

ҚОСТАНАЙ ОБЛЫСЫ ӘКІМДІГІ
БІЛІМ БАСҚАРМАСЫНЫҢ
«ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ҚОЛДАУ ЖӘНЕ
ҚОСЫМША БІЛІМ БЕРУ ӨНІРЛІК
ОРТАЛЫҒЫ» КММ



КГУ «РЕГИОНАЛЬНЫЙ ЦЕНТР
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ И
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»
УПРАВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАНИЯ
АКИМАТА КОСТАНАЙСКОЙ ОБЛАСТИ

**«Жедел стресстің бұзылуы, жарақаттан кейінгі
стресстің бұзылуы және дағдарыс жағдайында
психологиялық көмек форматында мамандардың
кәсіби құзыреттілігін арттыру. Кешенді тәсіл»
халықаралық ғылыми-практикалық
конференциясының
МАТЕРИАЛДАР ЖИНАҒЫ**

Костанай қ., 2022 г.

«Жедел стресстің бұзылуы, жарақаттан кейінгі стресстің бұзылуы және дағдарыс жағдайында психологиялық көмек форматында мамандардың кәсіби құзыреттілігін арттыру. Кешенді тәсіл» халықаралық ғылыми – практикалық конференция материалдары

Жинақта негізгі ұғымдар ұсынылған және сипатталған: автодеструктивті мінез-құлық, QPR, эмоционалды интеллект, девиантты мінез-құлық, суицид, суицидтік мінез-құлықтың себебі, суицидтік мінез-құлықтың алдын алу, тұрмыстық зорлық-зомбылық, қорқыту, кибербуллинг, кәмелетке толмағандардың дағдарыстық жағдайы, жедел стресстің бұзылуы, жарақаттан кейінгі стресстің бұзылуы, психологиялық жағдайды бақылау, өмірлік қиын жағдай, мазасыздық, психологиялық қолдау.

Психологиялық жұмыс бағытына жетекшілік ететін білім бөлімдерінің әдіскерлері, желілік үйлестірушілері, директорлардың тәрбие жұмысы жөніндегі орынбасарлары, психологтар, әлеуметтік педагогтар, сынып жетекшілері, инспекторлар үшін ұсынылады

МАЗМҰНЫ

Петренко Е. А. Кәмелетке толмағандар арасындағы дағдарыс жағдайында жаңа құралдарды (QPR, эмоционалды интеллект) пайдалана отырып, аутодеструктивті мінез-құлықтың алдын алу бойынша мамандардың кәсіби құзыреттілігін арттыру.....	4
Смирнова Наталья Викторовна Беларусь Республикасындағы жалпы орта білім беру мекемелерінде суицидке қауіпті мінез-құлықтың алдын алу.....	14
Ислямова Г. А. Кәмелетке толмағандардың тұрмыстық зорлық-зомбылығының алдын алу.....	17
Бровченко Р. В. Дағдарыс жағдайында кәмелетке толмағандарды эмоционалды қолдау.....	21
Практикалық бөлім:	
Баранова А. А. Жедел стресстің бұзылуы және жарақаттан кейінгі стресстің бұзылуындағы психологиялық көмек.....	24
Майканова Б. Ж. Жастардың аутодеструктивті мінез-құлқының алдын алу.....	31
Дукарская Л. А. Тұрмыстық зорлық-зомбылықтың, булингтің және кибербуллингтің алдын алу.....	34
«ЖСБ, ЖКСБ және дағдарыс жағдайында психологиялық көмек форматында мамандардың кәсіби құзыреттілігін арттыру. Кешенді тәсіл» халықаралық ғылыми-практикалық конференциясының ұсынымдары.....	49

Кәмелетке толмағандар арасындағы дағдарыс жағдайында жаңа құралдарды (QPR, эмоционалдық интеллект) пайдалана отырып, аутодеструктивті мінез-құлықтың алдын алу бойынша мамандардың кәсіби құзыреттіліктерін арттыру

Петренко Е.А.,
Қостанай облысы әкімдігі білім басқармасының «Психологиялық қолдау және қосымша білім беру өңірлік орталығы» КММ директоры, ғылым кандидаты, «Психология» бейіні бойынша PhD философия докторы

3 жылдан астам уақыт бойы біздің облыста психологиялық қолдау және қосымша білім беру орталығы жұмыс істейді. Өңірде кәмелетке толмағандар арасында суицидтің алдын алу жөніндегі проблемалық мәселелерді шешу мақсатында «Қостанай облысы әкімдігі білім басқармасының қосымша білім беруді дамытудың өңірлік орталығы» КММ «Қостанай облысы әкімдігі білім басқармасының өңірлік психологиялық қолдау және қосымша білім беру орталығы» КММ болып қайта ұйымдастырылды (Қостанай облысы әкімдігінің 2019 жылғы 15 қаңтардағы № 9 қаулысы).

Жұмыстың басым бағыттарының бірі кәмелетке толмағандар арасында суицидтің алдын алу болып табылады. Орталықтың мақсатты және жүйелі жұмысы осы бағыт бойынша жұмыстың оң нәтижелерін алуға мүмкіндік берді: орталықтың облыста жұмыс істеген 3 жыл ішінде балалар мен жасөспірімдер арасында суицид деңгейінің 72%-ға төмендеу үрдісі байқалады (2018 ж. - 50 жағдай, 2021 ж. – 14, 2019 ж. - 35: 11 аяқталған, 24 әрекет, 2020 – 23: 6 аяқталды, 17 әрекет, 2021 – 14: 7 аяқталды, 7 әрекет, бұл республикалық орташа көрсеткіштен (32,4) 43% төмен (18 жағдай)).

Біздің облыста ағымдағы жылдың қазан айындағы жағдай бойынша өткен жылдың ұқсас кезеңіндегідей 14 суицид жағдайы тіркелді (7 аяқталған және 5 әрекет, барлығы 12 суицид жағдайы). 2 оқушы мен 1 студент бір апта

ішінде (Б.Майлин, Өуликөл аудандарында және Жітіқара қаласында) жасаған 3 аяқталған суицид фактілері ерекше алаңдатады.

Анықтама: аяқталған суицидтерді 4 оқушы жасады (Қарасу ауданы Ильичев ЖББМ - 8 сынып, 14 жас; Қарасу ауданы, Железнодорожная ЖББМ - 9 сынып, 16 жас, «Б. Майлин ауданы білім бөлімінің Набережный ЖББМ» 8 сынып, 13 жас, 9 сынып оқушысы, «Өуликөл мектеп-гимназиясы» КММ, 15 жыл) және 3 колледж білім алушылары (Қостанай қызмет көрсету саласы колледжі - 1 курс, 16 жыл; Боровской кәсіптік-техникалық колледжі - 2 курс), 17 жыл, факт Қостанай ауданының аумағында тіркелген., «Жітіқара политехникалық колледжі» КМҚК 2 курс оқиды, 17 жыл).

Өз-өзіне қол жұмсау әрекеттерін 4 колледж білім алушылары жасады (Рудный политехникалық колледжі-3 курс, 17 жыл, факт Б. Майлин ауданының аумағында тіркелген; Арқалық политехникалық колледжі-2 курс, 16 жыл, факт Амангелді ауданының аумағында тіркелген, Қостанай құрылыс колледжі-2 курс, 16 жыл, факт тіркелген Қостанай қаласының аумағы, Қостанай педагогикалық колледжі-1 курс, 17 жыл, факт Қостанай ауданының аумағында тіркелген).

Құрметті және қатысушылар, соңғы 3 жылда мектеп оқушылары мен колледж студенттері арасында суицидтік жағдайлардың ең көп саны тіркелген өңірлерге назар аударуыңызды сұраймын. Мәселен, 2019 жылдан бастап:

Арқалық қаласында - 8 суицид жағдайы: 5 оқушы және 2 колледж студенті (2019 ж. (1) - 1 аяқталған суицид (№4 ОМ), 2020 ж. (1) - 1 әрекет (№2 ОМ), 2021 ж. (5) - 3 аяқталған суицид (А. Құнанбаев атындағы мектеп-гимназия - 2, Қайыңды ЖББМ), 2 әрекет (№2 ЖББМ, Арқалық политехникалық колледжі), 2022 ж. (1) - 1 әрекет (Арқалық политехникалық колледжі).

Қарасу ауданында 6 жағдай тіркелді: 4 оқушы, 2 колледж студенті (2019 ж. (1) – 1 әрекет (Қарасу а/ш колледжі), 2020 ж. (2) - 2 әрекет (Ключевой ЖББМ, Қарасу а / ш колледжі), 2021 ж. (1) – 1 аяқталған суицид (Ленинская

СШ) 2022 ж. (2) – 2 аяқталған суицид (Ильичев ЖББМ, Железнодорожный ЖББМ).

Орталық мамандары кәмелетке толмағандардың суицидтік мінез-құлқының әрбір фактісін зерттейді және талдайды, біз негізгі себептерді анықтадық: балалар мен ата-аналар арасындағы қарым-қатынастың бұзылуы- 80% (ата-аналардың авторитарлық стилі, отбасындағы жанжалды қатынастар, бұл балалардың ата-аналарының көмегіне жүгінуге және отбасындағы проблемалық, даулы жағдайларды сындарлы түрде шешуге деген сенімсіздігіне, психологиялық мүмкіндігіне әкеледі). бөлінбеген махаббат-15%, психикалық ауытқулар-5% .

Қарасу ауданының мектептерінде аяқталған суицидтер бірқатар проблемалық мәселелерді анықтады. Біріншіден, ерекше білім беру қажеттіліктері бар балалар санаты бар мектептің педагогикалық ұжымының жұмысына әкімшілік бақылаудың болмауы және тиісті психологиялық-педагогикалық сүйемелдеу: балада ПМПК-ның соңғы қорытындысы 2015 жылы тіркелді, мамандарды тарта отырып, одан әрі бақылауды мектеп әкімшілігі ұсынған жоқ, оқу бағдарламасын анықтау үшін ұсынымдар әзірлей отырып, баланың оқу іс-әрекетін талдау жоқ. келесі оқу жылы, педагог-психологтың жұмысында инклюзивті психологиялық сүйемелдеу көрсетілмеген.

Екіншіден, балалардың тәрбиешілер мен ата-аналарға деген сенімсіздігі. Мектептің педагогикалық ұжымы 32 педагогтан тұрады, білім алушылар контингенті 259 баланы құрайды. Бұл мектептің әр мұғаліміне орта есеппен 7-ден 8-ге дейін бала келеді, бірақ қыз назардан тыс қалды және ешкімге сене алмады: ата-аналарға да, мұғалімдерге де, достарына да. Тіпті сынып жетекшісі кәмелетке толмаған баламен байланыс орнатқан жоқ.

Суицидтік жағдайлардың негізгі себебі балалар мен ата-аналар арасындағы қарым-қатынас екенін тағы да айтамын, сондықтан қазір ата-аналар қоғамымен жұмысты күшейту қажет.

Орталық қызметінің негізгі формалары

Әдістемелік көмек көрсету және психологиялық қызметтердің мониторингі мақсатында Орталықта мобильді топ белсенді жұмыс істейді, ол қажеттілігіне қарай (суицидтік жағдайлар) өңірлерге барады және тікелей сол жерде кешенді жұмыс жүргізеді: суицидтік жағдайлардың себептері мен факторлары зерделенеді, білім беру процесіне қатысушыларға психологиялық, консультациялық көмек көрсетіледі.

Орталық жұмыс істеген кезеңде мобильді топтың 558 сапары жүзеге асырылды. 2019 жылмен салыстырғанда 2021 жылы мобильді топтың шығу саны және әдістемелік көмек пен уақтылы профилактикалық жұмыс көрсетілген білім беру ұйымдарын қамту 2 есеге өсті (2019 ж. - 69 бару, 2021 ж. – 130), 2022 жылы-110 бару.

Сондай-ақ Фронт – офис форматында (мемлекеттік және орыс тілдерінде) кәмелетке толмағандармен және ата-аналармен, педагогтармен психологиялық-консультациялық, диагностикалық, түзету жұмыстары жүргізіледі. Орталық жұмысының 3 жылында 12172 консультация өткізілді, оның ішінде: 6292- бетпе-бет консультациялар; 4880 жеке онлайн консультациялар, 1000 онлайн консультациялар. 2021 жылы барлығы - 4151 жеке консультация өткізілді, бұл 2019 жылмен салыстырғанда (134 консультациялар) 30 есе көп.

Орталықта тәулік бойы «Сенім телефоны» 37-08-58 жұмыс істейді, психологиялық көмек 24/7 режимінде тегін және жасырын негізде көрсетіледі. Сенім телефонына 3 жыл ішінде 3592 өтініш келіп түсті, 2021 жылы 1695 өтініш түсті, бұл 2019 жылмен салыстырғанда 2,8 есе көп (597).

