

2.3. Отсутствие психологических перегрузок, обеспечение психологической безопасности обучающихся.

Одна из самых главных проблем в современной мире – сохранение психологической безопасности. Когда мы рассматриваем психологическую безопасность в рамках школы, то точно понимаем, что эта безопасность вокруг образовательного процесса обучающихся, отсутствие у них психологических перегрузок. Но не стоит забывать, первое, что мы должны защитить- это личность ребёнка, со всеми его особенностями развития и эмоционального интеллекта.

Важно отметить, что образовательная система с включенными в неё участниками представляет собой сложную саморазвивающуюся социокультурную систему. Для обеспечения психологической безопасности этой системы необходимо принимать во внимание её структуру и внутренние связи между структурными элементами, ресурсы саморегуляции и обеспечения устойчивого развития этой системы, факторы внешней среды и связи между системой и внешней средой.

Психоэмоциональное состояние детей в школе зависит от множества факторов: режим дня, новые требования, правила поведения, незнакомая обстановка и др. Жизнь в заданном ритме должна оказывать положительное воздействие на состояние ребенка. Режим дня в школьном учреждении должен быть многовариантным, учитывающим все возможные нестандартные ситуации: плохую погоду, желание родителей приводить и забирать детей в удобное для них время, карантины и периоды повышенной заболеваемости. Такой режим можно назвать гибким, так как в нем продумана система быстрого реагирования на внезапно изменившуюся ситуацию. Это некая система общей и индивидуальной психологической защиты детей. Показателем верно выбранных средств психологической безопасности служит хороший настрой детей, позитивный, тёплый климат в группах детей, доверительные отношения обучающихся с педагогами.

У этой системы безопасности есть четыре основных мероприятия:

1. Создание благоприятного климата
2. Профилактика
3. Раннее вмешательство
4. Незамедлительное вмешательство

Коротко о каждом из них.

1.Создание благоприятного климата. Благоприятный климат в школе формируется как на уровне социальной, так и физической среды. Социальная среда включает общепринятые нормы и правила, выработанные в ученическом, родительском и педагогическом коллективах. В школе каждый педагог знакомится с индивидуальными особенностями обучающихся, каждого ребенка педагоги рассматривают как личность. Исходя из этого, педагоги строят положительное взаимодействие с каждым учеником. В школе всегда работает служба сопровождения, которая доступна не только педагогам и ученикам, но и родителям и законным представителям обучающихся. Физическая среда предполагает организацию материально-технического пространства и сложившийся режим работы:

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение школа № 613 Московского района
Санкт-Петербурга.

- Дозируется учебная нагрузка, на уроках в проводятся физкульт-минутки, разминки.
- Организуются зоны отдыха в школе.
- С родителями проводятся беседы о том, как сохранить психологическое здоровье ребенка.

Учебная нагрузка учащихся соответствует санитарным нормам и правилам и не превышает предельно допустимых показателей. Отсутствие учебных перегрузок достигается путем обоснованного построения расписания.

2. Профилактика.

- Психологические настрои на урок: начинать уроки лучше всего, настраивая обучающихся на положительные эмоции, спросить об их самочувствии и настроении (шкала настроения).
- Минуты релаксации: под каждую возрастную группу подобраны упражнения реласакционных минуток.
- Рефлексия в конце каждого урока- не маловажный фактор. Тут каждый ребенок может высказать свои чувства, не боясь критики. На помощь педагогам приходит упражнение «Дерево»

3. Раннее вмешательство. Это проводимая работа всех членов образовательного процесса с обучающимися «группы риска». Большая роль в выявлении и поддержке обучающихся «группы риска» принадлежит школьным психологам, имеющих возможность своевременной диагностики и консультирования. После стандартизированных диагностических методов исследования, психологи проводят игровые беседы с обучающимися, консультации с родителями и педагогами. После выявления детей той самой «группы риска» проводится целый комплекс компенсирующих и корректирующих занятий.

4. Незамедлительное вмешательство. Никто не застрахован от эмоциональных всплесков, плохого настроения или самочувствия. Не всегда психофизиологическая демобилизация наступает постепенно или ее можно отследить. Чаще всего, в подростковом возрасте, часто случается ухудшение психоэмоционального состояния. Такие состояния могут проявляться в качестве чувства растерянности, панических реакций, понижением моральных норм поведения, уменьшением уровня эффективности деятельности и мотивации к ней, депрессивными тенденциями. В таких ситуациях меры надо принимать быстро. Чаще всего в таких ситуациях с ребенком будет работать один из психологов школы: от активного слушания, до физического разряда (рвать бумагу, стучать по колышкам, бить груш и др).

