

Рекомендації для практичних психологів та соціальних педагогів закладів загальної середньої освіти з питань організації діяльності під час карантину

Методичні рекомендації розроблено відповідно до Постанови Кабінету Міністрів України від 11 березня 2020 р. № 211 «Про запобігання поширенню на території України коронавірусу COVID-19»; наказу Міністерства освіти і науки України «Про організаційні заходи для запобігання поширенню коронавірусу COVID-19» від 16.03.2020 № 406; Положення про психологічну службу в системі освіти України, затвердженого наказом Міністерства освіти і науки України від 22.05.2018 № 509, зареєстрованого в Міністерстві юстиції України 31 липня 2018 р. за № 885/32337; листа Міністерства освіти і науки України від 24.07.2019 № 1/9-477 «Про типову документацію працівників психологічної служби у системі освіти України».

Метою діяльності психологічної служби є сприяння створенню умов для соціального та інтелектуального розвитку здобувачів освіти, охорони психічного здоров'я, надання психологічної та соціально-педагогічної підтримки всім учасникам освітнього процесу відповідно до цілей та завдань системи освіти.

У період карантину, який встановлено в країні у зв'язку з поширенням загрози захворювання коронавірусом, зростає роль працівників психологічної служби в системі освіти щодо збереження психологічного і соціального здоров'я здобувачів освіти. Адаптація до встановлення довготривалого терміну перебування вдома та рекомендованої Міністерством охорони здоров'я України самоізоляції з обмеженими ресурсами, зниженою активністю та соціальними контактами може вплинути на психічне самопочуття. Таким чином, актуальним завданням в діяльності керівників закладів освіти всіх типів є сприяння організації ефективної роботи працівників психологічної служби в період карантину,

Ще однією проблемою залишається те, що велика кількість дітей та підлітків у цей час опинилися вдома без догляду дорослих. Тому що дехто з батьків продовжує працювати на робочих місцях у зв'язку з відсутністю можливості для віддаленого (дистанційного) виконання посадових обов'язків. Через це збільшується вразливість дітей до соціальних ризиків, особливо в мережі Інтернет, зокрема під час використання соціальних мереж.

Водночас психологічної підтримки потребують батьки й педагогічні працівники, адже події, що відбуваються в країні через поширення захворювання коронавірусом, можуть спричинити загострення емоційно-нестабільного стану або зниження рівня стресостійкості. Дорослий, який відчуває невпевненість або знаходиться в стані паніки, не тільки не зможе допомогти, а ще й буде «токсичним» для дитини, поширюючи стан емоційної нестабільності та вражаючи психіку оточуючих. Загальні джерела стресу в цей період включають: зниження основних видів діяльності, зменшення сенсорних стимулів та

соціального залучення; фінансове напруження від неможливості працювати; відсутність доступу до типових стратегій подолання стресу, таких як відвідування спортзалу, гуртків тощо.

Саме тому важливими завданнями в роботі працівників психологічної служби із учасниками освітнього процесу, в першу чергу, із здобувачами освіти в період карантину та самоізоляції є:

- зниження рівня тривоги, страхів, паніки;
- підвищення рівня стресостійкості та підтримка емоційної рівноваги;
- запобігання соціальним ризиками серед дітей та підлітків, які перебувають вдома без догляду дорослих.

Ураховуючи підвищений попит на послуги працівників психологічної служби з означених вище питань, важливим є збереження емоційного, психічного та фізичного здоров'я самих фахівців. Адже надати ефективну й своєчасну фахову допомогу іншим можливо тільки за умови знаходження в ресурсному стані за усіма критеріями професійного здоров'я. Необхідно бути впевненими у тому, що ви спроможні допомагати іншим як фізично, так і емоційно. Згідно з міжнародними стандартами надання першої психологічної допомоги, відповідальне надання допомоги також означає піклування й про власне здоров'я та благополуччя.

Для забезпечення належних результатів та вимог до професійної діяльності з урахуванням вище згаданого, а також ґрунтуючись на стандартах відновлювальної поведінки в стресових ситуаціях та адаптувавши їх в контексті вимог до професійної діяльності працівників психологічної служби у системі освіти, фахівцям важливо дотримуватися таких рекомендацій щодо організації професійної діяльності в умовах карантину.

Працівники психологічної служби всіх рівнів підпорядкування (методисти, практичні психологи, соціальні педагоги) відповідно до наказу Міністерства освіти і науки України “Про організаційні заходи для запобігання поширення коронавірусу COVID-19” від 16.03.2020 № 406 на період карантину мають право працювати в гнучкому (дистанційному) режимі роботи із використанням технологій та онлайн-ресурсів для дистанційного навчання.