2019 ж. және 2021 ж. көрсеткіштерімен салыстырғанда 2019 ж. өтініштердің жалпы саны - 731 (күндізгі консультациялар-134, сенім телефоны - 597), ата – аналар мен педагогтар - 281 өтініш, кәмелетке толмағандар – 450, 2021 ж. барлығы - 2033 (күндізгі консультациялар - 338, сенім телефоны-1695), ата-аналар мен педагогтар - 1479 өтініш (күндізгі консультациялар - 91, сенім телефоны - 1388), кәмелетке толмағандар - 554 (күндізгі консультациялар - 247, сенім телефоны - 307).

Сенім телефонына және консультацияға жүгіну санының 3 есеге артуы ересектердің де, кәмелетке толмағандардың да психологиялық көмекке және орталық мамандары тұрақты негізде көрсететін қолдауға деген қажеттілігінің артып келе жатқанын көрсетеді.

Кәмелетке толмағандар арасындағы мазасыздық пен стресс деңгейін төмендету бойынша білім беру процесінің барлық қатысушыларымен кешенді жұмыс күшейтілді. Психологтардың «ерекше назар» тобының білім алушыларымен жұмысы орталық әзірлеген кейстердің практикалық материалдарын (психолог жұмысының негізгі бағыттары) пайдалана отырып, арнайы әзірленген алгоритм бойынша жүргізіледі.

Орталық облыстың мектептері мен колледждерінде суицидтік мінез-құлық пен тұрмыстық/физикалық зорлық-зомбылықтың алдын алу бойынша жұмыс бағытында тоқсан сайынғы анонимді сауалнама (2020 ж.) жүргізуге бастамашылық жасады. Екі жылдағы салыстырмалы талдау көрсеткендей, 2021 жылы суицидтік мінез – құлықтың алдын алу бойынша сауалнамаға қатысқан кәмелетке толмағандарды қамту-58490 адамды құрады, бұл 2020 жылдан 4% - ға артық-56162 адам.

2021 жылы мазасыз, күйзеліске ұшыраған кәмелетке толмағандардың 3118 (5%) анықталды, бұл 2020 жылмен салыстырғанда 55% - ға көп, бұл кезде күйзеліске ұшыраған және күйзеліске ұшыраған кәмелетке толмағандардың жалпы саны-1396 (2%) адам, ағымдағы жылы 2290 білім алушы анықталды. Осылайша, 6804 оқушыға уақтылы білікті психологиялық көмек көрсетілді, сондай-ақ қызықты қызмет түрінде өзін-өзі жүзеге асыру үшін оқушылардың осы санатын мектептен тыс жұмыспен қамту бойынша жұмыс жүргізілді.

2021 жылы тұрмыстық зорлық-зомбылық бойынша сауалнамаға 63250 адам қатысты. Сауалнама нәтижелері 1568 адамның тұрмыстық/физикалық зорлық-зомбылыққа (2,4%) тап болғанын көрсетті, сауалнама деректері 2020 жылмен салыстырғанда кәмелетке толмағандарға қатысты анықталған тұрмыстық/физикалық зорлық-зомбылық фактілерінің 3,4 есе артқанын

көрсетеді, мысалы, 2020 жылы 63803 адамның, кәмелетке толмағандардың тұрмыстық/физикалық зорлық-зомбылықтың алдын алу бойынша сауалнамаға қатысқан, тұрмыстық/физикалық зорлық - зомбылыққа тап болғандар-456 (0,6%) адам, ал ағымдағы жылы – 919 оқушы анықталды. Осы 3043 оқушымен және олардың ата-аналарымен уақтылы профилактикалық және түзету жұмыстары жүргізілді (2020-2022 жж.).

Сондай-ақ, біздің орталық суицидтік мінез-құлықты насихаттайтын әлеуметтік желілерді мониторинг арқылы кәмелетке толмағандардың суицидтік мінез-құлық тәуекелдерін анықтайды. Жұмыс алгоритміне сәйкес кәмелетке толмағандардың тізімдері білім алушылармен және олардың ата-аналарымен жеке басын анықтау және түсіндіру, профилактикалық және түзету іс-шараларын жүргізу үшін білім бөлімдері мен ТЖКБ ұйымдарға жіберіледі. Ағымдағы жылдың 3 жылы мен 9 айында суицидтік мінез-құлықты насихаттайтын 217 топта 1203 кәмелетке толмағандар анықталды.

2021 жылы 2019 жылмен салыстырғанда анықталған топтар саны 2,5 есе өсті (2019 ж. - 24, 2021 ж. - 58 топ), ал топ қатысушыларының саны 9% – ға азайды (2019 ж. – 328, 2021 ж. - 298 білім алушы). Әлеуметтік желілер мониторингінің нәтижелері бойынша Қостанай облысының барлық өңірлері 3 аймаққа бөлінеді: қызыл, сары және жасыл (қызыл аймаққа 10 адамнан бастап кәмелетке толмағандар анықталған өңірлер, сары аймаққа – 1-ден 9-ға дейін кәмелетке толмағандар, жасыл аймаққа суицидтік топтарда тұратын кәмелетке толмағандар анықталмаған өңірлер жатады).

Осылайша, бүгінгі күні қызыл аймақта Қостанай қ., Рудный қ. орналасқан;

- сары аймақта: Лисаков қ., Арқалық қ., Федоров ауданы, Қарасу ауданы, Қамысты ауданы, Жітіқара ауданы, Қостанай ауданы, Қарабалық ауданы, Әулікөл ауданы, Алтынсарин ауданы, Денисов ауданы, Сарыкөл ауданы;

- жасыл аймақта: Жангелді ауданы, Меңдіқара ауданы, Ұзынкөл ауданы, Амангелді ауданы, Б. Майлин ауданы, Науырзым ауданы.

2020 және 2021 жылдардағы әлеуметтік желілер мониторингінің деректерін салыстыра отырып, біз оң динамиканы көріп отырмыз: қызыл аймақтағы өңірлердің саны 1,5 есе азайды, ал сары аймақта 2 есе өсті.

Орталық облыстың психологиялық қызметтерінің қызметін әдістемелік сүйемелдеуді қамтамасыз етеді. Орталық мамандарының жұмыс тиімділігінің тетіктеріне себеп-салдарлық талдау жүргізілген: 3 жыл ішінде 184 іс-шара өткізілді. 2021 жылы 2019 жылмен салыстырғанда 62 іс - шара өткізілді (26 іс-шара) осы іс-шаралар барысында іс-шаралар санын 2,4 есе ұлғайту; 4966 маман оқытылды (2019 жылмен салыстырғанда-1 417), бұл 2019 жылмен салыстырғанда ата-аналар жұртшылығының 57411 адамынан 3,5 есе көп. 2019 жылмен салыстырғанда іс-шараларға қатысатын ата-аналардың санын 65,6 есеге (875 адам) ұлғайту, бұл ата-аналардың балалар-ата-аналар қатынастары және тұрмыстық зорлық-зомбылықтың, суицидтік мінез-құлықтың алдын алу мәселелерінде психологиялық сауаттылығын едәуір арттыруға мүмкіндік берді.

Демек, іс-шаралар санының 2,3 есе артуы және оларға қатысқан ата-аналардың саны психологиялық әл-ауқаттың әртүрлі аспектілерін қамтитын жұмысты тиімді жүргізуге мүмкіндік берді.

Психологиялық жұмысты жетілдіру және Қазақстан, Ресей мамандарының үздік тәжірибелерімен тәжірибе алмасу мақсатында халықаралық байланыстар мен түрлі құрылымдармен өзара іс-қимылды жолға қою үшін бірқатар іс-шаралар өткізілді. Біздің тәжірибеміз жалпыланып, серіктестер ретінде «Оңтүстік Орал мемлекеттік гуманитарлық-педагогикалық университеті», «Қайырымдылық үйі» жасөспірімдерге арналған әлеуметтік-оңалту орталығы, Санкт-Петербург қ. және Челябинск қ., Магнитогорск қ. басқа мамандары ҚР Білім Министрлігінің халықаралық және республикалық кеңестерінде және Алматы және Астана қалаларының конференцияларында көрсетілді.

Интернет-аккаунттарда және Instagram, Одноклассники, Facebook, ВКонтакте сайттарында үлкен жұмыс - өміршеңдік, стресске төзімділік,

суицидтік мінез-құлық пен тұрмыстық зорлық-зомбылықтың алдын алу, буллинг және кибербуллинг дағдыларын дамыту бойынша ақпараттық және профилактикалық посттар мен буклеттердің интернет-беттерінде жарияланымдар жүргізіледі.

Мектептер мен колледждердің психологтарын белсенді әдістемелік қолдау және олардың біліктілігін арттыру облыстық жобаларды әзірлеу, енгізу және әдістемелік сүйемелдеу арқылы жүзеге асырылады: «Бастаушы психолог мектебі», «ПҚЖҚББӨО -ның желілік үйлестірушілері», «Педагогтердің кәсіби эмоционалды жануы». Жобалардың көмегімен психологтарға деген қажеттілік 30% - ға төмендеді, сонымен қатар психологиялық қызметтердің тиімділігін арттырды.

Орталық жұмысының тиімді форматы психологиялық денсаулықты сақтауға бағытталған жобалар болып табылады:

- «Психологиялық қолдаудың жазғы алаңдары»: 2022 жылы 21096 білім алушының қатысуымен 1179 алаң іске асырылды. 2019 және 2022 жылдармен салыстырғанда алаңдар мен қатысушылар (білім алушылар) санының 2 есеге ұлғаюы байқалды.

2019 ж. (10 жағдай) және 2021 ж. (5 жағдай) жазғы кезеңдегі суицидтік жағдайлардың деректерін салыстырмалы талдау 2 есеге (50%), 2022 ж. (1 жағдай), 9 жағдайға (90%) төмендегенін көрсетті, бұл «Психологиялық қолдаудың жазғы алаңдары» жобасы жобасының тиімділігі мен нәтижелілігінің көрсеткіші болып табылады.

«Community power» халықаралық жобасы: суицидтік мінез-құлықтың алдын алу, суицид қаупін азайту және кәмелетке толмағандарға уақтылы көмек көрсету және қолдау көрсету мақсатында жастар суицидімен жұмыс жөніндегі қауымдастықтардың әлеуетін нығайту» (2022 жылы іске асыру); суицидтік бейімділікті уақтылы анықтау үшін жаңа, тиімді тетік – QPR технологиясын пайдалану (935 сабақ өткізілді, жалпы қамтумен 24747 адам оқытылды, онда 440 - педагог-психологтар, 477 - директордың тәрбие

жұмысы жөніндегі орынбасарлары, 418 - әлеуметтік педагогтар, 6788 – сынып жетекшілері мен кураторлары, 16624 - ата-аналар қоғамдастығы).

- «Мұғалімнің эмоционалды интеллектісі. Балалардың үйлесімді дамуы үшін эмоционалды интеллектуалды орта» (іске асыру 2022 ж.). Бұл жобаның мақсаты: мұғалімдер арасында үйлесімді қарым-қатынас орнатуды үйрену, оқушылардың мазасыз жағдайларын жеңу дағдыларын қалыптастыру, стресске төзімділікті арттыру әдістерін жасау. Бірінші кезеңде 440 педагог – психолог оқытылды, білім беру процесінің барлық қатысушыларын оқыту бойынша жұмыс жалғасуда;

«Отбасы клубы» және «Үндестік» (білім беру ұйымдары жұмысының тәрбие секторы жүйесінде) жобаларын іске асыру арқылы ата-аналар жұртшылығымен жұмыс істеуге үлкен көңіл бөлінді. «Отбасылық клуб» жобасы бойынша жұмыстың оң нәтижесі атап өтілді. 3 жыл ішінде білім беру ұйымдарындағы Отбасылық клубтардың жұмысын талдау 2019 жылы ата-аналар қауымын 26 067 адам қамти отырып, 352 отбасылық клуб құрылғанын көрсетті.

2021 жылы білім беру ұйымдарында (мектептер, ТжКБ) 509 отбасылық клуб жұмыс істейді, бұл 2019 жылмен салыстырғанда 157 клубқа көп. Ата-аналар жұртшылығын жалпы қамту 75545 адамды құрайды (68767 – мектептерде, 6778– ТжКБ), 2019 жылмен салыстырғанда ата-аналарды қамту 2,9 есеге (65%) өсті. Осылайша, Отбасылық клуб жұмысындағы ата-аналардың белсенділігінің артуы, демек, ата-аналардың балалар мен ата-аналар қатынастары саласындағы психологиялық құзыреттілігі байқалды.

