**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ПРОСВЕЩЕНИЕ**

**УЧАСТНИКОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

**В ПЕРИОД ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ**

Просветительская работа психолога в настоящее время актуальна и имеет свою специфику. Теперь не только учителю, но и родителю необходимо не просто в понятной и доступной форме объяснить особенности развития ребенка, включая описание его сильных и слабых сторон, способов компенсации трудностей, но и выработать наиболее адекватные способы взаимодействия с ребенком, как в ситуации фронтального обучения, так и в индивидуальных для ребенка ситуациях. Важно знать специфические индивидуальные, личностные особенности развития детей (особо - с ОВЗ), учитывать их при разработке стратегии взаимодействия. Достаточно часто возникает ситуация, когда психолог должен стать посредником между педагогом и родителями ребенка, поскольку родители таких детей могут находиться в стрессовой ситуации и нуждаться в большей поддержке не только психолога, но и педагога. Участие  педагога-психолога в работе школьного сайта и группы школы в Сетях (ВК) становится одним из приоритетных направлений в информации, поступающей из школы.Просветительская работа по предупреждению возможного неблагополучия в психическом и личностном развитии школьников, включающая в себя выступления на родительских собраниях, лекториях; подготовку информационных буклетов, памяток лишь меняет формат общения.

Службой нашей школы на апрель – июнь 2020г был составлен план работы, где просвещение участников образовательного процесса стало первоочередной задачей:

|  |  |
| --- | --- |
|  | Направления психолого – педагогического просвещения в период ограничительных мероприятий в МБОУ «Голузинская СОШ» п. Новатор |
| 1 | Самоизоляция и пандемия. Снижение тревожности |
| 2 | Дистанционное обучение – что это? Рекомендации по организации труда и отдыха |
| 3 | Поддержка семей с учащимися с ОВЗ. Консультирование родителей по вопросам воспитания |
| 4 | Просвещение педагогического коллектива |
| 5 | Сопровождение подготовки к экзаменам. Рекомендации выпускникам и родителям |

Снижение тревожности, вызванное негативным влиянием на психическое состояние взрослых и учащихся средств массовой информации; трудностями, связанными с ситуацией дистанционного обучения детей (непринятие ситуации детьми и родителями, нарушение привычного распорядка дня, технические сложности, невладение родителями методикой обучения детей, дефицит социально-эмоционального контакта между субъектами образовательного процесса); вытекающими отсюда психоэмоциональным напряжением, связанного с длительным пребыванием в ограниченном пространстве, проявлениями гнева, раздражительности, беспомощности и безысходности, – для нас стало первоочередной задачей. Сопровождение образовательной деятельности по сохранению и укреплению психологического здоровья участников образовательного процесса осуществляется в соцсети Контакт (ВК) и сайт школы через

-освоение приемов и способов сохранения психологического здоровья (умение  
сдерживать агрессивность, умение управлять эмоциями, освоение способов  
конструктивной коммуникации, умение осуществлять выбор, видеть позитивное в трудностях)

-повышение психологической грамотности в вопросах ответственности  
за собственное поведение, ориентированное на здоровый образ жизни, на сохранение близких отношений (детско – родительских);

- формирование установок и ценностных ориентаций на конструктивные взаимоотношения, на здоровый образ жизни.

Несмотря на трудности общения (технической стороны), мы продолжили работу с учащимися «группы риска»  по программе « В поисках личностного смысла». Как никогда стали важны отрабатываемые здесь навыки и умения: оптимизация общения учащихся со сверстниками и взрослыми, формирование чувства собственного достоинства и уверенности в себе, развитие умения ставить перед собой цели и владеть собой. В своей работе в период действия ограничительных мероприятий я использовала такие методы, как наблюдение (за общением в группах ребят с ОВЗ и стоящих на ВШУв ВК – по возможности),общение с родителями и учителями (через группы ВК, классных руководителей –вебинары со специалистами, памятки с рекомендациями). С самими учащимся - просмотр видеофильмов и роликов по проблемам, волнующим подростков, с последующим обсуждением. Большая помощь оказана при разработке программы занятий к неделе по профилактике употребления табачных изделий «Мы за чистые легкие» социальным педагогом и педагогом - организатором. Совместные занятия с учащимися помогли решить часть проблем, возникшими в связи с онлайн обучением. В режиме онлайн проводились и индивидуальные консультации.

