Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Свердловской области, реализующее адаптированные основные общеобразовательные программы

«Верхнетагильский центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»

**Алгоритм работы педагога-психолога с ребенком школьного возраста (1–11 класс), родитель которого является участником специальной военной операции**

**1. Подготовительный этап**

**Изучение ситуации семьи ребенка:**

* Уточните статус семьи: кто из родителей участвует в СВО, как долго длится разлука, поддерживает ли родитель связь с ребенком (звонки, письма и т.д.).
* Изучите состав семьи и роль других родственников в воспитании (другой родитель, бабушки, дедушки).
* Определите, как ребенок воспринимает участие родителя в СВО: знает ли о факте службы, как относится к ситуации, что чувствует (гордость, тревога, обида, страх и т.д.).

**Установление контакта с родителями/опекунами:**

* Проведите беседу с родителями или опекунами, чтобы понять эмоциональное состояние ребенка и семьи в целом.
* Узнайте, как семья объясняет ребенку участие родителя в СВО, какие слова использует для описания ситуации.
* Согласуйте план работы с ребенком и получите согласие на оказание психологической помощи.

**Создание доверительной атмосферы:**

* Подготовьте психологическое пространство для работы с ребенком (удобное, безопасное, располагающее к общению).
* Убедитесь, что ребенок знает: все беседы конфиденциальны, а помощь направлена на его поддержку.

**2. Диагностический этап**

**Оценка общего состояния ребенка:**

* Проведите наблюдение за ребенком: его поведение, эмоциональные реакции в школе, общение с одноклассниками и учителями.
* Выясните, есть ли изменения в учебной деятельности (снижение успеваемости, потеря интереса к занятиям, трудности с концентрацией).

**Диагностика эмоционального состояния:**

* Используйте проективные методики, такие как «Рисунок семьи», «Дерево с событиями», «Моя жизнь сейчас» для определения настроения, тревожности или скрытых переживаний.
* Применяйте тесты для оценки уровня тревожности, страхов, самооценки (например, тест Спилбергера или методику Рене Жиля).

**Выявление проблемных зон:**

* Определите, испытывает ли ребенок чувство вины, стыда, тревоги или страха за родителя.
* Проверьте, насколько ребенок вовлечен в школьную жизнь и взаимодействует со сверстниками.

**3. Коррекционно-развивающий этап**

**Работа с эмоциональной сферой ребенка:**

* Организуйте индивидуальные занятия, направленные на снижение тревожности и страха. Используйте арт-терапию (рисование, лепка), сказкотерапию, метафорические карты.
* Помогите ребенку выразить свои чувства через творческие упражнения: например, нарисовать «Свою семью сейчас и в будущем», «О чем я мечтаю».
* Используйте релаксационные техники, такие как дыхательные упражнения («Кораблик», «Шарик»), чтобы научить ребенка справляться с тревожными состояниями.

**Формирование устойчивости к стрессу:**

* Включайте игры и упражнения, направленные на развитие психологической устойчивости, например, «Как я могу справиться со страхом».
* Обсуждайте темы смелости, героизма, преодоления трудностей с акцентом на позитивные примеры.

**Поддержание уверенности и самооценки:**

* Хвалите ребенка за его достижения в учебе, творчестве, спорте.
* Формируйте у ребенка чувство гордости за себя и свою семью, подчеркивая важность его усилий и вклад в семейное благополучие.

**Развитие навыков саморегуляции:**

* Научите ребенка управлять своими эмоциями с помощью техник самопомощи (например, «Считай до 10», «Мое спокойное место»).
* Включайте упражнения на расслабление, такие как «Теплый дождь» или «Облако тепла», которые помогают снять напряжение.

**Поддержка позитивного мышления:**

* Обсуждайте с ребенком планы на будущее, мечты и цели.
* Помогайте ребенку находить радость в повседневных делах, несмотря на возникающие трудности.

**4. Работа с социальной адаптацией ребенка**

**Поддержка отношений со сверстниками:**

* Наблюдайте за общением ребенка со сверстниками. Если он замкнут или изолирован, организуйте совместные игры, групповые занятия.
* Объясняйте ребенку, что он не одинок в своих переживаниях, и помогайте выстраивать позитивные отношения с одноклассниками.

**Организация групповых тренингов:**

* Проводите занятия, направленные на развитие уверенности и преодоление тревожности в группе.
* Обсуждайте с детьми темы взаимопомощи, поддержки, толерантности.

**Работа с педагогическим коллективом:**

* Информируйте учителей о состоянии ребенка (в рамках конфиденциальности) и необходимости поддержки в учебном процессе.
* Посоветуйте педагогам, как учитывать особенности эмоционального состояния ребенка.

**5. Взаимодействие с семьей**

**Консультирование родителей/законных представителей:**

* Дайте рекомендации по созданию дома спокойной и поддерживающей атмосферы.
* Объясните важность честного, но доступного для возраста разговора с ребенком о специфике участия родителя в СВО.
* Подскажите, как реагировать на тревогу и страхи ребенка, не усиливая их.

**Обучение родителей методам поддержки:**

* Покажите, как поддерживать эмоциональную стабильность ребенка через ежедневные ритуалы (например, чтение перед сном, совместное обсуждение позитивных событий за день).
* Научите родителей использовать техники активного слушания, чтобы ребенок мог свободно высказывать свои переживания.

**6. Поддерживающий этап**

**Мониторинг состояния ребенка:**

* Регулярно проводите наблюдения за эмоциональным состоянием ребенка, его поведением и успеваемостью.
* Организуйте регулярные индивидуальные беседы для оценки его текущих потребностей и проблем.

**Продолжение коррекционной работы при необходимости:**

* Проводите дополнительные занятия, если ребенок продолжает испытывать сложности.
* В случае необходимости направьте ребенка или семью к специалистам (психотерапевт, кризисный центр).
* Обращение за медицинской помощью (врач-психиатр, врач-психотерапевт, врач-невролог)

**Поддержка в долгосрочной перспективе:**

* Оставайтесь на связи с ребенком и семьей, чтобы они знали, что могут обратиться за помощью.
* Включайте ребенка в школьные мероприятия, которые помогут ему чувствовать себя частью коллектива.

**7. Оценка эффективности работы**

**Анализ изменений:**

* Сравните результаты диагностики до и после работы с ребенком.
* Оцените, снизились ли тревожность и страхи, улучшились ли самооценка и успеваемость.

**Получение обратной связи от родителей:**

* Узнайте, заметили ли родители положительные изменения в поведении и эмоциональном состоянии ребенка.

**Корректировка работы:**

* При необходимости пересмотрите подходы и методы, чтобы помощь ребенку и семье оставалась актуальной.