Көрсетілген кезеңдегі барлық қызмет түрлерінің жиынтығында (2019 - 2021 ж., 9 ай 2022 ж.) орталықтың жұмысы жеткілікті тиімді болды және барлық қажетті міндеттерді шешуге мүмкіндік берді:

- ашық суицидтік тәуекел қаупінің алдын алды - 101 жағдай (69 – кеңес беру, 32-сенім телефоны), сондай-ақ жанама суицидтік және қайталама суицидтік тәуекел-1203 жағдай (әлеуметтік желілер мониторингі, қайталама жағдайлар);

- буллингтің алдын алуға көмек көрсетілді-124 жағдай (бетпе-бет консультациялар);

- 38 жағдайда кәмелетке толмағандардың жыныстық қол сұғылмаушылығының бұзылу жағдайларының алдын алды;

- «ата - аналар - балалар» қарым – қатынас жүйесіндегі тұрмыстық зорлық-зомбылық, психологиялық және эмоционалдық бас тарту фактілерімен отбасындағы жанжалды қатынастарға байланысты 464 жағдайда (130-бетпе-бет консультациялар, 145-аудио консультациялар, 189-сенім телефоны) тұрмыстық зорлық-зомбылық тәуекелдерінің алдын алды.

Соңында мен Сіздердің назарларыңызды осы бағыттағы жаңа тәсілдерге, ең алдымен мұғалім мен оқушының қарым-қатынасына аударғым келеді. Осыған байланысты ағымдағы жылдың шілде айында облыс педагогтары мен психологтары үшін «Педагогтың эмоционалды интеллектісі» 6 күндік курс өткізілді.

«Балалардың үйлесімді дамуы үшін эмоционалды-интеллектуалды орта», ішкі эмоционалды мәдениетті қалыптастыруға бағытталған. Кәмелетке толмағандар арасындағы аутодеструктивті мінез - құлықтың алдын алу мәселесі тұрақты бақылауда, жұмыс жалғасатын болады.

**Беларусь Республикасындағы жалпы орта білім беру мекемелерінде
суицидке қауіпті мінез-құлықтың алдын алу**

Смирнова Н.В.,

«Максим Танк атындағы Беларусь
мемлекеттік педагогикалық
университеті» білім беру
мекемесінің психология институты
директорының оқу жөніндегі
орынбасары, психология
ғылымдарының кандидаты, доцент

Қазіргі жағдайда мемлекеттің демографиялық қауіпсіздігі аясында балалар мен жасөспірімдер арасындағы суицид мәселесі Беларусь Республикасында ерекше назар аударады. Мысалы, «Халық денсаулығы және демографиялық қауіпсіздік» мемлекеттік бағдарламасы, балалар мен оқушы жастарды үздіксіз тәрбиелеу Тұжырымдамасы әзірленіп, іске асырылуда. Суицидтік мінез-құлықтың алдын алу мәселесі ведомствоаралық сипатта болады және мүдделі ведомстволар аясында шешіледі: «Кәмелетке толмағандарда суицидтік іс-әрекеттің қауіп факторлары анықталған кезде білім беру, денсаулық сақтау мекемелері қызметкерлерінің және ішкі істер органдары қызметкерлерінің іс-қимыл тәртібі туралы Нұсқаулық» бекітілді.

Білім беру практикасы аясында типтік дағдарыстық жағдайларды уақтылы анықтау, өмірлік қиын жағдайда жасөспірімдерге әлеуметтік-педагогикалық қолдау және психологиялық көмек көрсету көбінесе қайғылы жағдайдан аулақ болуға көмектесетіні туралы түсінік бар. Балалар мен жасөспірімдердің суицидке қауіпті мінез-құлқының алдын алу, олардың белсенді деструктивті қауымдастықтар мен ойындарға, оның ішінде суицидтік контенті бар ойындарға қатысуына жол бермеу Республика педагогтерінің назарында. Беларусь Республикасы Білім Министрлігінің 2019 жылғы бұйрығына сәйкес БМПУ жанындағы М. Танк атындағы республикалық психологиялық көмек орталығын құрды, оның жұмыс бағыты білім беру процесіне қатысушыларға дағдарыс жағдайында ақпараттық-ағартушылық, әдістемелік қолдау және психологиялық көмек көрсету болып табылады. Сонымен қатар, ағымдағы жылы Беларусь Республикасының Білім Министрлігі «Білім беру мекемесінде білім

алушылардың суицидке қауіпті мінез-құлқының алдын алу жөніндегі жұмысты ұйымдастыру бойынша Әдістемелік ұсынымдарды» бекітті, әзірлеуге автор да қатысты.

Білім алушылардың даму шарттарының бірі әлеуметтік бейімсіздіктің ерте профилактикасы, әлеуметтік және психологиялық ауытқулардың азаюы болып табылатындықтан, бүгінгі таңда республиканың білім беру мекемелерінде оқушыларды кешенді психологиялық-педагогикалық сүйемелдеу жүйесі құрылды. Оның жұмысында педагогтар (сынып жетекшілері, педагог - психологтар, әлеуметтік педагогтар және т.б.), сондай-ақ сыртқы мамандар (медицина қызметкерлері, кәмелетке толмағандар істері жөніндегі комиссиялардың мамандары және т. б.) маңызды рөл атқарады.

Білім беру мекемелерінде білім алушылардың суицидке қауіпті мінез-құлқының алдын алу бастапқы (жалпы), қайталама және үшіншіден тұрады. Бұл ретте оның негізгі бағыттары: мамандардың ведомствоаралық өзара іс-қимылының тиімді жүйесін құру; барлық білім алушыларды психодиагностикалық тексеру; баламен және оның жақын ортасымен түзету-дамыту жұмыстарын жүргізу; ата-аналармен және балалармен ақпараттық-ағарту жұмыстары; парасуицид жасаған кәмелетке толмағандармен жұмыс.

Айта кету керек, жұмыстың барлық аталған бағыттары әдістемелік, психодиагностикалық құралдармен қамтамасыз етілген, мұғалімдер, ата-аналар, оқушылардың өздері үшін әртүрлі жағдайларда іс-қимыл схемалары мен алгоритмдері бар.

Балалар мен жасөспірімдердің суицидке қауіпті мінез-құлқының алдын алу бойынша жұмыс жүйесіндегі тағы бір бағыт-өзін-өзі тану және басқа адамдарды тану, қоғамда өзара іс-қимыл жасау, дағдарыстық жағдайлардың белгілері мен белгілерін білу және т. б. Осы жұмыс аясында ағымдағы оқу жылынан бастап республикада 8-11 сынып оқушыларына арналған «Менің

психологиялық саулығым және дағдарыс жағдайындағы құрдастарыма көмек» факультативтік сабақтарының оқу бағдарламасы бекітілді.

Осылайша, Беларусь Республикасында білім беру мекемелерінде балалар мен жасөспірімдердің суицидке қауіпті мінез-құлқының алдын алу бойынша кешенді, жүйелі, ведомствоаралық жұмыс жүргізілуде, бұл, әрине, білім беру мекемелерінде білім алушылардың психологиялық қауіпсіз және жайлы ортасын құруға ықпал етеді.

**Кәмелетке толмағандардың тұрмыстық зорлық-зомбылығының
алдын алу**

Ислямова Г.А.,
Қостанай облыстық психикалық
денсаулық орталығының
психологиялық қызметінің
меңгерушісі, денсаулық сақтау
басқармасының психологиялық
қызметінің бас штаттан тыс
маманы

Зорлық - зомбылыққа ұмтылу-әлсіз адамдардың тағдыры. Өйткені, зорлық-зомбылықтың мәні-ең алдымен жәбірленушіні қорлау, оны өз деңгейіне дейін төмендету: тек осылай ғана өзін «көтере» алмайтын зорлаушы кем дегенде біраз уақытқа өзін кемшілікті сезінуді тоқтатады. Адам әрқашан қолдау мен қолдау табуға тырысатын жақын адамының зорлық-зомбылығы бөгде адамның зорлық-зомбылығынан гөрі психологиялық және физикалық зиян келтіреді. Бұл жағдайда отбасының негізгі қағидасы бұзылады-оның кез-келген мүшесінің қауіпсіз өмір сүруі.

Зорлық-зомбылық-бұл себеп:

отбасындағы қолайсыздықтар;

ажырасу;

ата-ана құқығынан айыру;

балалар қылмысы;

суицид;

кісі өлтіру;

адамның денсаулығы мен моральдық жағдайына ауыр зиян келтіру.

Статистикалық деректерді талдау көрсеткендей, отбасындағы зорлық-зомбылық әр төртінші отбасында қандай-да бір түрде байқалады; байқаусызда кісі өлтірудің жалпы санының шамамен 30% - ы отбасында жасалады және көбінесе олардың алдында ұзақ отбасылық қақтығыстар болады.

"Тұрмыстық зорлық-зомбылықтың алдын алу туралы" Қазақстан Республикасының Заңы

Отбасы-тұрмыстық қатынастар саласындағы зорлық-зомбылықтың алдын алу және жолын кесу үшін Қазақстан тұрмыстық зорлық-зомбылыққа қарсы іс-қимыл саласындағы бірінші кезектегі халықаралық-құқықтық құжаттарға ратификациялап, қол қойды және 2010 жылғы 4 желтоқсанда Мемлекет басшысы "Тұрмыстық зорлық-зомбылықтың алдын алу туралы" Заңға қол қойды.

Бұл заң кез-келген отбасына тікелей қатысты, онда үй шаруашылықтары қандай-да бір жолмен зорлық-зомбылыққа ұшырайды.

Заңға сәйкес тұрмыстық зорлық-зомбылық

- бір адамның отбасылық-тұрмыстық қатынастар саласындағы басқа адамға (басқаларға) қатысты қасақана құқыққа қарсы іс-әрекеті (әрекеті немесе әрекетсіздігі).

Тұрмыстық зорлық-зомбылық физикалық, психологиялық, жыныстық және (немесе) экономикалық зорлық-зомбылық түрінде көрінуі мүмкін.

Физикалық зорлық-зомбылық-физикалық күш қолдану және физикалық ауырсыну арқылы денсаулыққа қасақана зиян келтіру.

Психологиялық зорлық-зомбылық-адамның психикасына қасақана әсер ету, қорқыту, қорлау, бопсалау немесе өмірге немесе денсаулыққа қауіп төндіретін, сондай-ақ психикалық, физикалық және жеке дамудың бұзылуына әкелетін құқық бұзушылықтар немесе әрекеттер жасауға мәжбүрлеу (мәжбүрлеу) арқылы ар-намыс пен қадір-қасиетті қорлау.

Жыныстық зорлық-зомбылық-бұл адамның жыныстық тұтастығына немесе жыныстық бостандығына, сондай-ақ кәмелетке толмағандарға қатысты жыныстық сипаттағы әрекеттерге қол сұғатын қасақана заңсыз әрекет.

Экономикалық зорлық-зомбылық-адамды тұрғын үйден, тамақтан, киімнен, мүліктен, заңда көзделген құқығы бар қаражаттан қасақана айыру, бұл физикалық және (немесе) психикалық денсаулығының бұзылуына әкелуі мүмкін.

"Тұрмыстық зорлық-зомбылықтың алдын алу туралы" Қазақстан Республикасы Заңының 20-бабында ішкі істер органдарына отбасылық-тұрмыстық қатынастар саласындағы құқық бұзушылықтарға жол беретін адамдарға қатысты қорғау нұсқамасын шығару міндеті жүктелген.

Қорғау нұсқамасы-тұрмыстық зорлық-зомбылық жасаған адамның құқықтық санасы мен мінез-құлқына әсер ету шарасы және заңнамада алғаш рет қолданылады. Оның негізгі мақсаты - жәбірленушінің қауіпсіздігін дереу қамтамасыз ету немесе оған физикалық және психикалық азап шегу қаупі бар болса.

Егер сіздің жақын адамыңыз (күйеуі, бұрынғы күйеуі, азаматтық жұбайы, жақын туыстарының бірі)болса, сіз қорғаныс туралы бұйрық жазуға құқығыңыз бар:

- * сізді қорлайды және қорлайды
- ұрады, айқайлайды және ұрып-соғамын деп қорқытады
- * балаларды ұрады

Сізді өз еркінізге қарсы жыныстық қатынасқа түсуге мәжбүр етеді және т. б.

Қорғау нұсқамасы тұрмыстық зорлық-зомбылық жасаған адамға немесе оның жасалу қаупі туындайтын адамға орындау үшін қолхатпен тапсырылады. Он алты жасқа толған есі дұрыс адамға қатысты шығарылады.

Қорғау нұсқамасымен жәбірленушінің еркіне қайшы, тұрмыстық зорлық-зомбылық жасауға, іздеуге, қудалауға, баруға, ауызша, телефон арқылы келіссөздер жүргізуге және онымен өзге де тәсілдермен байланысуға тыйым салынады.

Қорғау нұсқамасында: оны шығару уақыты мен орны, оған кім және кімге қатысты шығарылғаны, тұрмыстық зорлық-зомбылық жасау немесе жасау қатерінің орны, уақыты мен мән-жайлары, жәбірленушімен қарым-қатынаста белгіленген шектеулер, құқыққа қарсы іс-қимылдар жалғасқан және қорғау нұсқамасы бұзылған жағдайларда құқықтық салдарлар көрсетіледі.

