**Описание психолого-педагогической технологии работы**

**педагога-психолога МБОУ СОШ №2**

**Бобровой Юлии Ивановны**

В современном обществе существует большое количество технологий и подходов в работе с детьми и подростками. В построении своей работы я большое внимание уделяю эмоциональной сфере учащихся и гармонизации детско-родительских отношений. Моими помощниками в реализации этих задач стали такие методики, как арт-терапия, песочная терапия, игровая терапия, телесно-ориентированная терапия, сказкотерапия, коллаж.

Все чаще и чаще в работе я сталкиваюсь с тем, что учащиеся испытывают сложности с выражением гнева. На первый взгляд эта проблема кажется незначительной, но невыраженный гнев камнем остаётся внутри ребёнка, влияя на его развитие. Одни дети прибегают к ретрофлексии, буквально делая с собой то, что они хотели бы сделать с другими: порезы, соматические проявления душат себя приступами астмы, напрягают мышцы до головной боли или боли в животе. Другие прибегают к дифлексии гнева, подменяя переживаемые чувства: ребёнок может улыбаться или смеяться вместо того, чтобы расплакаться. Третьи бросаются во всевозможные драки, добиваясь временного облегчения (эмоция должна быть осознана и выражена по адресу, иначе эффект будет временным). Некоторые дети телесно выражают чувства через ночное недержание мочи. Есть и такая категория детей, которые проецируют свой гнев в окружающий мир, представляя себе, что все вокруг злятся на них или что это другие злые, а не сам ребенок – это могут быть иррациональные страхи, ребёнок как бы отщепляет от себя накопленный гнев, который ему представляется ужасным чудовищем.

Как я работаю с этой проблемой? У большинства учащихся, которые попадают в мой кабинет, отсутствует конструктивный способ выражения гнева, или они отрицают своё чувство злости. Приступая к коррекционной работе, за основу я беру развитие здорового ребёнка, а отклоняющиеся проявления рассматриваю как проявление дефицита. Я наблюдаю за тем, как ребёнок или подросток контактирует с окружающим миром, как строит отношения со сверстниками, с учителем, как он обращается со своим телом (имеет ли навыки саморегуляции). Затем я много времени уделяю построению отношений между мной и ребёнком, мы рисуем, лепим, играем, подростков привлекаю в индивидуальные занятия через небольшие групповые тренинги, формируя доверие к себе, – и когда доверие сформировано, я им дорожу, даю много эмоциональной поддержки, безусловного принятия и одобрения. Эта работа является основой для качественных изменений, на этом этапе я формирую гипотезу о дефиците у ребёнка или подростка и пробую разные способы работы, чтобы восполнить этот дефицит. Например: Вика, 15 лет, эмоциональные нарушения, во всех окружающих она видела агрессоров, которые относятся к ней несправедливо, из-за чего возникало большое количество конфликтов и с учителями, и со сверстниками, девочка держалась отдельно, дружеских отношений не имела. Она проявляла ко мне интерес со дня моего поступления на работу; не успев приступить к работе, я узнала, что на неё нужно обратить особое внимание. Я заметила, что Вика очень сильно себя сдерживает, иногда до дрожи во всём теле и не переносит физических прикосновений. Просто предложить ей коррекционную работу я не видела возможным в связи с ярко выраженной нарциссической структурой личности. Я находилась поблизости, вставала на её сторону в процессе разрешения конфликтов, отмечала её достижения и привлекала себе в помощь. На построение отношений нам потребовался почти год, после чего мы приступили к занятиям; её очень привлекла песочная терапия, и по истечении ещё двух месяцев произошла кульминационная сессия. Делая расстановку в песочнице, она выбрала маленькую девочку и поставила в середину, а остальные игрушки развернула к ней спиной. Когда я ей предложила побыть этой маленькой девочкой и рассказать, почему все от неё отвернулись, она начала говорить, что девочка сама виновата и она не заслуживает внимания. Произнеся эти слова, она расплакалась и сказала, что обижается на маму и считает себя виноватой в том, что мама уехала и оставила её бабушке. Вике удалось разместить эмоции и выразить злость на маму, в процессе последующей работы она научилась распознавать свои чувства и освоила конструктивные способы их выражения, она подпустила меня настолько, что я могла её обнимать. В результате работы у Вики наладились отношения с классом, появилась подруга, а на занятии, куда я приглашала и маму Вики, мама отметила значительное улучшение эмоционального состояния дочери вне школы.

На этом примере я хотела показать принцип моей работы в действии. Я стараюсь проводить занятия с детьми всех классов, обучаю их способам выражения злости, построению диалога, способности слышать другого. Для меня очень важен фон каждого отдельного коллектива, и если я наблюдаю повышенное напряжение, то прихожу с коррекционным занятием, дающим возможность выпустить напряжение. После занятия я провожу консультацию с классным руководителем и даю рекомендации по сплочению коллектива. В профориентационной работе с подростками я использую деловые игры, которые помогают им раскрыть свой потенциал.

В работе я опираюсь на опыт современных психологов: Вайолет Оклендер, Натальи Кедровой, Елены Петровой, Дорис Брет – и основным инструментом считаю свою личность, поэтому уделяю много времени саморазвитию и обучению.