



МОСКОВСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПСИХОЛОГО-
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ

Алгоритм психолого-педагогического сопровождения обучающихся, находящихся в кризисном состоянии

Ермолаева Анна Валериевна,
заместитель руководителя Федерального
координационного центра по обеспечению
психологической службы в системе
образования Российской Федерации МГППУ





ПРОЯВЛЕНИЯ КРИЗИСНОГО СОСТОЯНИЯ У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

- в аффективной сфере – весь спектр интенсивных отрицательных эмоций
- в когнитивной сфере – неадаптивная концепция произошедшего, пессимистическая оценка настоящего, будущего
- искажение восприятия времени – сужение временной перспективы, переживания, что для решения ситуации не осталось времени
- нарушения личностной идентификации – изменение оценки своих возможностей, снижение способности к принятию решения
- нарушения поведения – асоциальное, агрессивное, импульсивное поведение
- соматическое неблагополучие – слабость, разбитость, приступы сердцебиения, ощущение кома в горле, затрудненное дыхание, расстройства ЖКТ

ОБЩИЕ ЗАДАЧИ ЭКСТРЕННОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ

В первую неделю

после воздействия психотравмирующего события

- отреагирование и психологическую поддержку обучающихся и их родителей (законных представителей), снижение острого чувства страха, подавленности;
- восстановление представлений о защищенности «Я», безопасности мира;
- налаживание коммуникаций в межличностной сфере;
- оценка степени риска и профилактика развития суицидальных тенденций.

В первый месяц

после воздействия психотравмирующего события

- снятие фиксации (зависания) в переживаниях кризисной ситуации;
- психологическая коррекция психопатологических проявлений кризисной ситуации (симптомы-мишени);
- восстановление пространственной и временной последовательности развития кризисной ситуации.

РАБОТА ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА СТРОИТСЯ НА НЕСКОЛЬКИХ УРОВНЯХ

Уровень семьи

- Консультирование членов семьи осуществляется как в индивидуальном, так и в групповом формате. Работа строится по схеме: диагностика – информирование – коррекция – диагностика.

Уровень родителей (законных представителей)

- Проводится в форме работы с группой, групповой дискуссии. Тема обсуждения – профилактика кризисных состояний. В формате дискуссии освещаются факторы риска, способы профилактики и своевременного выявления кризисного состояния. Педагог-психолог модерирует групповую встречу.

Уровень родителей (законных представителей) обучающихся определенного возраста

- В данном случае работу удобнее всего строить по параллелям, в форме групповой дискуссии, круглого стола или мозгового штурма. Задача педагога-психолога – помочь осознать родителям (законным представителям) свою роль в формировании у обучающихся психологического благополучия и снижении риска возникновения кризисных состояний.

Общешкольный уровень

- На данном уровне педагог-психолог проводит информационно-просветительскую работу с родителями (законными представителями), рассказывает об основных маркерах кризисных состояний, которые могут проявляться у обучающегося. Также рекомендуется дать родителям (законным представителям) информацию о службах, в которые они могут обратиться для получения психологической, медицинской или социальной помощи.
- Формами работы могут быть общешкольные родительские собрания, где родители (законные представители) смогут не только получить необходимую информацию, но и задать интересующие вопросы, а также использовать школьные СМИ, информационные письма, которые будут разосланы родителям (законным представителям).



КРИЗИСНОЕ ВМЕШАТЕЛЬСТВО

Задачи педагога-психолога в рамках данной работы:

1. Выявление обучающихся с выраженным кризисным состоянием и определяет группу риска
2. Информирование о наличии выраженного кризисного состояния у обучающихся
3. Осуществление кризисной поддержки обучающегося
4. Составление психолого-педагогической программы работы с обучающимися
5. Реализация программ сопровождения
6. Мониторинг результатов сопровождения

ЭТАПЫ БЕСЕДЫ С РОДИТЕЛЯМИ (ЗАКОННЫМИ ПРЕДСТАВИТЕЛЯМИ)

Информирование

- Педагог-психолог рассказывает родителям (законным представителям) о специфике своей работы и о том, чем конкретно он может помочь в сложившейся ситуации.

Подписание согласия на работу с ребенком

- Работу с обучающимся рекомендуется проводить исключительно с согласия родителей (законных представителей), поэтому важно объяснить им, какие последствия могут быть в случае отказа, разъяснить правила работы и ограничения, разделить зоны влияния и ответственность.

Выработка плана действий

- Родители (законные представители) получают следующую информацию:
 - результаты диагностики ребенка;
 - методы, которые использовались для диагностики и будут применяться в дальнейшей работе;
 - к каким специалистам следует обратиться дополнительно;
 - сроки работы.
- Также педагог-психолог совместно с родителями (законными представителями) вырабатывает план действий и формулирует рекомендации, которым необходимо придерживаться, чтобы снизить степень выраженности кризисного состояния.