Қорғау нұсқамасының қолданылу мерзімі ол өзіне қатысты шығарылған адамға тапсырылған кезден бастап он тәулікті құрайды.

Жәбірленушінің өтініші болған кезде қорғау нұсқамасының қолданылу мерзімі ішкі істер органы бастығының не оның орынбасарының өтініші бойынша прокурордың санкциясынан отыз тәулікке дейін ұзартылуы мүмкін.

Қорғау нұсқамасын бұзу Қазақстан Республикасының Әкімшілік құқық бұзушылық туралы Кодексінде белгіленген жауаптылыққа әкеп соғады.

Өзіне қатысты қорғау нұсқамасы шығарылған адамды ішкі істер органдары профилактикалық есепке қояды және оған профилактикалық бақылау жүзеге асырады.

Дағдарыс жағдайында кәмелетке толмағандарды эмоционалды қолдау

Әр баланың белгілі бір жастан бастап өзінің жеке өмірі болады, оған сіз әрқашан қарай алмайсыз. Жасы ұлғайған сайын өсіп келе жатқан адамның ішкі, жасырын өмірінің көлемі артады және оның жан дүниесінде болып жатқанның бәрін сипаттайтын сөздерді табу қиынға соғуы мүмкін, ал көмекке жүгіну үшін қажетті тәжірибе, сөздер жоқ.

Сондықтан мұғалімдерге, ата-аналарға және ҮЕҰ-ға мұқият болу және баланың эмоционалды қолайсыздығының белгілерін уақытында көру өте маңызды.

Жасөспірім үшін, жас ерекшеліктеріне байланысты, ол шешілмейтін деп санайтын кез-келген жағдай дағдарысқа айналуы мүмкін. Ересектер өз баласының тәжірибесінің ауырлығын бағаламауы мүмкін және уақытында қажетті эмоционалды қолдау көрсетпеуі мүмкін, бұл баланың түсінбеушілік пен жалғыздық сезімін тудырады және өз мәселесін әртүрлі конструктивті емес тәсілдермен шешуге тырысуы мүмкін.

1. Жасөспірім үшін дағдарыс болуы мүмкін жағдайлар:

- бала субъективті түрде ренжітетін, қорлайтын, әділетсіз, қатты ренжітетін кез-келген жағдай. Ересектердің жағдайды объективті бағалауы баланың пікірінен мүлдем өзгеше болуы мүмкін;
- бақытсыз махаббат/серіктеспен қарым-қатынастың үзілуі;
- маңызды ересектермен жанжал/өткір жанжал (ата-аналар, оқытушылар);
- қорқыту (қорқыту)/бас тарту, қорқыту, құрдастарының қорлауы, интернетте/әлеуметтік желілерде қорлау;
- өмірлік қиын жағдай (жақын адамның, әсіресе ананың өлімі, ауыр ауру);
- оқудағы жетістіктерінен көңілі қалу немесе қоршаған орта немесе отбасы қойған жоғары талаптар аясында басқа да сәтсіздіктер;

- отбасындағы қиындықтар, тұрақсыз отбасылық жағдай (мысалы, ата-анасының ажырасуы).

2. Бұл жағдайларды келесі жеке ерекшеліктері бар балалар ең қиын сезінеді:

- импульсивтілік, эмоционалды тұрақсыздық (ойланбаған әрекеттерге бейімділік);

- перфекционизм (бәрін мінсіз орындауға деген ұмтылыс, сынға, қателіктерге, кемшіліктерге жедел жауап);

- агрессивті мінез-құлық, ашуланшақтық;

- қиындықтар мен қиындықтарды жеңе алмау, ойлау икемділігінің болмауы, нәрестелік;

- тұрақсыз өзін-өзі бағалау: содан кейін өзін «ұлы және ұлылық», содан кейін «аянышты және елеусіз» деп санайды;

- өзін-өзі қанағаттандыру, шамадан тыс өзіне деген сенімділік немесе өзін төмен сезіну және сенімсіздік;

- мазасыздық пен депрессия, жиі жаман көңіл-күй.

3. Дағдарыс жағдайында кәмелетке толмағанға қалай көмектесуге болады:

- Жасөспіріммен сөйлесу, эмоционалды байланыста болу;

- Балаңызға жақын және түсінікті тәсілдермен қолдау көрсету (бұл құшақтау, бірлескен іс-шаралар, сыйлықтар, дәмді тағамдар, мақтау және т. б. болуы мүмкін);

- Баланың эмоцияларын әлеуметтік қолайлы формаларға бағыттау (белсенді спорт түрлеріне агрессия, дене белсенділігі; жақындарымен сенімді әңгімелесу, шығармашылық, қолөнер);

- Оқу мәселелерін сындарлы шешуге көмектесу. Баланың физикалық және психологиялық әл-ауқаты бағалаудан гөрі маңызды екенін есте сақтаңыз;

- Баланы релаксация дағдыларын қолдануға, қиын, қиын жағдайларда эмоционалды күйін реттеуге үйрету;

- Қажет болған жағдайда маманға (невропатолог, психолог, психиатр, отбасылық психолог) кеңес алу үшін хабарласыңыз.

**Жедел стресстің бұзылуы және жарақаттан кейінгі стресстің
бұзылуындағы психологиялық көмек**

Баранова А.А., Қостанай облысы
әкімдігі білім басқармасының
«Психологиялық қолдау және
қосымша білім беру өңірлік
орталығы» КММ психологиялық
жұмыс бөлімінің басшысы

Психикалық жарақат - бұл төтенше жағдайға тап болған, өміріне, денсаулығына, әл-ауқатына, өзіне немесе оған жақын адамдарға қауіп төндіретін адамның психикасына келтірілген зиян.

Осындай травматикалық оқиғалардан кейін травматикалық стресстің бұзылуы дамуы мүмкін.

Ауыр нәтижедегі төтенше жағдайлар психикалық денсаулықтың ауыр бұзылуларына, жүйке бұзылуларына, ұзақ мерзімді депрессияға, ұзақ мерзімді бейімделуге және ең нашар жағдайда өмірден бас тартуға, суицидке әкеледі. Травматикалық стресс, дағдарыстық жағдайлар, ауыр психотробиалар кезінде тиімді кәсіби психологиялық көмек көрсету үшін кешенді тәсіл қолданылады. Кейбір жағдайларда ұтымды әдістерді қолдану мүмкін және қажет, ал басқаларында денеге бағытталған тәсілді қолдану, бейнелермен жұмыс істеу, бейсаналыққа жүгіну тиімдірек.

Шұғыл психологиялық көмек-психотравматикалық оқиғаның салдарынан зардап шеккен адамның немесе адамдар тобының өзекті психологиялық, психофизиологиялық жағдайын реттеуге бағытталған қысқа мерзімді іс-шаралар жүйесі. Уақтылы көрсетілген психологиялық көмек (бастапқы кезеңдерде) жарақаттан кейінгі стресстік бұзылыстың (травматикалық оқиғалардан кейін травматикалық стресстің) даму қаупін азайтады, психикалық және соматикалық аурулардың дамуының басталуына жол бермейді. Кейінірек мамандар жарақатпен жұмыс істейді.

Білікті көмек көрсету үшін адамның травматикалық оқиғаны бастан кешіру ерекшеліктерін білу қажет.

Қайғы-бұл адамдарға әр түрлі әсер ететін өте жеке процесс. Көбінесе адамдардың реакциясын болжау мүмкін емес, «қайғы-қасірет процесі»

жақын адамының өлімінен аман қалған адам жоғалтуға бейімделетін ұзақ уақытты қамтитынын білу қажет.

Жедел қайғы - психологиялық және соматикалық белгілері бар синдром.

Өткір қайғы-қасіреттің келесі көрінісі ерекшеленеді: физикалық азап, қайтыс болған адамның бейнесін сіңіру, кінә, дұшпандық, мінез-құлық үлгілерін жоғалту. Мұндай реакцияның ұзақтығы қаншалықты сәтті болатыны анық.

Әдіс «Метафора» бұл әдіс қауіп төндірмейді және ашық айту оңай емес тақырыптарға қатысты. Метафоралар әсіресе басқа әдістермен жақындау қиын мәселелер үшін тиімді болуы мүмкін.

Мұнда кеңес берудегі тәсіл мен технологияның ерекшелігін көрсететін терминология ұсынылған.

Раппорт - сенімді қарым-қатынас орнату. Есеп тыныс алу, поза, мимика, дауыс, дене қозғалысы, сөйлеу, құндылықтарды реттеу арқылы қол жеткізуге болады.

Калибрлеу-пациенттің ауызша және әсіресе вербалды емес мінез-құлқын қадағалауға басқа адамның жағдайы туралы ақпарат алу үшін мимикада, қалыпта, көз қозғалысында жиі шамалы өзгерістер болады.

Зәкір -реакцияны тудыратын және күйді өзгертетін ынталандыру. Зәкір өздері де, әдейі де пайда болуы мүмкін

Зәкірлеу - зәкір орнату процесі. Зәкірді біріктіру әдісі клиентті травматикалық жағдайға байланысты өмірлік тәжірибесінің жағымсыз жақтарына бекіту кезінде қолданылады.

Көрнекі кинестетикалық диссоциация техникасы - клиент онымен болған жағдайға сырттан қарауы керек. Диссоциация өткен оқиғаларға байланысты жағымсыз сезімдерді, сезімдерді тегістеуге мүмкіндік береді, бұл травматикалық оқиғадан туындаған ауыр тәжірибелермен күресуге мүмкіндік береді.

Рефрейминг (қайта құру) – оқиғаға басқа көзқараспен қарау немесе оқиғаға басқа мағына беру. Оқиғаға жаңа мән беру үшін кадрларды өзгерту.

Тербеліс техникасы - бұл әдіс ресурстық кескін есебінен әртүрлі әдістерде бекітілген жарақатпен жұмыс істеуге мүмкіндік береді.

Терапевтік метафора - оның басты артықшылықтарының бірі-жанама немесе жасырын терапевтік хабарламаларды қамтитын терапевтік әңгімелер тыңдаушыға үлкен әсер етеді, өйткені саналы талдау мен оның қарсылығы өтеді.

Әдістер кешені:

- жүйке-бұлшықет релаксациясы;
- тыныс алу техникасы;
- шоғырлану;
- автотренинг;
- медитация;
- кинезиологиялық гимнастика;
- жеке шеберлік тренингі;
- топтық психологиялық тренингтер және т. б.

Трансты басқарудың сөйлеу стратегиялары.

«ИӘ деп айтыңыз» техникасы.

Алдымен сіз қазіргі уақытта не болып жатқандығы туралы бірнеше мәлімдеме, содан кейін өз ұсынысыңызды айтуыңыз керек.

Пример: «Вы сидите, у Вас опущены плечи, глаза смотрят в пол, и слушаете мой голос, и сейчас Вы посмотрите на меня и выпрямитесь».

Мысал: «Сіз отырасыз, иығыңыз төмен, көзіңіз еденге қарап, менің дауысымды тыңдайсыз, енді маған қарап, түзетесіз» .

«Әңгімелесу» техникасы

Бұл техниканы қолдана отырып, сіз көп сөйлейсіз, көбінесе бір сұрақтан екінші сұраққа секіресіз. Сұхбаттасушының санасын үнемі байланыстырып, «Білесіз бе, иә?» , «дұрыс, дұрыс па?».

Мысал: «Психологияны зерттей отырып, мен адамдарда көп нәрсені түсінбейтінімді түсіндім. Бірақ мен түсінбеген нәрседен мен әлі де

түсінетінімді түсіне алмаймын және мен түсінгенім мен түсінбегенім арасындағы айырмашылықты ешқашан түсінбейтін шығармын.

Ұсыныс әдістері.

«Таңдаусыз таңдау» әдісі.

Сіз адамға таңдау үшін бірнеше мүмкіндіктер бересіз, олардың әрқайсысы сізге өте ыңғайлы.

Мысал: «Сіз бұл туралы дәл осы жерде сөйлескіңіз келе ме, әлде біз ыңғайлы жерге барамыз ба?».

Техника «трюизмы».

Трюизм - это самое очевидное утверждение, банальная истина.

Пример: "Люди часто чувствуют облегчение после того, как сделают следующее упражнение».

Трюизм - бұл ең айқын мәлімдеме, қарапайым шындық.

Мысал: «Адамдар келесі жаттығуды жасағаннан кейін жиі жеңілдейді».

«Жорамалдар» техникасы.

Бұл техникада қолданылатын әдеттегі сөйлеу бұрылыстары:

- бұрын...
- кейін...
- кезінде...
- ретінде...
- бұрын...
- содан кейін-қашан...
- сол уақытта...

Ресурстық күйлерді бекіту.

Ресурстарға қажет жағдайды анықтаңыз.

2. Сізге қажет арнайы ресурсты анықтаңыз, мысалы, сенімділік.