Основными показателями психологической безопасности образовательной среды выступают:

- качество межличностных отношений; -
- комфортность образовательной среды;
- защищенность от психологического насилия; -
- удовлетворенность образовательной средой.

Качество межличностных отношений раскрывается через позитивные факторы (доверие, доброжелательность, принятие, толерантность) и негативные факторы (агрессивность, конфликтность, враждебность, манипулятивность). Принцип психологической безопасности предполагает снятие всех стрессообразующих факторов учебного процесса, создание в школе такой атмосферы, которая расковывает детей и в которой они ведут себя как дома. Для определения качества межличностных отношений используется социометрическая техника. С помощью социометрии можно изучать типологию социального поведения людей в условиях групповой деятельности, судить о социально-психологической совместимости членов конкретных групп. С помощью диагностики выявлено, что психологический климат в классах положительный, но есть ребята, на которых стоит обратить внимание.

Методика социально-психологической адаптации младших школьников Э.М.Александровской выявляет эффективность учебной деятельности. Ребенок, находясь в стремительно изменяющихся условиях своего существования, нуждается в психологической поддержке, и мы должны помочь ему укрепить психологическое здоровье. Длительное пребывание ребенка в ситуации учебной неудачи, субъективное ощущение неподконтрольности результата, могут привести к ожиданию неудач (сценарий «неудачника»), способствовать формированию повышенной тревожности, невротических социальных страхов, снижению самооценки. Только с положительным отношением к школе можно добиться хороших результатов в учении.

Диагностическое обследование за 2020-2021 учебный год

№ п/п	Психолого-педагогическая диагностика	Количество групп	Количество человек
1	Методика Э.М.Александровской-социально- психологической адаптации школьников	2	20
2	Личностный опросник Айзенка (детский)	5	12
3	Общая самооценка Г.Н.Казанцевой	5	14
4	Экспресс-диагностика	7	26
5	Ориентационная анкета Б.Басс	2	14
6	Методика «Интеллектуальная лабильность»	2	10
	всего	23	96

Диагностическое обследование за 2021-2022 учебный год

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА № 613 МОСКОВСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Рябова Ольга Николаевна, Директор

02.11.23 22:47 (MSK)

Сертификат 935BFED79729D97A476690A2E3510CBC

№ п/п	Психолого-педагогическая диагностика	Количество групп	Количество человек
1	Методика Э.М.Александровской-социально- психологической адаптации школьников	3	21
2	Личностный опросник Айзенка (детский)	4	14
3	Общая самооценка Г.Н.Казанцевой	8	15
4	Экспресс-диагностика	7	25
5	Ориентационная анкета Б.Басс	3	11
6	Методика «Интеллектуальная лабильность»	2	9
	всего	27	95

Диагностическое обследование за 2022-2023 учебный год

№ п/п	Психолого-педагогическая диагностика	Количество групп	Количество человек
1	Методика Э.М.Александровской-социально- психологической адаптации школьников	3	22
2	Личностный опросник Айзенка (детский)	4	16
3	Общая самооценка Г.Н.Казанцевой	5	18
4	Экспресс-диагностика	7	25
5	Ориентационная анкета Б.Басс	3	10
6	Методика «Интеллектуальная лабильность»	2	8
	всего	24	99

Методика Э.М.Александровской предназначена для выявления эффективности учебной деятельности

В обследовании приняли участие дети первого и второго года обучения. В первом полугодии в классе первого года обучения (1а-доп.) из 11 учеников 3 человека- дезадаптированы. В результате детей перевели на другой вид обучения.

Методика Айзенка предназначена для выявления способов реагирования на жизненные ситуации

В обследовании приняли участие 14 ребенка из 5а,6а,7а,8а,9а классов, способных себя оценить. В результате обследования 10 человек ответили результативно, остальные дали ложные оценки.

Общая самооценка Г.Н.Казанцевой

В обследовании приняли участие 16 человек из 7а,8а,9а,10а,11а классов, способные себя оценить. В результате обследования 5 человек имеют среднюю самооценку, 5 человек имеют заниженную самооценку.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ

02.11.23 22:47 (MSK)

Сертификат 935BFED79729D97A476690A2E3510C8C

Участковая школа № 1 с.Московское, г.Иваново

САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Рябова Ольга Николаевна, Директор

Экспресс-диагностика

В обследовании приняли участие 26 учеников с 4а по 11а классы. Отмечается стабильная динамика в интеллектуальном развитии учеников. Проективные тесты указывают на эмоциональное состояние детей и отмечают болевые точки, с которыми следует работать.