Обсуждение результатов

- Педагог-психолог информирует родителей (законных представителей) о последствиях, которые могут ожидать в случае невыполнения рекомендаций, а также обсудить с ними ожидаемые результаты работы и скорректировать их при необходимости.


ЭТАПЫ ОКАЗАНИЯ КРИЗИСНОЙ ПОДДЕРЖКИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ

Установление психологического контакта с обучающимся, предоставление возможности обучающемуся рассказать о тех событиях, которые привели к кризисному состоянию

Очень важно создать такую атмосферу, в которой обучающийся будет чувствовать себя свободно и получит возможность открыто рассказать о своих чувствах. Педагогу-психологу важно внимательно его выслушать, проявляя интерес, уважение и внимание.

При разговоре лучше всего использовать закрытые вопросы, которые смогут побудить обучающегося рассказать более подробно о ситуации и своих эмоциях, например, можно использовать такие фразы, как

- *«Я подожду, пока ты соберешься с мыслями...»*
- *«Я буду готов тебя выслушать тогда, когда захочешь...»*
- *«Ты хотел бы все обдумать, прежде чем начать разговор?»*
- *«Я могу как-нибудь помочь тебе в начале беседы?»*
- *«Я могу обсудить с Вами...»*
- *«Я помогу тебе разобраться ситуацию...»*
- *«Мы вместе проанализируем...»*
- *«Я могу помочь Вам посмотреть на вещи с другой стороны...»*
- *«Я буду рассуждать вместе с тобой...»*



Проявление эмпатии, помощь в осознании и понимании обучающимся своих эмоций и чувств

Во время выслушивания обучающегося не рекомендуется проявлять слишком сильные эмоции, так как это может его напугать. Также важно не делать выводов за обучающегося, а дать ему возможность прийти к собственным умозаключениям и принять решение о чем-либо самостоятельно.

Иногда дети и подростки не могут определить те эмоции, которые они испытывают, и задача педагога-психолога состоит в том, чтобы научить этому. Зачастую эмоции могут проявляться в виде телесных ощущений, дискомфорта, поэтому необходимо помочь выразить словами то, что обучающийся чувствует. Также важно объяснить обучающемуся, что эмоции могут быть не только положительными или отрицательными, но и смешанными.

Разграничение эмоциональной и поведенческой сфер

Будет полезно объяснить обучающемуся, что эмоции не стоит подавлять или их стыдиться, но понимать, принимать и регулировать их на уровне поведения необходимо учиться. Педагогу-психологу важно не только поддержать обучающегося в том, что тот чувствует, и вербализовать эту эмоцию, но и объяснить поведенческие особенности ее проявления. Например, обучающийся может испытывать негативное отношение к сиблингу, и это вполне нормально, но недопустимо выражать в его отношении физическую агрессию.



Психологическая поддержка обучающегося

Иногда может сложиться такая ситуация, что никто из значимых взрослых не оказывает обучающемуся поддержку, не уделяет внимание сильным сторонам его личности. В таком случае педагог-психолог может это сделать, рассказав обучающемуся о том, кем он может стать в будущем, опираясь на свои сильные стороны; поддержать его в выборе, который может привести к успеху в дальнейшем.


Формирование у обучающегося системы целеполагания

Чтобы успешно разрешать критические ситуации, необходимо опираться на логику и рациональность, а не руководствоваться исключительно эмоциями. Педагогу-психологу следует помочь обучающемуся определить ту цель и результат, который он хочет достичь, и совместно выстроить план по их достижению. Целесообразно обсудить, какие стратегии будут использоваться, выбрать наиболее оптимальные из них. Важно делать это в атмосфере доверия и безоценочности, объяснить обучающемуся, что любые его предположения важны и их свободно можно высказывать и рассматривать.



ПРИНЦИПЫ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ, НАХОДЯЩИХСЯ В КРИЗИСНОЙ СИТУАЦИИ

1. Снижение степени интенсивности переживания
2. Поиск продуктивных способов выражения эмоций
3. Принятие обучающегося и его состояния
4. Формирование жизнестойкости и повышения ценности жизни



Вопросы, которые педагог-психолог может задавать обучающему в процессе консультации, делятся на две группы:

Вопросы, которые направлены на выяснение содержания:

«Как ты себя чувствовал(а)?»

«Что ты ощущал(а)?»

«Какие чувства ты испытывал(а)?»

Они помогают удерживать обучающегося в ситуации переживания.

Вопросы, которые предназначены для поиска причинно-следственных связей:

«Почему ты обиделся на него?»

«Зачем тебе это нужно?»

Они отвлекают от переживаний, но помогают рационализировать ситуацию. Не стоит злоупотреблять такими вопросами, так как их обсуждение может явиться препятствием для полной проработке чувств из-за углубленного поиска смысла.

