

**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение -  
средняя общеобразовательная школа №3  
города Армавира**

**Технология работы педагога-психолога  
Шевченко Вероники Александровны**

## Технология работы педагога-психолога МБОУ – СОШ № 3

### Шевченко Вероники Александровны

Школьная жизнь ребенка протекает в сложно организованной, разнообразной по формам и направленности среде. По своей природе эта среда социальна, так как представляет собой систему различных отношений ребенка со сверстниками и школьниками другого возраста, педагогами, родителями и другими взрослыми участвующими в школьном процессе. Попадая в школьный мир, ребенок оказывается перед множеством разнообразных выборов, касающихся всех сторон жизни в нем: как учиться и как строить свои отношения с учителями, как общаться со сверстниками, как относиться к тем или иным требованиям и многое другое. Можно сказать, что школьная среда предлагает школьнику на выбор множество дорог и путей.

Педагог-психолог является связующим звеном в общей системе взаимодействия образовательного процесса. Его работа осуществляется на основе программы развития школы.

**Цель:** «Создание благоприятных условий для формирования социально-ориентированной личности в условиях модернизации образования».

#### ЗАДАЧИ

- использование новейших педагогических технологий с учётом индивидуальных особенностей развития личности ученика;
- повышение роли научных знаний в предметных курсах, раскрытие роли интеграционных процессов в науке и в мире;
- поиск новых, актуальных подходов в обучении, углубление индивидуализации обучения;
- привитие духовно-нравственных ценностей с целью адаптации учащихся в современном мире.

В нашей школе обучается 1 008 учащихся, с ОВЗ – 28 человек, имеется класс ЗПР (4 «Д»), 2 класса казачей направленности (2 «А», 6 «А»).

В 9 классах ведётся пред профильная работа, включающая курсы по выбору, самостоятельно выбирая которые, учащиеся делают выбор в пользу той или иной профессии.

В 10-11 классах ведётся профильная подготовка по направлению «Экономико-математического профиля».

Опираясь на программу развития школы основной целью психологического сопровождения является: повышение эффективности деятельности учреждения образования посредством гармонизации психического развития учащихся, обеспечение успешной социализации, сохранения и укрепления здоровья, предупреждения отклонений в их развитии и поведении.

Задачи:

- изучение личности учащихся и ученических коллективов в целях организации индивидуального и дифференцированного подхода в процессе обучения и воспитания;
- пропаганда среди учащихся, педагогов и родителей здорового образа жизни, содействие в преодолении школьных факторов риска утраты здоровья;
- создание условий для получения коррекционно-развивающей поддержки всем нуждающимся школьникам, содействие в социализации, преодолении кризисных периодов на всех этапах обучения;
- своевременное выявление детей и подростков, оказавшихся в социально-опасном положении, содействии созданию условий для формирования адаптивных социальных навыков;
- предупреждение семейного неблагополучия;
- ранняя профилактика отклонений в развитии, поведении, деятельности и общении несовершеннолетних ;
- содействие в приобретении обучающимися, педагогами и родителями психологических знаний, умений, навыков необходимых для успешного обучения, воспитания и развития;
- оказание целенаправленного влияния на формирования благоприятного социально-психологического климата в учреждении образования, создание условий для социально-психологического развития классных коллективов.

Реализуя поставленные задачи в своей практической деятельности мною разработаны программы: «Познай себя», «Психологического сопровождения в предэкзаменационный период старшеклассников».

Внедрение современных психолого-педагогических технологий в практической деятельности позволяет мою работу сделать более продуктивной и эффективной. Использую психолого-педагогические технологии проективной деятельности, здоровьесберегающие технологии, информационно-коммуникативные, игровые техники и технологии.

В моей копилке собраны тесты на разные темы (здоровье, характер, семья, личность, профориентация и т.д.). Планируя элективные курсы по психологии, информационный час использую мультимедийные презентации «Что такое психология?», «Сдаём ОГЭ на 100 баллов», «Личность» и т.д.