В умовах карантину практичні психологи та соціальні педагоги закладів освіти можуть ефективно працювати дистанційно:

- інформувати про проведення (онлайн) тематичних психологічних вебінарів, конференцій, тощо;

- організувати проведення (онлайн) групових або індивідуальних консультацій для батьків, педагогів (тематичних або за запитом);
- систематично викладати просвітницьку інформацію для батьків на сайті закладу;
- здійснювати систематичну комунікацію з батьками та педагогічним колективом в соцмережах й інших групах;
- рекомендувати доступні для самостійного застосування батьками методики щодо зниження рівня тривожності дітей, вправи з психогімнастики, кінезіології, рухливі, розвивальні ігри тощо;
- інформувати про літературу та художні фільми (мультфільми) для спільного перегляду батьків і підлітків (дітей), підготувати запитання для наступного обговорення прочитаного й побаченого;
- рекомендувати батькам, педагогам книги щодо підвищення рівня їх педагогічної компетенції.

Дистанційна форми роботи практичних психологів та соціальних педагогів освітніх закладів області

Рекомендуємо практичним психологам і соціальним педагогам річний план роботи на 2019-2020 н. р. адаптувати на час карантину та визначити пріоритетними такі напрями роботи:

Напрямок роботи	Ресурси	Зміст
<i>Діагностика</i>	Опитування рекомендовано організувати за допомогою Google-форм з метою дотримання принципу конфіденційності та предметності надання допомоги за результатами діагностики	Онлайн-опитування та/або онлайн-анкетування загального змісту. Наприклад, з метою: <ul style="list-style-type: none"> – вивчення актуального емоційного стану здобувачів освіти, їх батьків, педагогічних працівників (планують практичні психологи окремо для кожної цільової групи) та працівників психологічної служби (планують методисти); – з'ясування інформаційних потреб учасників освітнього процесу з питань, які входять у межі повноважень та компетенції працівників психологічної служби (загальне опитування у співпраці практичного психолога й соціального педагога) та потреб працівників

		<p>психологічної служби (планують методисти);</p> <p>– щодо обізнаності учасників освітнього процесу з питань захисту прав дитини, запобігання ризиків потрапляння у ризиковані ситуації тощо (планують соціальні педагоги).</p> <p>Ще одним із видів діагностичної роботи працівників психологічної служби може бути моніторинг відгуків, коментарів, обговорень під розміщеними інформаційно-просвітницькими або профілактичними матеріалами, текстовим форматом групових консультацій.</p> <p>Методистам, які відповідають за психологічну службу обов'язково включити в адаптований план роботи онлайн-заходи, спрямовані на збереження емоційного здоров'я фахівців (інтервізійні онлайн-групи, онлайн-супервізія з використанням доступних платформ з можливостями відеозв'язку (наприклад: Viber, Skype, Zoom, Jitsi Meet та інші), а також заходи з експертної діяльності (вивчення матеріалів з досвіду роботи працівників психологічної служби, рецензування матеріалів тощо).</p>
<p><i>Просвіта та профілактика</i></p>	<p>На вебсайтах закладів освіти, в чатах, в онлайн-групах педагогів/батьків/учнів в телеграм, вайбер та інші</p>	<p>На розсуд працівників психологічної служби, в адаптований план роботи можуть бути включені тільки ті форми роботи, які мають на меті формування навичок безпечної поведінки та можуть бути проведені з цільовими групами в форматі кінолекторію чи відео-практикуму/онлайн-практикуму з обов'язковою рефлексією від учасників освітнього процесу за результатами заняття.</p> <p>Орієнтовна тематика: «Вплив зміни форми роботи на зниження рівня тривоги та емоційного стану», «Як не піддатися загальній паніці під час карантину», «Вплив засобів масової інформації на психіку дітей», «Як зберігати спокій», «Безпечне перебування в соцмережах під час карантину», «Критичне сприйняття інформації в інтернеті», «Як зробити перебування вдома цікавим та корисним для дітей та батьків», «Рекомендації для учасників освітнього процесу щодо заходів безпеки проти коронавірусу», «Як навчитися опановувати себе та керувати своїми емоціями» тощо.</p>