АЛГОРИТМ ОТРЕАГИРОВАНИЯ СИТУАЦИИ БУЛЛИНГА В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ



Необходимая информация факты, подтверждающие наличие буллинга среди сверстников (обратить внимание на признаки травли среди сверстников, описанные выше);

- его длительность;
- его характер (физический, психологический, смешанный);
- основные проявления буллинга – что конкретно происходило, в каких формах выражалось, кто в этом принимал участие;
- участники (инициаторы и исполнители буллинга);
- мотивация участников к буллингу;
- свидетели и их отношение к происходящему;
- поведение жертвы (пострадавшего);
- динамика всего происходящего;
- прочие важные для диагностики обстоятельства.

При этом учитывается вероятность оговора или ложной, ошибочной интерпретации межличностных отношений самим ребенком, равно как и отказ от обсуждения своей ситуации жертвой или диссимилиация (сокрытие) как самого факта буллинга, так и его последствий.

Рекомендации по проведению интервью с детьми – участниками буллинга:

- используйте открытые вопросы, избегайте вопросов, на которые можно дать односложный ответ;
- если ребенок говорит фрагментарно, недостаточно подробно, можно возвращаться к тому или иному эпизоду отдельно. При этом надо избегать концентрации на самых травматических моментах;
- дайте ребенку эмоционально отреагировать произошедшее;
- используйте простые слова, избегайте специальных терминов, грамматически сложных вопросов;
- свяжите вопросы относительно времени с конкретными событиями и занятиями ребенка;

Оценить необходимость подключения правоохранительных органов. При подозрении на психическое (наркологическое) неблагополучие – психиатров и наркологов.

Принять экстренные меры по защите жертв от дальнейшей агрессии. При этом руководствоваться принципом реабилитации обидчиков в целях недопущения подобных явлений в дальнейшем.

Провести беседу отдельно с каждым ребенком, пострадавшим от травли. Зафиксировать беседу с ребенком любым доступным способом с его согласия (протокол, запись и пр.)

Составить дальнейшие планы работы со всеми участниками: с жертвой – план индивидуальной реабилитации в зависимости от тяжести случая буллинга; с обидчиками – план коррекционной работы; со свидетелями - план коррекционной или реабилитационной работы, в зависимости от степени вовлеченности свидетелей в буллинг и их ролей в нем. План профилактических мероприятий должен быть составлен для всей группы несовершеннолетних.

Реализация профилактических и коррекционных мероприятий в отношении произошедшего события с его участниками

Информирование родителей о профилактических и коррекционных мероприятиях в отношении произошедшего события

Отсроченный контроль за ситуацией

АЛГОРИТМ МЕРОПРИЯТИЙ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ СИТУАЦИЙ, СВЯЗАННЫХ С БУЛЛИНГОМ/ТРАВЛЕЙ

Статус проблемы буллинга\травли в образовательной организации

Буллинга нет

Буллинга нет, но есть риск

Есть случай буллинга

Просвещение и информирование

- Выработка единых для всей образовательной организации правил и принципов в отношении буллинга, координация мероприятий по профилактике и преодолению буллинга
- Информирование: учителей, сотрудников школы о проблеме буллинга в детских коллективах, механизмах его возникновения и возможных последствиях; родителей об условиях социальной адаптации «непохожих» детей в детских коллективах; Педагогов, родителей и детей о правилах поведения и отношений в школе.
- Обучение детей дружбе и взаимопомощи
- Организация мероприятий и обучение конструктивному взаимодействию в детских и взрослых сообществах

Проведение превентивных мероприятий

- Организация внутришкольного (в рамках образовательной организации) изучения и мониторинга риска буллинга.
- Создание линии доверия на базе школы («почтовый ящик» для обращений или телефонная линия для смс).
- Проведение групповых занятий с детьми по улучшению микроклимата в классе, оптимизации самооценок потенциальных обидчиков, развитию эмпатии, ответственности, активной антибуллинговой позиции потенциальных свидетелей буллинга.
- Стимулирование отношений дружбы «непохожих» детей с одноклассниками.
- Проведение обучения для учителей по выявлению ролевой структуры буллинга, ситуаций, которые могут привести к буллингу в группе детей и способов реагирования
- Разработка стратегии реагирования педагогического коллектива в случае буллинга

Проведение коррекционных мероприятий (системных вмешательств)

- Организация психолого-психиатрической помощи жертве. Организация работы с жертвой.
- Введение санкций буллеру . Организация психологической коррекции установок, поведения, эмоциональных состояний. Организация работы с родителями буллера.
- . Организация педагогических воздействий на свидетелей буллинга в зависимости от их ролевых позиций . Организация поддержки и статуса защитников жертв.
- Педагогический мониторинг ситуации буллинга.



МОСКОВСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПСИХОЛОГО-
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ



**МГППУ –
УНИВЕРСИТЕТ ДЛЯ
НЕРАВНОДУШНЫХ ЛЮДЕЙ**



ermolaevaav@mgppu.ru
8 (926) 595-05-45

<http://childhelpline.ru>