3. Өзіңізге сұрақ қою арқылы ресурстың шынымен қолайлы екеніне көз жеткізіңіз: егер менде бұл ресурс қазір болса, мен оны шынымен қолданар ма едім, жоқ па? Олай болса, жалғастырыңыз. Олай болмаса, 2-қадамға оралыңыз.

4. Сіздің өміріңізде осы ресурс болған жағдайды еске түсіріңіз.

5. Үш негізгі өкілдік жүйенің әрқайсысында қолданылатын зәкірді таңдаңыз - сіз көрген, естіген және сезінетін нәрсе.

6. Басқа жерге ауысыңыз және сіздің қиялыңызда ресурстық жағдайдың тәжірибесіне толығымен оралыңыз. Оны қайтадан жеңіңіз. Ол қарқындылық шыңына жеткенде, күйді өзгертіңіз және одан шығыңыз.

7. Ресурстық күйіңізді бастан кешіріңіз және ол шыңына жеткен сәтте үш зәкірді бекітіңіз. Бұл күйді қалағаныңызша ұстаңыз, содан кейін күйді өзгертіңіз.

8. Зәкірлерді қосу және осы күйге шынымен кіргеніңізге көз жеткізу арқылы қауымдастықты сынап көріңіз. Егер сіз қанағаттанбасаңыз, 7-қадамды қайталаңыз.

9. Зәкірді пайдаланғыңыз келетін проблемалық жағдайға тап болғаныңызды білуге мүмкіндік беретін сигналды анықтаңыз.

Енді сіз бұл зәкірлерді ресурстық күйіңізді қалаған кезде шақыру үшін пайдалана аласыз. Сіз үшін ең жақсы жұмыс істейтін әдісті табу үшін осы және басқа НЛП әдістерімен тәжірибе жасауды ұмытпаңыз. Нәтижеңізді басыңызда ұстаңыз (ресурстық сезімдерді сезіну) және жетістікке жеткенше техникамен тәжірибе жасаңыз.

Кейбір адамдар қимылдарды қарапайым ойнату (кинестетикалық зәкірді «қосу») ресурстық күйді қалпына келтіру үшін жеткілікті деп санайды. Басқалары барлық үш зәкірді қолдануды жөн көреді.

Сөзбе-сөз қайта құру техникасы:

1. Жағымсыз жағдай туралы ойланыңыз.

2. Проблемалық тәжірибеңіздің көрнекі бөлігін мұқият қарастырыңыз.

3. Содан кейін оны ақылмен артқа қарай жылжытыңыз (диссоциациялаңыз).

4. Проблемалық жағдайды сурет түрінде көріңіз, оны кеңістікке қойыңыз.

5. Енді бұл суретті үлкен, әдемі жақтауға салыңыз.
6. Жақтау таңдалғаннан кейін суретті және оның айналасындағы кеңістікті безендіріңіз.
7. Суретті мұражай залы сияқты жаңа контекстке қойыңыз. Қаласаңыз, әйгілі суретшіні таңдап, суретті өзі жасаған кенепке айналдырыңыз.

Субмодальды редакциялау:

1. Сіздің жағымсыз тәжірибеңізді бейнелейтін сурет жасаңыз. Оны кеңістікке қойыңыз.
3. Субмодальды айырмашылықтарды табыңыз.
4. Мазмұнды өзгертпестен ресурстық субмодальдарды бірінші суретке ауыстырыңыз.
5. Нәтижені белгілеңіз.

Тербеліс техникасының тиімділік шарттары:

1. Суреттерді ауыстырудың бір мезгілділігі (синхрондылығы).
2. Бағыт. Тербеліс тек бір бағытта жасалса тиімді: жағымсыз бейнеден қалаған немесе ресурстарға дейін. Сондықтан әр қайталау алдында «экранды тазалауды» ұмытпаңыз.
3. Скорость. Смена образов должна осуществляться как можно быстрее.
4. Повторение. Обычно достаточно 3 – 5 повторений.
3. Жылдамдық. Кескіндерді өзгерту мүмкіндігінше тезірек жасалуы керек.
4. Қайталау. Әдетте 3-5 қайталау жеткілікті.

Негізгі тербеліс техникасы:

1. Проблемалық жағдайдың үлкен және жарқын суретін алдыңызға кеңістікке қойыңыз.
2. Содан кейін ресурстың кішкене қараңғы бейнесін төменгі оң жақ бұрышқа қойыңыз.

3. «Серпіліс» жасаңыз - осы екі суретті тез өзгертіңіз. Ресурс үлкен және ашық болады, ал төменгі оң жақ бұрышта кішкентай және қараңғы теріс сурет болады.

4. «Экранды» тазалауды ұмытпаңыз.

5. 3-5 рет қайталаңыз.

6. Тексеру. Бірінші көріністі шақыруға тырысыңыз. Егер серпіліс тиімді болса, оны жасау қиын болады. Теріс сурет жоғалып, екінші жолмен ауыстыруға тырысады.

Тербеліс техникасы.

Алдыңызда екіге бөлінген экранды елестетіп көріңіз. Бір жартысында өзіңізді «ескі», ал екінші жартысында өзіңізді жаңа етіп қойыңыз. Ескі рөлді экранның қай жартысымен, қайсысы жаңа рөлмен байланыстыратынын өзіңіз таңдай аласыз.

Енді «өзіңнің ескі» бейнені өзіңнен алыстат, ал өзіңнің жаңа бейненді өзіңе итеріп жібер. Сондықтан сіз 5-7 рет өте тез жасауыңыз керек. Әр соққыдан кейін ғана бірнеше секундқа алаңдап, суретті қайта жасаңыз.

Жастардың аутодеструктивті мінез-құлқының алдын алу

Майканова Б.Ж.

Қостанай облысы әкімдігі білім
басқармасының «Психологиялық
қолдау және қосымша білім беру
өңірлік орталығы» КММ әдіскері

Тренингтік жаттығулар

Ситуациялық ойын

«Бүгін өзіңді қалай сезінесің?»

Материал: көңіл-күйдің әртүрлі реңктері бар карталар.

Ол өзінің көңіл-күйіне, анасының, әкесінің, досының және т. б. көңіл-күйіне ұқсас біреуін таңдауы керек. Мұнда біз баланың отбасы туралы қызықты жасырын фактілерді, оның байқайтын және сіңіретін негізгі эмоциялары мен сезімдерін таба аламыз.

Бұл балаға сөйлеуге, шешім табуға мүмкіндік беру тәсілі.

«Өмірлік тікелей» техникасы

Оқушыларға сызық сызып, бұл олардың өмір жолының символдық үлгісі екенін елестету ұсынылады. Олардың пікірінше, олармен болған негізгі оқиғаларды және «бүгінгі күннің» нүктесін атап өту керек. Әрі қарай, барлық оқиғалар қуанышты болды ма, жоқ па, соны талқылау керек.

Түйіндеме: өмірде бәрі бірдей тегіс емес. Мерекелерден, сәттіліктерден және жақсы күндерден басқа жағымсыз оқиғалар бар. Дағдарыстарсыз, шығындарсыз, жоғалтуларсыз және сәтсіздіктерсіз ұзақ өмірді елестету қиын. Кейде «бұл әрдайым қиын болады және бұл қорқыныш ешқашан бітпейді және үміт жоқ» сияқты көрінеді, бірақ ах (шыдамдылық жеңген кезде мысалдар келтіріңіз).

«Өмірлік жетістік» тақырыбын топтық талқылау. Али кейде: «бақытты», "бақытты", "жейдемен туылған" дейді. "Табысты" адамның топтық портретін құрастыру. "Табысты" адамдар қайдан пайда болады? Табиғат? Тағдыр? Жоғарыдан берілген бе? Немесе адамның күш-жігерінің нәтижесі ме? Талқылау барысында мұқият тыңдап, әңгіме процесін басқарып, өмірдегі апатқа ұшыраған «сәттіліктерге», сондай-ақ тағдыр өте қатал болған

«табысты» адамдарға мысалдар келтіру керек. (Мүмкін мысалдар: соқыр саңырау Ольга Скороходова, Валентин Дикул, Теодор Рузвельт, Милтон Эриксон және т. б.)

Мысалдар: «Өмір тамаша» фильмі, Виктор Франклдің тағдыры және оның «Мағынаны іздейтін адам» кітабы немесе т.б. әңгіме-Л. Пантелеевтің бақалар туралы астарлы әңгімесі: бірі қаймаққа батып кетті, ал екіншісі қыдырып, шығуға тырысып, майды қағып, секірді.

«Шығу әрқашан бар» техникасы

«Қиындықтарды» жасырын түрде парақшаларға жазып, мұғалімге тапсыруды ұсыныңыз. Әрі қарай, жазбалардан жағдай тізімін дәйекті түрде талқылаңыз. Барлық студенттерге әр қиын жағдайдан және осы мәселенің шешімдерінен мүмкіндігінше көп шығуды жазуды ұсыну.

Осы жастағы қиын жағдайлардың мысалдары: бақытсыз махаббат, бүкіл топтан бас тарту, отбасындағы, мектептегі мұғалімдермен қақтығыстар, ұят, бөлшектеу және т.б.) талқылау әр ұсынылған жағдай бойынша жүргізілуі керек. Кез-келген жағдайды және оны қалай шешуге болатындығын талқылау кезінде өмір - бұл ең жоғары құндылық, біз тірі болған кезде бәрін түзетуге және жеңуге болады деген ой маңызды болуы керек.

Қорытынды. Қорытындылай келе, біздің өміріміздегі кез-келген қиындықтар мен дағдарыстар кездейсоқ емес және бізге жеке өсу үшін беріледі деген ой тұжырымдалуы керек. Адам бәрінен сабақ алып, жақсы, күшті, ақылды бола алады.

Аутоагрессиямен жұмыс істеуге арналған құралдар

1. кесте. Импульсті бақылау күнделігі

Өзіне зиян келтіру туралы ойлар	
Күні, уақыты	
Орын	
Жағдай	
Сезімдер	

Өзіне зиян келтіру нәтижесінде не болады?	
Өз-өзіне зиян келтіру арқылы не айтқым келеді?	
Нәтижесі	
Пікірлер	

2. кесте. Аутоагрессиямен ауыратын жасөспірімге мектеп психологының көмегі

Іс - шаралар
Жасөспіріммен бірге «қауіпсіздік жоспарын» жасаңыз-егер ол мектепте өзіне зиян келтіргісі келсе, кіммен сөйлесуге және қайда баруға болады;
Психиатрға жолдама беріңіз (қажет болған жағдайда). Мектептен тыс жерде маманға жүгінген жағдайда баланың проблемасы туралы ата-аналарға хабарлау қажет;
Жасөспірім оқитын сынып деңгейінде психобілім беру тренингтерін өткізу-жеңудің, өзін-өзі реттеудің салауатты стратегияларын үйрету;
Жасөспірімге өзіне зиян келтіру тілектерін түсінуге көмектесетін өз импульстарының күнделігін жүргізуді ұсыну;
Жасөспірімді кескіндеме немесе өнер сабақтарына жазыңыз, онда ол өзіне зиян келтірместен өз сезімдерін білдіруді үйрене алады;
Сезімдер әлемін түсінуге, денеге, жынысқа және адамдар арасындағы қарым-қатынасқа қатысты жазбаша тапсырмалар беру.

Тұрмыстық зорлық-зомбылықтың, булингтің және кибербуллингтің алдын алу

Дукарская Л.А.,
Қостанай облысы әкімдігі білім
басқармасының «Психологиялық
қолдау және қосымша білім беру
өңірлік орталығы» КММ әдіскері

«Барлық қылмыстардың ішінде
ауыры-жүрексіздік»

Конфуций

Зорлық - зомбылық фактілерін уақтылы анықтау және қатыгездікке ұшыраған балаларға сапалы психологиялық көмек көрсету (тұрмыстық зорлық-зомбылық, қорқыту, кибербуллинг) бойынша білім беру ұйымының педагог-психологының іс-қимыл алгоритмі.

Зорлық-зомбылықтың, зорлық-зомбылықтың, қорқытудың және кибербуллинктің алдын алу бойынша жұмыс қауіпсіз, психологиялық жайлы кеңістік құру мақсатында білім беру процесінің барлық қатысушыларының (психологиялық қызмет мамандарының) кешенді тәсілін көздейді.

Қорқыту әрқашан жәбірленушіні азаптауға, қорқыныш тудыруға, қорлауға бағытталған. Көбінесе мектеп балалардың көптеген жинақталған жағымсыз эмоцияларын жеңілдету үшін әмбебап «аренаға» айналады. Кибербуллинг - бұл интернет кеңістігінде қорқыту (әлеуметтік желі) (қорқытудан айырмашылығы (мектепте/колледжде болу уақыты) әсер етудің уақыт шектеулері жоқ. Білім алушыларды киберқауіпсіздік ережелерін сақтауға үйрету қажет.