Одним из важных направлений образовательного процесса в нашей школе считаю психолого-педагогическое сопровождение учащихся с ограниченными возможностями здоровья. Целью психологического сопровождения является  максимальное содействие психическому и личностному развитию обучающихся, создание социально-психологических условий для усвоения учебного материала адаптированных программ, укрепления их здоровья. Для этого систематически отслеживается статус ребенка в коллективе и динамика его психологического развития в процессе школьного обучения. В новых условиях эта задача переориентирована на определение статуса ребенка в группах по общению, в семье. На индивидуальных и групповых занятиях на дистанционном обучении(в сети ВК) у обучающихся формируются способности к самопознанию, саморазвитию и самоопределению.Детям, имеющим проблемы в психологическом развитии, обучении оказывается поддержка, в том числе и эмоциональная. В результате  такой работы  к концу обучения в начальной школе и среднем звене повышается общий уровень развития ребят.

Большую роль в поддержании мотивации и познавательного интереса, в профилактике стрессов от самоизоляции учащихся и их родителей сыграло

1. включение педагогами  в содержание занятий заданий технологий здоровьесбережения, выполнение которых  активизируют и развивают  навыки  рефлексии и толерантности ( «лесенка настроения», элементы тренинга, ролевые игры, методы  вербализации и т.д).
2. введение в содержание занятий заданий, выполнение которых дает положительный эмоциональный заряд, снимают эмоциональное напряжение  (раскрашивание, элементы арт – терапии (рисунок на заданную тему, выполнение коллажа, лепка из пластилина, нанизывание бусин) и анималотерапии (игры с мягкими игрушками)).
3. включение  в содержание занятий заданий, которые способствуют улучшению физического самочувствия, развивают навыки саморегуляции   (упражнения - энергизаторы, «мозговая гимнастика», элементы  психогимнастики, релаксационные техники – по рекомендации психолога).
4. включение заданий, которые программируют на позитивное взаимодействие с другими людьми (элементы сказкотерапии, метод игротерапии и др.).
5. включение заданий, позволяющих развивать коммуникативные навыки и навыки решения конфликтных, трудных жизненных ситуаций (поведенческийтренингс проигрыванием ролей – при непосредственном участии родителей ребят)

Эффективность работы с детьми ОВЗ возможна только при тесном взаимодействии со всеми специалистами Службы сопровождения, администрацией школы, учителями и классными руководителями, родителями учащихся.Таким образом, решается основная задача сопровождения особых обучающихся - формируется   адекватная, позитивная самооценка как устойчивая основа их личности, направленной  на саморазвитие. Развивается творческое, креативное мышление, творческие способности учеников с ОВЗ.

Работа с учащимися по преодолению тревожности в период подготовки к экзаменам в 9-х и 11 классах идет полным ходом. Не секрет, что учащимся старших классов для успешной подготовки и сдачи экзаменов необходимо осмысление своей деятельности, сформированность ответственности в достижении успеха, важна вера в собственные способности и возможность собственного успеха. А это трудно дается большинству учащихся с ОВЗ из-за неадекватной самооценки. Исходя и принципов здоровьесберегающего обучения, именно этому должны уделять внимание классные руководители выпускных классов. Мы продолжили проведениезанятий программы по психологическому сопровождению подготовки учащихся к ЕГЭ в выпускных классах, и,не смотря на большую занятость выпускников, эти уроки нашли отклик. Учащиеся активно поработали с рекомендациями по самоорганизации (по памяткам), ответили на анкету и получили индивидуальные рекомендации по дальнейшей подготовке.

Результаты теста на самооценку психологической готовности к сдаче ЕГЭ

Анализ работы по сохранению и укреплению психического здоровья учащихся показал снижение заболеваемости в дистанционный период обучения, снижение  уровня тревожности, агрессивности, конфликтности (по наблюдению классного руководителя и самодиагностике учащихся).

Хочется отметить, что применение разнообразных методов и приёмов здоровьесбережения в просвещении, регулярное их использование в практике педагоговпозволит нам сохранить здоровье наших детей, научит их заботиться о себе в различных жизненных ситуациях.

