования и воспитания подрастающего поколения, 2013 год;

Благодарственное письмо ФГБОУ ВПО «Набережночелнинский институт социально-педагогических технологий и ресурсов» ООО «Обруч» (Образование Учителей и Учеников) за подготовку призера межрегиональной дистанционной олимпиады по психологии «Психология без границ» (возрастная группа 8-9 классы), 2012год.

Благодарственное письмо ФГБОУ ВПО «Набережночелнинский институт социально-педагогических технологий и ресурсов» ООО «Обруч» (Образование Учителей и Учеников) за подготовку победителя межрегиональной дистанционной олимпиады по психологии «Психология без границ» (возрастная группа 6-7 классы), 2012год.

Благодарственное письмо ФГБОУ ВПО «Набережночелнинский институт социально-педагогических технологий и ресурсов» ООО «Обруч» (Образование Учителей и Учеников) за подготовку победителя межрегиональной дистанционной олимпиады по психологии «Психология без границ» (возрастная группа 8-9 классы), 2013год.

Благодарственное письмо ФГБОУ ВПО «Набережночелнинский институт социально-педагогических технологий и ресурсов» ООО «Обруч» (Образование Учителей и Учеников) за подготовку победителя межрегиональной дистанционной олимпиады по психологии «Психология без границ» (возрастная группа 10-11 классы), 2013год.

Благодарственное письмо ФГБОУ ВПО «Набережночелнинский институт социально-педагогических технологий и ресурсов» ООО «Обруч» (Образование Учителей и Учеников) за подготовку победителя III Всероссийской дистанционной олимпиады по психологии «Психология без границ» среди учащихся 8 классов, 2014год.

Благодарственное письмо ФГБОУ ВПО «Набережночелнинский институт социально-педагогических технологий и ресурсов» ООО «Обруч» (Образование Учителей и Учеников) за подготовку победителя III Всероссийской дистанционной олимпиады по психологии «Психология без границ» среди учащихся 9 классов, 2014год.

Благодарственное письмо ФГБОУ ВПО «Набережночелнинский институт социально-педагогических технологий и ресурсов» ООО «Обруч» (Образование Учителей и Учеников) за подготовку победителя III Всероссийской дистанционной олимпиады по психологии «Психология без границ» среди учащихся 10 классов, 2014год.

Благодарственное письмо ФГБОУ ВПО «Набережночелнинский институт социально-педагогических технологий и ресурсов» ООО «Обруч» (Образование Учителей и Учеников) за подготовку команды - победителя группового тура III Всероссийской дистанционной олимпиады по психологии «Психология без границ» (возрастная группа 8-9 классы), 2014год.

Благодарственное письмо ФГБОУ ВПО «Набережночелнинский институт социально-педагогических технологий и ресурсов» ООО «Обруч» (Образование Учителей и Учеников) за подготовку команды «Лидер», победителя группового тура III Всероссийской дистанционной олимпиады по психологии «Психология без границ» (возрастная группа 8-9 классы), 2014год.

Благодарственное *письмо* ФГБОУ ВПО «Набережночелнинский институт социально-педагогических технологий и ресурсов» ООО «Обруч» (Образование Учителей и Учеников) за подготовку команды «Сойка-пересмешница», призера группового тура III Всероссийской дистанционной олимпиады по психологии «Психология без границ» (возрастная группа 10-11 классы), 2014год.

ЛИТЕРАТУРА

1. Дубровина И.В. Круглый стол «Психология на страже детства»/Вестник практической психологии образования. – 2011. - №1.