Кезеңдер:

1. Балаларға қатыгездік жағдайларын болдырмау жөніндегі іс-шаралар кешенін әзірлеу және жүзеге асыру мақсатында ұйымдастыру жұмысы;
2. Зорлық-зомбылық жағдайларына әкелуі мүмкін қауіп факторларын уақтылы анықтау мақсатында диагностикалық жұмыс. Диагностикалық жұмыстың мүмкін бағыттары:

- балалардың психологиялық ерекшеліктерін диагностикалау-балалар мен ата-аналар арасындағы қарым-қатынас пен отбасылық өзара әрекеттесу ерекшеліктерін диагностикалау.

3. Зорлық-зомбылық жағдайларына әкелуі мүмкін қауіп факторларын уақтылы анықтау мақсатында түзету жұмыстары.

4. Ықтимал зорлық-зомбылықтың алдын алу үшін білім алушылармен профилактикалық жұмыс;

5. Балаларға зорлық-зомбылық пен қатыгездік жағдайларының ерте алдын алу мақсатында ата-аналармен профилактикалық жұмыс.

6. Мектепте/колледжде немесе үйде зорлық-зомбылық пен зорлық-зомбылықтан зардап шеккен балаларға психоәлеуметтік көмек көрсету бойынша оңалту жұмыстары.

Балаларға зорлық-зомбылық пен қатыгездіктің алдын алу бойынша педагог-психологтың қызметін ұйымдастыру.

БАСТАПҚЫ ПРОФИЛАКТИКА

- жұртшылыққа, ата-аналарға білім беру бағдарламаларының кең ауқымы, балаларға қатысты зорлық-зомбылықтың алдын алу саласында мамандарды оқыту; жеке тұлғаны дамытуға, өмірлік қиындықтарды жеңуге бағытталған бағдарламалар жауап береді.

ҚАЙТАЛАМА ПРОФИЛАКТИКА

- балалар мен олардың ата-аналарының агрессивтілігін, жанжалын азайтуға бағытталған. Бұған бейімделмеген мінез-құлықтары бар балалар мен жасөспірімдерді бейімдеуге және әлеуметтендіруге бағытталған бағдарламалар да кіреді.

ҮШІНШІ ПРОФИЛАКТИКА

- бұл зорлық-зомбылық құрбандарына арналған терапия деңгейі. Балаға қатысты зорлық-зомбылықтың әр жағдайының өзіндік ерекшелігі бар, сондықтан зорлық-зомбылық жағдайымен жұмыс істеу үшін әр уақытта жеке бағдарлама жасалады.

Зорлық-зомбылық пен қатыгездікке ұшыраған балаларды психологиялық-педагогикалық сүйемелдеу мақсаттары (үшінші дәрежелі профилактика деңгейі):

1. Зорлық-зомбылықтан зардап шеккен баланың үйлесімді «Мен» - тұжырымдамасын («Мен» бейнесі, өзін-өзі бағалау және жеке тұлғаның ішкі үйлесімділігін қамтамасыз ету құралы ретінде танылатын өзін-өзі бейнелеу жүйесі) қалыптастыру.

2. Баланың өз ойларын, сезімдерін, мінез-құлқын басқалармен сенімді қарым-қатынас орнату үшін анықтауға мүмкіндік беретін дағдыларды, дағдыларды, қабілеттерді жетілдіру.

3. Өзін-өзі бағалауды және айналаңыздағы адамдарға деген сенімді қалпына келтіру.

4. Баланың жеке басының әлеуметтік қасиеттерін дамыту және жетілдіру.

5. Бейімделмеген мінез-құлықты түзету (баланың әлеуметтік нормалар мен талаптарға бейімделе алмауынан немесе бас тартуынан, әлеуметтік өзара әрекеттесудегі қиындықтардан және өмірлік жағдайларға барабар жауап беруден көрінуі мүмкін).

6. Өзін-өзі қабылдау қабілетін қалыптастыру.

7. Өз бетінше шешім қабылдау қабілетін дамыту.

8. Өзіне, басқа адамдарға, болашаққа деген көзқарасты қалыпқа келтіру.

БАЛАЛАРМЕН ПРАКТИКАЛЫҚ ЖҰМЫС ӘДІСТЕРІ МЕН ТЕХНОЛОГИЯЛАРЫ

- Кітап терапиясы - бұл балалармен бірге балалардың нақты өміріндегі жағдайларға ұқсас жағдайларды сипаттайтын кітаптарды оқу және талқылау. Кітаптарда кейіпкерлер балалардың өздері ауызша айта алмайтын ойлары мен сезімдерін білдіре алады («Каратэ - бала», «Ұсқынсыз үйрек» фильмдерін көру).

- Релаксация жаттығулары стресстік факторлардың әсерінен (тыныс алу жаттығулары, психогимнастика, бұлшықет релаксациясы) қалпына келтіру

мақсатында психоэмоционалды шиеленісті жеңілдету, өзекті жағдайды зерттеу үшін қолданылады.

- Бейнені бағытталған визуализация балаларға өмірге қатысты жағымды көзқарастарды қалыптастыруға көмектесу мақсатында қолданылады. Визуализация балаларды релаксацияға үйретуді де, бала қиын немесе қауіпті жағдайларда және олармен сәтті күресетін жағдайларды қайталауды да қамтиды.

Когнитивті мінез-құлық терапиясы. Бұл тәсіл зорлық-зомбылықтан аман қалған және агрессия, мазасыздық, депрессиялық күйлер сияқты эмоционалды-мінез-құлық ауытқуларын көрсететін балалармен жұмыс кезінде өзінің тиімділігін растады.

- Арт-терапия, ертегі терапиясы.

Іс жүзінде біз кейбір технологияларды, жаттығуларды орындаймыз (құралдар жинағы: қағаз парақтары, қаламдар, қарындаштар)

Осы бағыт бойынша профилактикалық және түзету жұмыстары ПҚ мамандарының қатысуын және ЖЕЛІЛІК КАРТАНЫ бірлесіп жасауды қамтиды.

1. Желілік картаны құру

Карта білім алушының өзекті мәселелері мен ресурстарының әлеуметтік салаларын көруге мүмкіндік береді. Әлеуметтік педдагогпен, сынып жетекшісімен бірлесіп жасалады.



2. Бала-ата-ана қарым-қатынасы баланың дамуында, эмоционалды және жеке саланың қалыптасуында ерекше рөл атқарады. Баламен үнемі байланыста болу процесінде ата-аналар оның сыртқы әлеммен қарым-қатынасын реттеуге және реттеуге, басқа адамдармен

қарым-қатынастың әртүрлі тәсілдерін игеруге үйретеді. Өзін-өзі бағалау, өзіне деген көзқарас сияқты компоненттер өте маңызды болады. Мұның бәрі балада ата-ананың балаға деген көзқарасы арқасында қалыптасады. Бала өседі, ал ата – анасының бойында қалыптасқан жеке қасиеттер, рухани-адамгершілік құндылықтар, нормалар мен моральдар қалады және негізгі жеке қасиеттер болады. Кейінірек оларды ересек адам басшылыққа алады, өмір жолынан өтіп, кейде қиын таңдау жасайды.

Бүгінгі таңда балалар мен ата-аналардың проблемаларын диагностикалау процесінде көптеген әдістер қолданылады, мысалы: «Түс социометриясы», «Отбасы суреті», ата-аналық қатынасты диагностикалау әдісі А.Я. Варга, В. В. Столина, «Бөтелкедегі қозы» әдісі. Бұл әдістерді өз тәжірибесінде психологтар мен арт-терапевттер, мұғалімдер, сынып жетекшілері қолданады.

1. «Бөтелкедегі Қозы». Бұл әдіс 6-7 жастағы балалардан, жасөспірімдерден және ересектерден бастап жұмыс істеуге мүмкіндік береді. Оны жарты жылда бір реттен артық емес жүргізу ұсынылады. Әдістеменің мақсаты: психотерапиялық, диагностикалық, коммуникативті; отбасындағы эмоционалды мәселелерді анықтаймыз.

Оны психология ғылымдарының кандидаты, практик психолог Т.П. Репнова жасаған.

Қатысушылар саны 1 - ден 15-ке дейін.

Материалдар: 2 парақ А4 қағаз, қарапайым қарындаш.

Тақырып бойынша нұсқаулық келесідей қалыптасады: «Бөтелкедегі қозыны сызыңыз», сурет салынғаннан кейін, тақырып екінші парақта келесі сұрақтарға жауаптарды жазуға шақырылады:

- 1) Қозы өзін қалай сезінеді?
- 2) бөтелке қалай сезінеді?
- 3) Қозы не туралы армандайды?
- 4) бөтелке не туралы армандайды?
- 5) қозыны не мазалайды?

б) бөтелкені не алаңдатуы мүмкін?

Сурет салуға 5-7 минут және сұрақтарға жауап беру үшін 5-7 минут беріледі. Осыдан кейін жұмысты психолог өзі жинайды және талдайды немесе тақырыппен жеке әңгімеде.

Диагностика нәтижелерін түсіндіру:

Суреттегі негізгі кейіпкерлер-қозы мен бөтелке.

Қозы баланың өзін бейнелейді. Қозы қаншалықты жарқын, айқын, қызықты, оңай, позитивті және жағымды, бала өзін отбасында сезінеді және керісінше.

Жақсы тартылған мүйіздер мен аяқтар - қыңырлықтың, күрестің және өз пікірін қорғаудың белгісі, баланың ата-анасына қарсы тұруы мүмкін. Мүйіздер мен тұяқтар отбасынан психологиялық және эмоционалды бөліну пайда болған кезде жиі кездеседі. Олар сондай-ақ агрессивтіліктің белгісі болуы мүмкін. Егер автор қозыны теріс бейнеде бейнелесе, оны өзіңізді қабылдамау деп түсіндіріңіз.

Бөтелке - ата-ана отбасының символы. Бөтелкенің жұмсақ, тегіс, дөңгелек формалары-баланың анасына жақындығы, оның назарын, қамқорлығын, бағалауын қажет етеді. Неғұрлым өткір, бұрыштық пішіндер-баланың әкелік ерекшеліктері бар.

Бөтелкедегі қозының орны - бөтелке көлденең және тік күйде бейнеленуі мүмкін. Бөтелкенің түбінде аяғына мықтап тұрған Қозы отбасында тұрақтылық пен тұрақтылықты сезінетін балалардың суреттерінде кездеседі.

Қозының бөтелкенің мойнына бағытталуын бөтелкеден шығып, ата-анасынан бөлінуге деген ұмтылыс деп санауға болады. Егер Қозы мойынға арқасымен бейнеленген болса, онда бұл баланың тәуелсіз болғысы келмейтіндігін, қорқыныш пен қорқыныштың, сенімсіздіктің болуын көрсетуі мүмкін.

Бөтелкенің суретін талдаңыз және мойын мен қозының өлшемдеріне сәйкес келетініне назар аударыңыз. Қажет болса, Қозы бөтелкеден шыға ала ма? Немесе Қозы мойыннан үлкен болуы мүмкін бе? Мүмкін, ол тек

бөтелкеден кете алатындай сезінетін шығар? Ал Қозы тіпті бөтелкеден шыққысы келе ме?

Егер бала бөтелкесі қозыны босатуды армандайды десе, бұл өте ересектер, ата-аналар мен балалар арасындағы жақсы қарым-қатынас туралы.

Кейбір суреттерде мойын тығынмен жабылған, бұл гипер – қамқорлықтың көріністерін көрсетуі мүмкін-бала ата-анасының бақылауын сезінеді, олар оған барлық шешімдерді қабылдайды.

Егер бала бөтелкенің ішкі кеңістігін интерьер элементтерімен безендірсе, жабық жайлы микроклимат жасаса, бұл оның шамадан тыс ата-ана қамқорлығын оң қабылдайтынын көрсетеді. Ата – аналар бәрін қоршап алады және осылайша оны өз бетінше шешім қабылдау құқығынан айырады-бұл өз-өзіне күмәнданудың, баланың әлеуметтік батылдығының себептері болуы мүмкін.

Егер бала қозы бөтелкенің ішінде тар екенін айтса («Бөтелке өте кішкентай»), онда бұл баланың анасы оған тым көп қысым жасайды, үстемдік етеді, талапшыл және қатал деп болжауға болады.

Бір маңызды мәселе бар - толтырылған немесе жарылған бөтелке. Бұл әрқашан қандай да бір зорлық-зомбылықтың белгісі — сызба авторы физикалық кеңістікте бастан өткерген немесе қазіргі уақытта бастан өткерген эмоционалды, физикалық. Егер баланың өмірінде қиын жағдай болса, онда ол улану, алкоголь және т. б.

Кейде балалар бөтелкеге алкогольдік сусынның атымен жазып қояды, бұл олардың қазіргі уақытта алкогольге деген көзқарасын қалыптастыратынын көрсетуі мүмкін. Мұндай суреттер тиісті білім беру және түзету шараларын өткізуге себеп болады.

