Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа №28 поселка Мостовского

Психолого - педагогические технологии работы педагога - психолога

Тунниковой Людмилы Александровны

2018год

Целью работы педагога-психолога МБОУСОШ№28 поселка Мостовского является психологическое сопровождение учебно-воспитательного процесса. Оказание помощи обучающимся в определении своих возможностей исходя из способностей, склонностей, интересов, состояния здоровья.

**Задачи:**

* Содействие успешной адаптации учащихся к условиям образовательного учреждения.
* Оказание помощи в решении индивидуальных психологических проблем учащихся.
* Проведение систематической коррекционно-развивающей работы с учащимися с ОВЗ; психологическая помощь одаренным детям.
* Формирование психолого-педагогической компетентности (психологической культуры) учащихся, родителей и педагогов.
* Оказание помощи в приобретении учащимися психологических знаний, умений и навыков, необходимых для определения профиля обучения, получения профессии, развития карьеры, достижения успеха в жизни.
* Психолого-педагогическое сопровождение детей в период подготовки и сдачи ЕГЭ, ГИА.
* Формирование культуры самосохранительного поведения учащихся.

В современной школе, наряду с ослабленным физическим здоровьем, школьники страдают психологическими проблемами (дезадаптационными нарушениями). Данные нарушения обусловлены влиянием стрессогенной системы организации образовательного процесса. В решении этой проблемы большую роль играет школьная психологическая служба. В рабочем арсенале педагога-психолога находятся методики, способные вывести ребенка из стрессового состояния, снять внутреннее напряжение, выявить возможности появления более оптимистического взгляда на жизненную ситуацию и т.д.

Какие же психолого-педагогические технологии наиболее актуальны в моей образовательной организации?

**Здоровьесберегающие технолологии**

Психологическая деятельность подразумевает применение таких методик, как:

• Музыкотерапия – использование музыки для: расслабления и успокоения, активизации эмоциональной сферы, коррекции эмоционального состояния.

• Танцевальная терапия – использование танцевальных движений или имитаций под музыку для снятия мышечных зажимов.

• Арт-терапия

Арт-терапия включает в себя ряд направлений психологической работы, связанных с творчеством – это изотерапия, цветотерапия, сказкотерапия, музыкотерапия, Психология творчества давно и успешно применяется в работе с детьми и взрослыми. Арт-терапия раскрывает многогранный внутренний потенциал человека и параллельно помогает бороться с рядом серьезных психологических проблем, в числе которых травмы, внутренние конфликты, страхи. Благодаря психологии творчества человек погружается в ситуацию, где можно снять стресс и обрести веру в себя. Чаще всего арт-технологии используются в диагностике, коррекции, психотерапии, а на сегодняшний день и в образовательном процессе на разных ступенях обучения.

Арттерапию использую когда есть трудности эмоционального развития, актуальный стресс, депрессия, снижение эмоционального тонуса, импульсивность эмоциональных реакций, эмоциональная депривация, переживание эмоционального отвержения, чувство одиночества, наличие конфликтов, неудовлетворенность в семейной ситуации, повышенная тревожность, страхи, негативная «Я-концепция», низкая самооценка.

Широко использую методики изотерапии( «Кактус», «Мой обычный день», «Школа», «Нельзя и Можно», «Моя семья», «Мой самый хороший поступок»,«Страх», «Обида», «Я через 5 лет», «Мое настроение» или изображение эмоциональных состояний и чувств,рисование песком на световом столе.),сказкотерапии,занятия в сенсорной комнате( оборудование – тактильная панель, светодиодная панель, пузырьковая колонна, тренажеры, набор Монтесори)

* Психогимнастика предполагает выражение переживаний, эмоциональных состояний, проблем с помощью движений, мимики, пантомимики. Использую упражнения развивающие внимание, упражнения на снятие эмоционального напряжения, развития сотрудничества. Например «Карлики и великаны», «Атомы и молекулы», «Солнечный луч» и т.д.

Большое внимание в работе уделяю обучению детей приемам саморегуляции.

Опыт работы показывает, что многие проблемы детей, обусловлены неумением регулировать своё эмоциональное состояние и управлять своим поведением.

Использую дыхательные техники, они наиболее легко доступны и быстродейственны. Особенно в ситуациях стресса, конфликтной ситуации, ситуации публичного выступления и т. д., которые требуют скорого разрешения или снятия, освобождения от волнительного, негативного состояния. Используемые упражнения: «Воздушный шарик», «Медленное дыхание», «Стабилизирующее дыхание»

Релаксационные техники, их преимущество в том, что они позволяют

достичь расслабления и отдыха, снятия психоэмоционального

напряжения за короткий промежуток времени, не требуют технического

оснащения, успешно используются как индивидуально, так и в группе Используемые упражнения: «Улитка», «Высокая энергия» (зрительная техника), «Гудение» (голосовая техника), «Воздушный шарик», «Слушай тишину», «Тесная обувь», тренажеры для глаз..