При организации психологического просвещения и группового консультирования я использую видеолектории, мною собрана копилка фильмов по пропаганде здорового образа жизни, мультфильмы, электронные книги «Тебе родитель», «Подросток и его проблемы», «Вредные привычки» и т.д. На школьном сайте разработана страничка психолога, где размещены материалы для родителей, педагогов, учащихся.

Использую возможности Интернета: изучаю электронные учебники, статьи, знакомлюсь с новостями психологических исследований, читаю «Психологические консультации», обмениваюсь с коллегами информацией с помощью электронной почты и т.д.

Применяемые мною здоровьесберегающие технологии направлены на сохранение психологического здоровья учащихся и учителей.

В рамках профилактической работы провожу классные часы «Умей владеть собой», «В плену эмоций», «Я выбираю жизнь», «Нет табачному дыму» и т. д, разработан цикл занятий, направленных на профилактику суицидальных наклонностей «Жизнь прекрасна», «Ты не один», лекторий для родителей:

« Молодёжные субкультуры», «Знаю ли я своего ребёнка» « Как уберечь ребёнка от наркотиков», « Общаться с ребёнком. Как?», выступления на МО педагогов «Этот трудный подросток», «О мерах профилактики суицида среди детей и подростков».

Ежегодно отслеживается мониторинг состояния школьной молодёжной среды к употреблению наркотических веществ. В своей работе активно применяю игровые техники, тренинговые формы работы «Как преодолеть трудности», «Учимся общаться», « Стили принятия решений», « Близкий человек - соблазн», и т.д.

С целью предупреждения эмоционального выгорания педагогов школы разработала программу, задача которой, создание условий для сохранения и укрепления психического здоровья педагогов, формирование навыков регуляции психоэмоциональных состояний. Реализация программы с 2015 по 2017 учебный год повысила уровень стрессоустойчивости педагогов на 10%.

Наиболее подробно хотелось бы остановиться на технологии психологического сопровождения школьников во время подготовки к ЕГЭ.

Современная процедура прохождения ЕГЭ вызывает у выпускников различные трудности. Наиболее значимыми причинами волнения, по опросу выпускников, являются:

- сомнение в собственных способностях,
- сомнения в полноте и прочности знаний,
- психофизиологические и личностные особенности (тревожность, астеничность, неуверенность в себе),
- страх ответственности.

В практике редко встречаются учащиеся, находящиеся в состоянии полного покоя в предэкзаменационный период и во время экзамена.

Основная задача технологии психологического сопровождения школьников во время подготовки к ЕГЭ- снизить экзаменационные страхи,

тревогу, обучить приемам саморегуляции .

Реализация поставленной задачи осуществляется во всех направлениях психологического сопровождения: психодиагностика, психологическое просвещение и профилактика, психологическое консультирование и коррекционно-развивающая деятельность со всеми участниками учебно-воспитательного процесса: учащимися, родителями, педагогами.

Диагностический блок включает в себя оценку уровня тревожности, эмоционального состояния, определение самооценки, нервно-психического напряжения, что позволяет корректировать психоэмоциональное состояние выпускников во время подготовки и сдачи ЕГЭ. ( используются методики Спилберга, Филипса).

Наиболее важным направлением сопровождения является психологическое просвещение и профилактика всех участников образовательного процесса.

Для учащихся выпускных классов проводятся занятия «Как готовиться к экзаменам», «Что делать, если...», «Как справиться с тревогой».

На занятиях обсуждаем вопросы: как оборудовать рабочее место для подготовки к экзаменам, составить план занятий, разработать индивидуальный режим дня, с чего начать занятие; как учитывать особенности запоминания, использовать методы запоминания, знакомимся с методами релаксации и активизации, приемами снижения экзаменационной тревожности; продумываем, как организовать день накануне экзамена, настроить свои мысли на успех, как вести себя на экзамене. Занятия проводятся в различных формах: тренинги, беседы, деловые игры, лектории. Разнообразие используемых форм работы позволяет учащимся организовывать свою деятельность, распределять время на подготовку к экзаменам, выполнение домашних заданий, отдых. С учащимися с высоким уровнем тревожности и притязаний, которые зачастую являются отличниками, проводится индивидуальная работа по выработке конструктивного отношения к экзаменам не как к испытанию, а как к возможности проявить себя, приобрести

опыт подготовки и сдачи экзаменов, а также по планированию альтернативных вариантов поступления в различные ВУЗы.