Основными задами в просвещении родителей (законных представителей) стало

- снижение их тревожности и агрессивности в новых условиях обучения детей. Мы попытались вместе рассмотреть дистанционное образование как новый ресурс, как источник новых возможностей для ребенка. Такой взгляд на дистант помог бы не превратить учебу в хронический стресс, который может отрицательно сказаться на физическом и на психическом здоровье и взрослых и детей (особенно - с ОВЗ)  
– повышение психологической компетентности родителей по вопросам сохранения и укрепления здоровья учащихся,особенностям различных видов здоровья ( вебинары специалистов Благотворительного фонда «Дорога к дому», Академии успешного школьника, Академии для мам (ВК))  
– консультирование по психологическим проблемам обучающихся, связанным с употреблением психоактивных веществ и др.

- вопросы организации совместного с детьми досуг и отдых.

У каждой семьи свои традиции, возможности. Важными моментами в обсуждениях стали организации дня ребенка в режиме самоизоляции ( памятка « Рекомендации по самоорганизации дистанционных занятий для младших и совсем взрослых школьников»), объяснение подростку причин, по которым сейчас нельзя гулять и ходить друг к другу в гости; вопросы семейных отношений между детьми и взрослыми во время совместного пребывания в едином ограниченном пространстве; отсутствие взаимопонимания при непосредственном выполнении и отправке заданий учителю (отсутствие деятельности вообще). Обсуждения и ответы на эти вопросы также размещены на сайте и в группе школы (ВК) в виде статей, памяток, вебинаров.

Цель моей работы с **педагогами** - их профессиональная и личностная поддержка: развитие их социально – психологической компетентности, формирование мотивационной сферы педагогов, развитие их креативности, готовности к инновационной деятельности. Задачами просветительской деятельности и раньше было осознание педагогами своей роли в формировании и преодолении трудностей ребенка, а теперь усиливается - побуждение их к личностному росту и изменению форм взаимодействия с ребенком путем применения различных приемов здоровьесбережения на занятиях; мотивирование на более глубокую работу по преодолению трудностей детей в условиях дистанционного обучения. Проводимая профилактическая работа с  педагогами позволяет объективно оценивать различные ситуации и программировать совместную работу по устранению тех или иных проблем совместно с ребенком ( в зависимости от возраста, особенностей развития) и его родителями.

В связи с условиями, в которых находятся и сами педагоги, возникла острая необходимость в просвещении и консультированииих по вопросам профилактики и преодоления психического выгорания, в том числе, с использованием методов диагностики уровня психологической напряжённости, стрессоустойчивости*,* уровня эмоционального выгорания. Педагогами нашей школы получены рекомендации психолога по минимизации стресса от перегрузок, по саморегуляции и самоконтролю, по планированию обучения в дистанционном формате и его гигиене (123.ya.ru). Педагоги участвовали в экспресс – диагностике состояния стрессапо эмоциональному выгоранию (psytests.orq).

**Результаты теста по определению уровня регуляции в стрессовом состоянии у педагогов (апрель 2020 г)**

Считаю и своей заслугой постепенное расширение опыта педагогов в отслеживании своего эмоционального состояния, положительный настрой с утра (обмен аффирмациями и позитивными картинками в утреннем приветствии друг другу) уже к концу апреля.

С представителями администрации также постоянноидет работа в направлении здоровьесбережения:  
– оказывается помощь в планировании, разработке и реализации мероприятий по  
формированию ценностей и навыков здорового образа жизни;  
– Служба школы приняла непосредственное участие в разработке здоровьесберегающейобразовательной среды, системы мероприятий по профилактике и укреплению психологического здоровья участников образовательного процесса в период дистанционного обучения.

Анализ работы за весь период дистанционного обучения показал, что работа в направлении «психолого- педагогическое просвещение (и профилактика)»была наиболее результативной. В целом в течение всего периода обучения в дистанционном режиме были задействованы все направления деятельности. Работу по психологическому обеспечению решения образовательных задач считаю удовлетворительной, имеющей положительную динамику. Чувствую свою сопричастность к полученным результатам, общему настроению коллег и обучающихся (особенно – детей с ОВЗ); при этом ощущаю острую необходимость дальнейшего совершенствования своей компьютерной грамотности.