Анкета Б.Басс предназначена для выявления личностной направленности

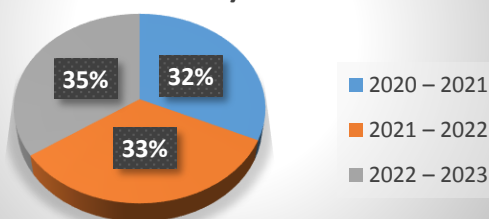
В обследовании приняли участие 9 человек из 9а,10а,11а классов. В результате 9 человек ориентированы на общение.

Методика «Интеллектуальная лабильность» предполагает прогноз успешности в освоении нового вида деятельности

В обследовании приняли участие 10 человек из 9а и 11а классов. Результаты обследования у всех учеников показали малую успешность в новой деятельности, что не удивительно для детей с ментальными нарушениями.

Мониторинг проводимый педагогами- психологами показывает, что психологическое состояние обучающихся находится в пределах нормы, несмотря на то, что в школе обучаются дети с интеллектуальными нарушениями, которым свойственна необоснованная тревожность и нервозность поведения.

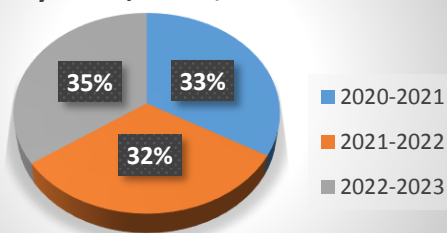
Функциональное состояние обучающихся 5-8 классов (норма – 4,5 – 5,5)



Функциональное состояние обучающихся 5-8 классов (норма – 4,5 – 5,5)

Учебные годы	Самочувствие	Активность	Настроение	среднее
2020 – 2021	5,9	5,3	6,3	5,83
2021 – 2022	6,2	5,6	6,1	5,97
2022 – 2023	6,4	4,5	7	5,97

Функциональное состояние обучающихся 2,4 классов



Функциональное состояние обучающихся 2,4 классов

Учебные годы	Самочувствие	Активность	Настроение	среднее
2020 – 2021	5,0	4,5	5,1	4,9
2021 – 2022	4,8	4,5	5,0	4,7
2022 – 2023	5,2	4,7	5,2	5,0

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

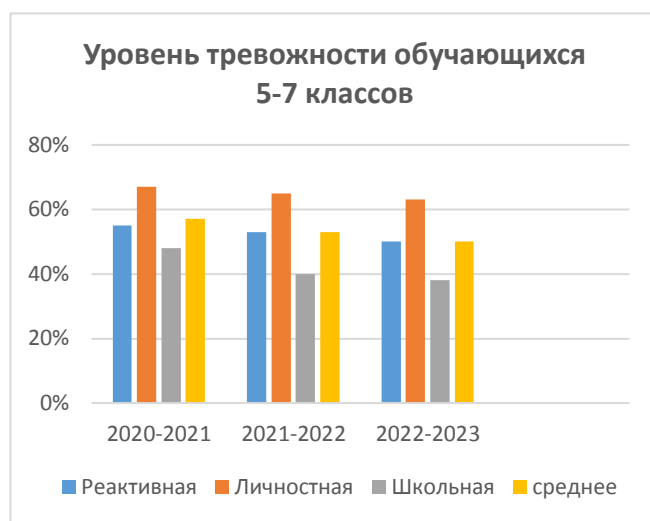
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА № 613 МОСКОВСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Рябова Ольга Николаевна, Директор

02.11.23 22:47 (MSK)

Сертификат 935BFED79729D97A476690A2E3510CBC

Уровень тревожности обучающихся 5-7 классов

Учебные годы	Реактивная тревожность	Личностная тревожность	Школьная тревожность	среднее
2020 – 2021	55%	67%	48%	57%
2021 – 2022	53%	65%	40%	53%
2022 –2023	50%	63%	38%	50%



Уровень тревожности обучающихся 2,4 классов

Учебные годы	Реактивная тревожность	Личностная тревожность	Школьная тревожность	среднее
2020-2021	39%	14%	24%	23%
2021 –2022	36%	13%	18%	22%
2022 –2023	32%	10%	17%	17%



Итог: за три года диагностики и коррекции поведения детей (с 2020г. по 2023 г.) в школе создалась комфортная образовательная среда. Дети доверяют учителям и педагогам-психологам, делятся своими проблемами. В настоящий момент в школе нет детей, стоящих на учете в ОДН, имеющих вредные привычки и девиантное поведение.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА № 613 МОСКОВСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Рябова Ольга Николаевна, Директор

02.11.23 22:47 (MSK)

Сертификат 935BFED79729D97A476690A2E3510CBC