Одним из существенных аспектов психолого-педагогического сопровождения выпускника, является работа с родителями, которая нацелена на повышение осведомленности, формирование реалистичной картины экзамена, снижение родительской тревоги, создание благоприятного психологического климата в семье.

На родительских собраниях даются рекомендации по организации режима дня старшеклассников, поддержке и помощи детям в период до, во время и даже после экзаменов.

Анкетирование детей показало, что 45% испытывают нервно-психическое напряжение именно в период ожидания оценки. Оговариваются действия родителей при негативном сценарии, например, если ребенок не сдает ЕГЭ или сдает экзамен на баллы, которые ниже его притязаний. Это способствует правильному реагированию на возможные варианты сдачи ЕГЭ, психологической подготовке как родителей, так и детей к неожиданному развитию событий. При недостатке или отсутствии адекватной психологической поддержки выпускник испытывает разочарование во взрослых.

А психологическая поддержка – это процесс, в котором взрослый сосредотачивается на позитивных сторонах и преимуществах старшеклассника с целью укрепления его самооценки; помогает ему поверить в себя и в свои способности; поддерживает его при неудачах.

Тематика консультаций с педагогами связана с индивидуально - ориентированным подходом к учащимся в период подготовки к экзаменам и психологической поддержке в период проведения ЕГЭ. Работа с педагогами направлена на обсуждение и коррекцию нереалистичных установок, ознакомление педагогов с психологической спецификой ЕГЭ в целом и трудностями отдельных групп

выпускников, взаимодействие в поиске эффективных методов формирования необходимых психических функций.

Коррекционно-развивающую работу с выпускниками провожу в форме игр, практикумов, групповых развивающих занятий с элементами тренинга, сказкотерапевтических занятий «Путь к успеху», «Зажги звезду», «Спокойствие, только спокойствие», «Дерево успеха» и т.д.

С их помощью решаются задачи, актуальные для старшеклассников в период сдачи ЕГЭ:

- Повышение сопротивляемости стрессу.
- Отработка навыков поведения на экзамене.
- Развитие уверенности в себе.
- Развитие навыков самоконтроля.
- Развитие навыков саморегуляции. Обучение приемам релаксации и снятия нервно-мышечного напряжения.
- Помощь в осознании собственной ответственности за поступки, в анализе своих установок.
- Обучение приемам эффективного запоминания.
- Обучение методам работы с текстом.

Хорошую помощь, по отзывам учащихся, дают упражнения на овладение приёмами нервно-мышечной релаксации и снятию напряжения «Страхни», «Дождь в Джунглях», «Дыхание», «Кинесиологическое» и другие.

В индивидуальной и групповой работе активно использую методические рекомендации «Психологического сопровождения подготовки обучающихся к итоговой аттестации» к. псих. н С.К. Рыженко

В консультировании применяю методы песочной терапии, проективные методики «Человек под дождём», «Карта сказочной страны» и т.д.



Анализ результатов предэкзаменационной диагностики выпускников, полученных в результате анкетирования, показал эффективность психолого-педагогического сопровождения процесса подготовки к ЕГЭ: снижение общей тревожности учащихся в среднем на 25%; более половины учащихся самостоятельно используют предложенные рекомендации по регуляции эмоционального состояния при подготовке и во время экзаменов.

Таким образом, психологическая подготовка к экзаменам способствует повышению уровня информированности, психологической готовности учащихся, родителей, педагогов в режиме подготовки и проведения ЕГЭ.

Все используемые мною технологии позволяют осознать самой и показать всем участникам образовательного процесса значимость психологической помощи и необходимости существования этой службы в школе.