Ересектер сынған бөтелкені салғанда, бұл, мысалы, ересек ата - анасынан бөлінетін адамдар соншалықты үйреніп кеткенін білдіруі мүмкін, ауырсыну, жанжалдар, керіс техникасымен жұмыс істеу кезінде жиі қойылатын сұрақтарға жауап беру, айқайлау және тондардың жоғарылауы-бұл

норма. ересек өмірге шыққанда, олар мұны шынымен сенеді бұл қалыпты жағдай.

Бөтелкенің мойны қайда қарайтынына назар аударыңыз:

- жоғары-іс-әрекеттің қажетсіз сезімі (мұндай бөтелкеден шығу өте қиын), мақсатқа жете алмау, жасырын тәжірибелер;
- төмен-қажеттіліктерді қанағаттандыруға кедергі келтіретін кедергілерге бекіту, отбасындағы тәрбие гиперопека түріне сәйкес өтеді;
- солға-пассивтілік, әрекетсіздік, өткенге (қандай да бір оқиғаға) баса назар аудару, белсенділіктен қорқу, рефлексияға бейімділік. Баланың талаптары төмен;
- оң жақта – бүлік, бағынбау, баланың тәуелсіздігі, оның бір беткейлігі. Бұл бөтелкені проблема ретінде ұсынуы мүмкін.

Егер қозы бөтелкеден шыққысы келмесе, онда бұл дамудың қажеті жоқ немесе барлық қажеттіліктер қанағаттандырылып, баланың мотивациясы жоқ деп айтуға болады.

Егер бала зергерлік бұйымдармен безендірілген құнды бөтелкені салса, бұл қоршаған орта, іс-шаралар, кружкалар, баланың айналасындағыларға тигізетін әсері өзінен гөрі жоғары бағаланады.

Сұрақтарға жауаптар суретке сәйкес диагностикалық ақпаратқа сәйкес келеді. Мұндай жағдайда жасөспірім мен ата-ана отбасы ыңғайлы, барлығы өзара сүйіспеншілік пен жақындық жағдайына қанағаттанады.

2. фототерапия. «Мен ата-анамның көзімен» техникасы

Мақсаты: балаға өзін-өзі бағалау мен өзін-өзі бағалауды не анықтайтынын түсінуге көмектесу, эмоционалды интеллекттің дамуы, әр түрлі адамдардың өзін-өзі қабылдауындағы ұқсастықтар мен айырмашылықтарды байқау мүмкіндігі.

Жасы: 12+

Құралдар: камера немесе камерасы бар телефон.

Жұмыс барысы: балаға екі фотосет жасау ұсынылады:

- «Мен өзімді немен байланыстырамын»;

- «Мен қарым-қатынасты жақсартқым келетін адамның көзімен (мысалы, «Мен анамның көзімен» немесе басқа отбасы мүшелерінің көзімен).

Әр фотосетке 10-15 минут беріледі, сонда бала 5 фотосурет түсіре алады. Берілген тақырыптарға жауаптармен байланысты кез-келген заттар немесе интерьер элементтері фотосуретке сәйкес келеді (бұл дәл мен: бұл бөтелке менің шынайылығым сияқты ашық және мөлдір, бұл жіп ашулана бастағанда жүйкем сияқты жұқа).

Талдау үшін сұрақтар:

1. Алғашқы бес фотосуретте қандай қасиеттерді көрсеттіңіз?
2. Сіз ата-анаңыздың көзқарасы мен пікірі аясында қандай қасиеттерді суретке түсірдіңіз?
3. Сіздің өзін-өзі бағалауыңыз бен өзін-өзі бағалауыңызды не анықтайды?

Фотосуретті тағы бір рет қараңыз: олардың ұқсастықтары мен айырмашылықтары бар ма?

Баланың екінші фотосетте көрсеткен қасиеттері оның өміріне қалай әсер етеді. Жасөспірімге түсінуге көмектесу сіздің міндетіңіз: бұл 10 фотосурет бірдей ме, жоқ па, және оның қазір қалай өмір сүріп жатқандығы (оның бақыт, жеккөрушілік, ашулану, мазасыздық деңгейі, оларға не әсер етеді) - оны анасы қалай тәрбиелегені немесе өзін қалай қабылдағаны. Келесі кезең: сәйкес келмейтін нәрсені іздеу және сіз келгіңіз келетін нәтижені тұжырымдау. Осыдан кейін сіз жұмыс жолын құра аласыз. Ата-анамен және жасөспіріммен не істеу керек. Ол үшін қазір не маңызды және өзекті.

Қорытынды: ата-анамыздың пікірі бізге әсер ететінін бәріміз жақсы білеміз. Бірақ сіз қазір баланың суретке түсірген ата-аналық қасиеттерінің оған қаншалықты әсер ететінін білмейсіз. Әсіресе өмірдің қиындықтары бар салаларында.

3. «Сурет салу-тегістеу» техникасы

Мақсаты: мазасыздық деңгейін төмендету, қорқыныш пен мазасыздық сезімімен қоштасудың қаншалықты оңай екенін сезіну.

Жасы: 6 + ұзақтығы: 20-30 минут.

Құралдар: қарапайым қарындаш, өшіргіш, А4 форматындағы бірнеше парақ.

Жұмыс барысы:

1). Балаңыздан оны мазалайтын кез-келген жағдайды есте сақтауын және онымен байланысты қандай да бір бейнені салуын сұраңыз. Бөлшектерге енбестен тез, схемалық түрде сурет салу керек. Енді өшіргішті алып, суретті өшіру керек. Егер өшіргіш болмаса, саусағыңызбен сүртуге болады-сызықтар дәл жағылады және кескін контурын жоғалтады.

2). Келесі қадам-бала бұл көріністі немесе басқа көріністі қайтадан бояйды, бірақ сол көңілсіз жағдайға, мазасыз жағдайға байланысты. Енді көп күш пен егжей-тегжейлі-бұл өте маңызды. Тағы да, суретті өшіргішпен немесе саусағыңызбен сүртіңіз. Іздер қалуы мүмкін, бірақ мағынасы-бала сызбаның бұлыңғыр екенін көруі керек.

3). Бала қайтадан сурет салады және қазірдің өзінде ол қандай сезіммен жүретініне назар аударады. Сіз онымен бірге мотивация жоғалған сәтті, терең жағдайға деген қызығушылықты жоғалтқан кезде ұстау маңызды.

Жағдайға деген қызығушылық жоғалғаннан кейін оның көңілсіз әрекеті автоматты түрде төмендейді. Бала суретті қайтадан өшіреді.

4). Баладан бұл қиын жағдайдың қалай өзгергенін сұраңыз. Ол қандай сезімдерді сезінеді? Ересектермен жұмыс істегенде, бұл жұмысты он есеге дейін жасауға болады. Негізінде, бұл тәжірибенің не істейтіні-қабылдау өткірлігінің бұлыңғырлығы. Қабылдау өткірлігі күңгірт болған кезде, сезіммен жұмыс істеуге болады.

Қорытынды: мұндай тәжірибеден кез-келген сабақты мазасыз балалармен бастау керек, өйткені, ең алдымен, оларды тыныштандыру керек. Олар аласапыран болғанша, сіз үйді іргетасқа салып жатырсыз және сіздің

барлық күш-жігеріңіз бен әрекеттеріңіз нәтиже бермейді, бәрі бұзылуы мүмкін.

4. Болашақты жоспарлау.

Мұнда сіз коллаж деп аталатын барлық нәрсені саласыз. Коллаж жасаудың ең маңызды мәні-қалаған нәтижені көру қабілеті.

«Жұлдыз» техникасы

Мақсаты: балаға тапсырманы тұжырымдауға, шын мәнінде не қалайтынын және қалағанына қалай жетуге болатынын түсінуге көмектесу. Жағдайды бақылау сезімін беріңіз.

Жасы: 12+

Құралдар: А4 парағы, қарапайым қарындаш, қалам.

Жұмыс барысы: жасөспірімнен сұрау салуды сұраңыз. Мысалы, мектеп пьесасында қалай сәтті ойнауға болады, ағылшын тілін қалай тез үйренуге болады, досыңызбен татуласыңыз.

Бұл техникада 5 сұрақ болады, оларды жазып, содан кейін оларға жауап беру керек. Балаңыздан бүкіл параққа үлкен бес бұрышты жұлдыз салуын сұраңыз.

Жұлдыздың бірінші сәулесі «Қазір не бар?».

Бұл сұрақты жазып, оған дереу жауап беру керек.

Екінші сәуле- «Бұл жағдайға не себеп болды?»

Егжей-тегжейлерді айтыңыз, бұл жағдайға не себеп болғанын есте сақтаңыз.

Жасөспірімді қазіргі кездегі ыңғайсыздық болмаған кезде ақыл-оймен артқа шегінуге шақырыңыз және бүгінгі жағдайға не әкелуі мүмкін екенін көріңіз.

Жұлдыздың үшінші сәулесі – «Қазір шешудің қандай нұсқалары бар?»

Мұнда жасөспірімнен ертегідегідей үш жебе салуды сұраңыз: оңға, солға, тура жүр. Осы көрсеткілерге қарама-қарсы, қазіргі жағдайды шешудің бір нұсқасын жазуды сұраңыз. Мысалы, шешімнің бірінші нұсқасы-біреуге

қоңырау шалу, шешімнің екінші нұсқасы — бірдеңе жасау, шешімнің үшінші нұсқасы-бәрін тастап, бәрін сол күйінде қалдыру.

Яғни, бұл тек жақсы шешімдер ғана емес, бұл жағдайда жақсы да, жаман да әрекет ету нұсқалары болуы керек.

Жұлдыздың төртінші сәулесі – «Маған қай нұсқа сәйкес келеді?» жасөспірім осы үш нұсқаның қайсысы қазіргі уақытта өзінің күші, денсаулығы мен ресурстарын ескере отырып, ең қолайлы екенін таңдасын. «Қазір» күйіне ерекше назар аудару өте маңызды. Таңдалған опцияны шеңберге айналдыру керек.

Жұлдыздың бесінші сәулесі - «Бұл опцияны ең жақсы жолмен жүзеге асыруға маған не көмектесе алар еді?» Бұл өте маңызды фраза. Біздің санамыз бұл фразаға ерекше жауап береді, сондықтан оны жаттау керек. Бала ойлап тауып, осы маңызды сұраққа жауап табуы керек. Мүмкін, біреуге мұны істеуге уәде беру керек, тағы бір нәрсе және т.б.

Бұл техникада сіз баладан сұрайтын соңғы нәрсе - ол мұны қашан жасайды және сіз оған психолог ретінде қалай көмектесе аласыз. Яғни, сіз балада нақты күн деңгейінде тұрақты түсінік қалыптастырасыз, ол дәл осылай жасайды.

Қорытынды: Баланың тапсырманы шешу, мақсатқа жету және т.б. оның іс-әрекетіне немесе әрекетсіздігіне байланысты екенін түсінуі маңызды.

6. Балалар мен жасөспірімдермен жұмыста психодрамалық әдістерді қолдану.

Баланың дамуы білім мен дағдыларды дамытуды ғана емес, сонымен бірге өсіп келе жатқан адам кіретін қарым-қатынастың белгілі бір деңгейін де қамтиды. Қатынастар әр түрлі: мемлекетпен, заңмен, құрдастарымен, ата-аналарымен, басқа адамдармен. Бұл қарым-қатынастың сипаты балаға, жасөспірімге белгілі бір із қалдырады. Егер бұл қарым-қатынаста жүрексіздік, өтірік, бас тарту көп болса, онда бәрі ішкі ыңғайсыздықтың пайда болуына әкеледі, оның әлемге деген көзқарасының тұрақтылығын

бұрмалайды, нәтижесінде баланың жеке басының дамуында айтарлықтай бұрмалануларға әкелуі мүмкін.

Балалар, әсіресе жасөспірімдер өздерін жалғыз сезінеді. Дәрменсіздік, кінә сезімдері («менде бірдеңе дұрыс емес») айыру жағдайын күшейтеді. Үзілген байланыстарды түзету, балалар мен ата-аналар арасындағы қарым-қатынасты қалпына келтіру үшін психодрама, ертегі терапиясының элементтері қолданылатын сабақтар өткізіледі.

Психодрамада адамның «мен» мағыналы адамдармен байланыстар мен қатынастардың жиынтығы ретінде зерттеу әдеттегідей. Адамның психикалық денсаулығы сыртқы және ішкі әлемдегі бұзылған негізгі байланыстарды қалпына келтіруге байланысты. Бұл әдістер әсіресе отбасындағы қарым-қатынастары туралы тікелей сөйлесу өте ауыр болатын жасөспірімдеріміз үшін өте жақсы, олар бұл қарым-қатынасты қалпына келтіруге, жалғыздықты сезінуге және осы әлемде адасуға сенбейді.

Психодраманың алтын ережесін қолдана отырып: «не болып жатқанын айтпаңыз, оның қалай болатынын жақсы көрсетіңіз», мысалы, «су әлемі - менің жанымның әлемі».