**Игровые технологии:**

- активизируют педагогов;

- повышают познавательный интерес;

- вызывают эмоциональный подъем;

- способствуют развитию творчества;

- максимально концентрирует время занятий за счёт чётко сформулированных условий игры.

Данная технология в моей практике занимает основное положение, решает следующий спектр задач: психокоррекции, психопрофилактики, развития и гармонизации личности ребенка, способствует улучшению психологического климата в семьях и малых группах.

Игровая терапия включает в себя индивидуальные, парные и групповые игры, техники, предполагающие использование фигурок, метафорических карт, методики релаксационного характера, основанные на активной работе воображения, разных формах художественной экспрессии и др.

В игре ребенок развивается как личность, у него формируются те стороны психики, от которых впоследствии будет зависеть успешность его социальной практики. Игра является полигоном тех испытаний, которые выбираются детьми для самопроверки и в процессе которых ими осваиваются способы решения возникающих в процессе игры проблем межличностных отношений. В игре создается базис для новой ведущей деятельности – учебной.

В психологической практике игровая деятельность выполняет такие функции:

- развлекательную (это основная функция игры - развлечь, доставить довольствие, воодушевить, пробудить интерес);

- коммуникативную: освоение диалектики общения;

- игротерапевтическую: преодоление различных трудностей, возникающих в других видах жизнедеятельности;

- диагностическую: выявление отклонений от нормативного поведения, изучение особенностей межличностных отношений, самопознание в процессе игры;

- коррекционную: внесение позитивных изменений в структуру личностных показателей;

- социальную: включение в систему общественных отношений, усвоение норм человеческого общежития.

В своей работе так же использую игры на развитие внимания, памяти, мышления, воображения, речи, коррекцию самооценки, развитие произвольности; использую коммуникативные, дидактические, интерактивные игры. Ситуация игры – это отражение ситуации реальной жизни. Через сюжетно-ролевые, подвижные и другие игры формируются коммуникативные способности и качества ребенка: умение распознавать эмоции других и владеть своими чувствами, позитивное отношение к другим людям, умение сопереживать. Развивается так же умение выражать свои потребности и чувства с помощью вербальных и невербальных средств, взаимодействовать и сотрудничать в коллективе. Играя вместе, дети начинают учитывать желания и действия другого ребенка, учатся отстаивать свою точку зрения, строить и реализовывать совместные планы, так что игра оказывает большое влияние на развитие общения детей. Например игры «Необитаемый остров»,»Цветной клубок», «Путь к успеху» и т.д.

Кроме того, игровые технологии использую в психопрофилактический работе с педагогическим коллективом, организуя тренинговую работу, направленную на сплочение коллектива, снятие эмоционального напряжения, профилактику эмоционального выгорания, развитие творческого мышления и креативности.

Главный компонент игровых технологий - непосредственное и систематическое общение участников образовательного процесса.

Игровые тренинговые занятия проходят очень живо, в эмоционально благоприятной психологической обстановке, в атмосфере доброжелательности, свободы, равенства, при отсутствии изоляции пассивных участников. Игровые технологии помогают педагогам раскрепоститься, появляется уверенность в себе.

**Личностно – ориентированные технологии**

Ставят в центр всей школьной социально-психологической системы личность ребенка, обеспечение комфортных, бесконфликтных и безопасных условий ее развития, реализации ее природных потенциалов. Личностно-ориентированная технология представляет собой воплощение гуманистической философии, психологии и педагогики.

В центре внимания школьного психолога - уникальная целостная личность ребенка, стремящаяся к максимальной реализации своих возможностей (самоактуализации), открытая для восприятия нового опыта, способная на осознанный и ответственный выбор в разнообразных жизненных ситуациях:

**Информационно-коммуникационные технологии**

В решении проблем психолого-педагогического сопровождения УВП, реализации деятельности педагога-психолога по базовому компоненту, активизации обучения и всей школьной жизни существенную роль играют коммуникационные и информационные технологии. Способы использования современных информационных технологий в психолого-педагогическом сопровождении учебно-воспитательного процесса различны: создание информационного пространства психологической службы школы через использование электронных ресурсов: электронная почта доверия для детей и родителей; поиск необходимой информации в Интернете; разработка и реализация тематических проектов (для классных часов, родительских собраний, педагогического совета, методических объединений, обучающих семинаров); создание компьютерных презентаций как психологом, так и самими учащимися; использование проекционного оборудования при проведении коррекционно-развивающих занятий, классных часов и общешкольных мероприятий и др. Информационно-коммуникационные технологии являются эффективным техническим средством, при помощи которого можно значительно обогатить коррекционно-развивающий процесс, стимулировать индивидуальную деятельность и развитие познавательных процессов детей, расширить кругозор ребенка, воспитать творческую личность, адаптированную к жизни в современном обществе.

Использование ИКТ по направлениям работы:

1. Методическая работа.

Работа в Microsoft Office (Excel, Word, PowerPoint). Оформление отчетной и текущей документации, создание базы данных по итогам диагностики, составление графиков и диаграмм. Создание собственных презентаций, фотоальбомов.

2. Профилактическая, коррекционно-развивающая работа с детьми.

При реализации профилактической и коррекционно-развивающей работы с применением ИКТ есть возможность включать в занятие разнообразные компьютерные игры, направленные на развитие памяти, внимания, мышления («На что похоже?», «Найди лишнее», «Запомни и назови», «Игры для тигры», игры – раскраски и др). Также, необходимо использовать аудиоаппаратуру - DVD, CD диски и аудиокассеты («Волшебные феи» , «Уроки тетушки Совы», «Голоса птиц и зверей» и др.). Приложение «Paint» можно применять как арттерапевтическую технику, используя вместе с музыкальным сопровождением.

3. Работа с коллегами (педагоги-психологи школ)

Создание интернет-сайта, участие в работе профессиональных сетевых сообществ, чатов, online конференций. Использование информационных интернет – ресурсов (www.maaam.ru, www.nsportal.ru, и другие). Обмен с коллегами информацией с помощью электронной почты;

4. Работа с педагогами и родителями

Создание памяток, буклетов, фотогаллерей, и пр. документов, содержащих материалы по проблемам развития, обучения и воспитания детей, с последующим размещением их на интернет – сайте учреждения. Консультирование родителей, педагогов используя возможности Интернета. Создание презентаций при подготовке к совместным мероприятиям с педагогами, родителями.

Нельзя переоценить ресурсы предоставляемые ИКТ для профессионального саморазвития психолога: это и возможность почитать в Интернете электронные учебники, статьи, познакомиться с новостями психологических исследований, почитать «Психологический консультарий», обменяться с коллегами информацией с помощью электронной почты, поучаствовать в профессиональных чатах и т.д. Безусловно, очень важна предоставляемая возможность проявить творчество в разработке пусть и простого, но необходимого в работе профессионального компьютерного инструментария.

Используемые мной технологии выполняют ряд функций( направлений работы): психологическая профилактика, психологическое консультирование, психологическая поддержка, психологическая реабилитация, психологическое консультирование, психологическое просвещение.

В диагностической работе использую различные методики, разработанные ведущими специалистами в области психологии. На основе диагностики, делаю вывод, нуждается ли клиент в специальной психологической помощи. При необходимости провожу коррекционно-развивающую работу (индивидуальную / групповую)

Большую часть времени отведено консультированию по запросу (трудности в учебе, поведении, общении, эмоциональные проблемы, готовность к школе, адаптация, эмоциональное состояние, профориентационная диагностика и др.)

Коррекционная работа включает снижение тревожности, стабилизация эмоционального состояния (обучение саморегуляции), коррекцию поведения, формирование мотивации учения, развитие познавательных процессов учащихся с ОВЗ (внимания, мышления, памяти, восприятия) мелкой моторики, речи, коммуникативных навыков, снятие эмоционального напряжения (обучение приемам саморегуляции).

Просвещение включает работу с педагогами, учащимися и родителями. С педагогами я провожу лектории, упражнения, тренинги, практические семинары диагностические исследования на развитие коммуникативной компетентности, профилактику эмоционального выгорания, знание возрастных особенностий . Провожу совместно с классными руководителями часы коллективного общения по профилактике девиантного и суицидального поведения, формированию классного коллектива.

С родителями провожу родительские лектории, тренинги, круглые столы, направленные на профилактику саморазрушающего и агрессивного поведения детей, жестокого обращения в семье, укрепление семейных ценностей, психологическую поддержку в период сдачи экзаменов, оказание помощи в учебе и выборе профессии, содействию успешной адаптации.

С детьми провожу классные часы, тренинги, игры, занятия в сенсорной комнате , направленные на формирование установок на ведение ЗОЖ, самосохранительное поведение, сплочение классного коллектива, профилактику дезадаптации, психологическую подготовку к сдаче экзаменов.