Қозғалыс: бізде теңіз (мұхит) бар-көк түсті жапырақ. Кружкалар кішкентай және үлкен-бұл аралдар. Сіз қандай Арал болатыныңызды таңдаңыз және оны аралыңыз орналасқан жерге жабыстырыңыз (оны «мен» немесе өз атыңызды белгілеңіз). Басқа аралдар-сіз үшін маңызды адамдар. Олардың әрқайсысы үшін қолайлы Арал табыңыз (жақын адамыңыздың атына қол қойыңыз). Оларды су әлемінде орналасқан жерге жабыстырыңыз. Аралдар бір-бірімен қандай да бір қарым-қатынаста болуы мүмкін. Ол үшін су жолдарын салуға немесе көпірлер салуға болады. Бұл жолдар мен көпірлер берік болуы мүмкін (қатты сызықпен белгіленеді немесе тербелмелі, тұрақсыз (үзік сызық) болуы мүмкін.

Қауіпті акулалар теңізде өмір сүре алады (жағымсыз оқиғалар, қорқыныш, қиындықтар). Сіз оларды бос орындарға жабыстыра аласыз

немесе кейбір қиындықтарды байланыстыратын аралдардың жанында бола аласыз.

Бірақ сізде дельфиндік көмекшілер бар (қиындықтарды, қорқыныштарды, қиындықтарды жеңуге көмектесетін қасиеттер). Бұл қандай қасиеттер? Сіз сене алатын жеке тұлғаның, мінездің күшті жақтары? Олардың саны қанша? Сонымен, дельфиндер көп болады. Оларға қол қойыңыз. Оларды қалаған жеріңізге жабыстырыңыз.

Теңіз түбінде сіз інжу-маржаны бар раковиналарды таба аласыз (бұл сізге ең жарқын әсер қалдырған жарқын оқиғалар. Көп уақыт өтті, және сіз бұл туралы есіңізде). Бұл қандай оқиғалар? Олардың кейбіреулері туралы айта аласыз ба? Қолтаңбалар мен раковиналарды өзіңіз қалаған жерге жабыстырыңыз.

Нәтижесінде біз «Су әлемін» алдық (аралдармен, теңіз тұрғындарымен). Бірақ іс жүзінде біз әртүрлі байланыстарды, оқиғаларды, қиындықтар мен қуаныштарды көрсететін адамның жан картасын жасадық. Сондықтан, соңғы кезеңде біз «Менің жанымның әлемі» атауын жапсырамыз және күнді қоямыз (сабақтың қай жерде өткізілгенін, сол кездегі адамның жасын белгілеуге болады).

Рефлексия: бізге өз әсеріңіз, көңіл-күйіңіз, сезімдеріңіз туралы айтыңыз. Бұл маңызды, пайдалы болып көрінді.

Бұл картаның үлкен мүмкіндіктері бар. Сіз онымен осы сабақтан тыс жұмыс істей аласыз (толықтырыңыз, нақтылаңыз, өзгертіңіз. Бірақ! Сіз тек картаңызда бір нәрсені өзгерте аласыз). Жұмыс жеке болуы мүмкін (жұпта: «ересек – бала», «ересек – ересек», шағын топта (5 адамға дейін; көмекшісі бар 10 адамға дейін). Ол отбасылық кеңес беруде жақсы жұмыс істейді.

Бұл ойынның екі мағынасы бар: диагностикалық және түзету. Диагностикалық: адам өзін таныстырады (қоршаған орта туралы, әлемдегі орны туралы, қорқыныштары, проблемалары, оларға деген көзқарасы туралы айтады). Түзету: біз өзімізге және басқаларға деген көзқарасымызды, эмоцияларымызды, ресурстарымызды, байланыстарымызды білеміз және

қажет болған жағдайда өзімізді немесе айналамыздағы нәрсеге деген көзқарасымызды өзгертеміз.

Сонымен, психодраманың көмегімен сіз басқа адамдармен қарым-қатынасты үйренуге, өмірдің мәнін іздеуге, әлемге үйренуге, әртүрлі рөлдерді көруге болады. Бұл әдіс балаларға түсінікті тілде сөйлейді (жасөспірімдер, яғни олар өз сезімдері туралы сөйлесуді үйренуге, өзін-өзі бағалауды арттыруға, алаңдаушылықты азайтуға мүмкіндік алады. Сонымен қатар, мұндай сабақтарға қатысу жасөспірімдердің жалғыздық пен қажетсіздік туралы сенімін айтарлықтай өзгертеді, отбасы мен қоғамдағы қарым-қатынасқа байланысты қажетсіз шиеленісті жояды.

**«ЖСБ, ЖКС Б және дағдарыс жағдайында
психологиялық көмек форматында мамандардың кәсіби
құзыреттілігін арттыру. Кешенді тәсіл» халықаралық
ғылыми-практикалық конференциясының
ҰСЫНЫМДАРЫ**

2022 жылғы 31 қазан

Қостанай қ.

Білім беру процесіне қатысушылардың психологиялық сауаттылығын арттыруда және жеке тұлғаның қажеттіліктеріне, қоғамның сұраныстарына сәйкес әртүрлі ұйымдардың интеграциялану, ведомствоаралық және желілік өзара іс-қимыл мүмкіндіктерін атап өтіп, халықаралық ғылыми-практикалық конференцияға қатысушылар ұсынуды орынды деп санайды:

Психологиялық қызметтердің жұмысына жетекшілік ететін білім бөлімдерінің әдіскерлеріне:

1. Психологиялық қызметтер жұмысының тиімділігін арттыру мақсатында оқыту семинарларын, практикумдарды өткізу кезінде халықаралық тәжірибе мен инновациялық технологияларды пайдалану арқылы білім беру және тәрбие процестерін кешенді және жүйелі ақпараттық-әдістемелік сүйемелдеуді іске асыруды қамтамасыз ету қажет.

2. Білім беру ұйымдарында тұрмыстық зорлық-зомбылықтың, кәмелетке толмағандардың деструктивті мінез-құлық нысандарының алдын алу мәселелерінде ведомствоаралық өзара іс-қимыл жоспарларын іске асыру бойынша барлық әлеуметтік институттардың өзара іс-қимылын күшейту;

3. Психологиялық қызмет және психологиялық сүйемелдеу мамандарының (басшылардың орынбасарлары, әлеуметтік педагогтар, сынып жетекшілері, пән мұғалімдері) психологиялық құзыреттілігін арттыру мақсатында (білім беру ұйымдарының барлық субъектілері үшін)білім беру мекемесінде қауіпсіз атмосфера құру, дағдарысты еңсеруде көмек алу мүмкіндіктері бойынша. іс-шараларды (педагогикалық кеңестер, ӘБ

отырыстары, директор жанындағы кеңестер, МІБ) өткізілуінің жүзеге асыруын бақылау қажет.

4. Балалар мен жасөспірімдерді жұмыспен қамтуды, оның ішінде «Ерекше назар» тобының жасөспірімдерін жүз пайыз жұмыспен қамтуды, девиантты мінез-құлықты жүйелеу, оларды сыныптан тыс іс-шараларға, үйірме қызметіне тарту арқылы балалар мен жасөспірімдер ортасында қолайсыз құбылыстардың алдын алу жөніндегі психологиялық-педагогикалық қызметтің тиімділігін арттыру.

ПҚ ЖҚББӨО желілік үйлестірушілеріне:

1. Ауданның/қаланың психологиялық қызметтері мониторингінің алынған деректеріне талдау жүргізу және ЖСБ, ЖКСБ және дағдарыс жағдайларында психологиялық көмек көрсетуде халықаралық тәжірибе мен инновациялық технологияларды пайдалана отырып педагог-психологтардың жұмысын жақсарту үшін ұсынымдар әзірлеу.

Педагог-психологтарға:

1. Диагностика, кеңес беру және түзету арқылы білім алушылар мен ата-аналарға психологиялық қолдау көрсету.

2. Топтық тренингтер, балалармен жеке консультациялар түрінде профилактикалық, түзету-дамыту жұмыстарын жүзеге асыру: олардың психикалық және психофизиологиялық жағдайын қалыпқа келтіру, позитивті ойлауды қалыптастыру; ата-аналармен және құрдастарымен қарым-қатнасты оңтайландыру.

3. «Отбасы клубы», «Жасөспірімдер-жастар ортасында психоактивті заттарды қолданудың алдын алу», «Community power»: жастар суицидімен жұмыс істеу жөніндегі қауымдастықтардың әлеуетін нығайту», «Педагогтың эмоционалдық интеллектісі. Балалардың үйлесімді дамуына арналған эмоционалды интеллектуалды орта», «Жас жасөспірімдерді әлеуметтік-эмоционалды оқыту бағдарламасы бойынша «Ерекше Майя және оның достары» комикстерін пайдалану», «Мұғалімдердің кәсіби және

эмоционалды жануы», «Психологиялық қолдаудың жазғы алаңдары». жобаларын іске асыруды жалғастыру.

4. Қазіргі заманғы педагогикалық инновацияларды қолдана отырып «Отбасы клубы» жобасы шеңберінде кәмелетке толмағандар арасында суицидтік мінез-құлықтың, тұрмыстық зорлық-зомбылықтың, буллингтің, кибербуллингтің, жыныстық қол сұғылмаушылықтың алдын алу бойынша ата-аналар лекторий форматында, оның ішінде қашықтықтан оқыту форматында психологиялық-педагогикалық білім беру жүйесін дамыту.

5. Балалар мен жасөспірімдерді жұмыспен қамтуды, оның ішінде "ерекше назар" тобының жасөспірімдерін жүз пайыз жұмыспен қамтуды, девиантты мінез-құлықты жүйелеу, оларды сыныптан тыс іс-шараларға, үйірме қызметіне тарту арқылы балалар мен жасөспірімдер ортасында қолайсыз құбылыстардың алдын алу жөніндегі психологиялық-педагогикалық қызметтің тиімділігін арттыру.

Дағдарыстық кеңес беру кезінде педагог - психологтарға ұсыныстар

Дағдарыс жағдайындағы білім беру ұйымының педагог-психологының іс-қимыл алгоритмі:

1. Мектеп әкімшілігіне, ата-аналарға хабарлау.
2. ПҚЖҚББӨО - ның желілік үйлестірушісін, әдіскерлерін анықталған білім алушылар туралы хабардар ету (орташа және жоғары тәуекел дәрежесі болған кезде-аутоагрессия).
3. Тәуекел дәрежесі шамалы болған жағдайда білім алушыға кеңес беру.
4. Аутоагрессивті мінез-құлық факторлары бар білім алушыларды сүйемелдеудің жеке бағдарламасын әзірлеу.
5. Психологиялық жағдайды анықтау мақсатында білім алушыны психологиялық тексеру. Психологиялық қорытынды рәсімдеу.
6. Сынып жетекшісімен бірге білім алушының психологиялық-педагогикалық сипаттамаларын дайындау.
7. Сынып жетекшісінің түзету - тәрбие жұмысы мәселелері бойынша консультациясы.

8. Білім алушының психологиялық саулығы мәселелері бойынша ата-аналармен кеңесу (анықталған проблемалар бойынша) және балалар-ата-аналар қарым-қатынасын, отбасындағы тәрбие жүйесін түзету.

«Ерекше назар» тобының балаларымен жұмыс істеу бойынша педагог - психологтарға ұсынымдар

Педагог-психологтарға:

1. психоэмоционалды шиеленісті, мазасыздықты азайту, «Мен» позитивті бейнесін қалыптастыру, өзіне және өз күшіне деген сенімділік, өзін-өзі бағалауды нығайту; оң мақсаттарды анықтау;

2. позитивті өзін-өзі қабылдауды, қалаған мінез-құлықты сақтау немесе қалпына келтіру;

3. релаксация дағдыларын дамыту, рефлексияны, эмоционалды күйлер мен мінез-құлықты ерікті түрде реттеу тәсілдерін үйрету;

4. мәселелерді, олардың көріністерін талдау, оларды жоюдың себептері мен әдістерін анықтау;

5. мүмкіндіктер мен ресурстарды, сондай-ақ одақтастарды, түзету мақсатына жетуге көмектесе алатындарды анықтау;

6. конструктивті мінез-құлықты қолдану мүмкіндігін пысықтау;

7. Ата-аналардың балалар мен ата-аналар қатынастары мәселелеріндегі психологиялық-педагогикалық құзыреттілігін және олардың баламен сәтті қарым-қатынас жасауға ықпал ететін тиімді әдістер мен әдістерді қолдануға дайындығын арттыру.

Қостанай облысты әкімдігі білім басқармасының «Психологиялық қолдау және қосымша білім беру өңірлік орталығы» КММ

8 (7142) 51-18-49 Директор

8 (7142) 51-14-84 Бухгалтерия

8-(7142) 52-41-07 Психологиялық жұмыс бөлімі

8 (7142) 52-41-06 директор орынбасары, әдістемелік кабинет

Сайт: <http://reppido.kz>