		<p>Рекомендовані форми організації просвітницької роботи (за наявності технічних можливостей та доступних онлайн-ресурсів):</p> <p>а) відеовключення у прямому ефірі на платформі онлайн-спільнот закладу освіти (для методистів і працівників Центрів психологічної служби – на платформі професійних онлайн-спільнот) або особистих/професійних сторінок фахівців у фейсбуці, аналогічних групових чатів у вайбері (так звані «5-хвилинок корисної інформації») не менше одного разу на тиждень або у конкретний день і час для окремих цільових груп (здобувачі освіти, батьки, педагогічні працівники);</p> <p>б) розміщення відеоматеріалів просвітницького та профілактичного спрямування на сайті закладу/установи освіти, на платформі онлайн-спільнот закладу освіти або професійних спільнот/груп у фейсбуці, поширення їх у відповідних групових чатах у вайбері з пропозицією питань для обговорення;</p> <p>в) розміщення текстового формату матеріалів просвітницького спрямування на доступних ресурсах, поширення їх у відповідних групових чатах у вайбері з пропозицією питань для обговорення;</p> <p>г) інші форми онлайн-спілкування, доступні фахівцю та учасникам освітнього процесу/професійній спільноті.</p>
<p><i>Консультування</i> (частіше індивідуальне, рідше групове)</p>	<p>онлайн режим, скайп-режим, електронна пошта, месенджер, вайбер, телефонний режим та інші</p>	<p>Рекомендовані форми організації консультування:</p> <p>а) індивідуальне та групове онлайн-консультування з використанням доступних платформ з можливостями відеозв'язку (Viber, Skype, Zoom, Jitsi Meet, інші);</p> <p>б) групові консультації у текстовому форматі для окремих цільових груп з розміщенням на сайті закладу освіти, у онлайн-групах (закриті фейсбук-, вайбер-групи) учнів, батьків, педагогічних працівників, працівників психологічної служби;</p> <p>в) індивідуальне онлайн-консультування з використанням вище згаданих доступних платформ з можливостями відеозв'язку або у форматі телефонного спілкування та листування.</p>

		Орієнтовна тематика: «Як поліпшити соціальну ізоляцію?», «Які поради давати батькам і дітям під час карантину щодо спільних занять?», «Яким чином цікаво організувати спільне дозвілля?», «Як розмовляти з дітьми про коронавірус?» тощо.
<i>Організаційно-методична робота</i>	Комп'ютери, ноутбуки тощо	Підготовка до проведення заходів, оформлення робочої документації, складання індивідуального плану самоосвіти, обробка та узагальнення результатів досліджень, розробка тренінгів, семінарів, програм, занять та матеріалів до їх проведення, впорядкування документації та оформлення методичних рекомендацій, створення або оновлення інтернет-сторінок, сайт-портфолію, блогу фахівця психологічної служби, ознайомлення з сучасною методичною літературою з психолого-педагогічної тематики та інші.
<i>Зв'язки з громадськістю</i>	Частково за допомогою доступних засобів зв'язку та телекомунікацій	Отримання необхідної інформації від установ щодо підтримки учасників освітнього процесу під час карантину.
<i>Соціально-захисна функція</i>	Онлайн-режим, скайп-режим, телефонний режим та інші	Необхідно дистанційно комунікувати з учнями, які опинились в складних життєвих обставинах та які можуть потерпати від домашнього насильства.

Ведення фахової документації під час карантину

Звертаємо увагу фахівців психологічної служби, що ведення робочої документації під час карантину є обов'язковою. Практичні психологи й соціальні педагоги оформляють документацію за зразками, визначеними листом Міністерства освіти і науки України від 24.07.2019 № 1/9-477 «Про типову документацію працівників психологічної служби у системі освіти України».

Журнал практичного психолога/соціального педагога – запис ведеться кожного робочого дня у відповідності до вказаних вище актуальних напрямків діяльності та коротко вказується форма та зміст роботи.

Протоколи індивідуального та групового соціально-педагогічного вивчення соціального педагога, протоколи індивідуальної психологічної діагностики, індивідуальної психологічної консультації (у разі проведення онлайн-консультації) ведуться у випадку подальшої індивідуальної роботи, у інших випадках – за потреби.

У період тривалого карантину посилюється роль соціальних педагогів закладів освіти, до фахових обов'язків яких належить забезпечення соціально – педагогічного супроводу учасників освітнього процесу, які опинилися у складних життєвих обставинах, перебувають у кризових ситуаціях (постраждали від соціальних, техногенних, природних катастроф, перенесли тяжкі хвороби, стреси, переселення, зазнали насильства тощо); захист конституційних прав і статусу, законних інтересів здобувачів освіти. Особливу увагу соціальним педагогам закладів та/або установ освіти, необхідно звернути на питання захисту прав здобувачів освіти від будь-яких видів і форм насильства, оскільки в період карантину, коли вся родина постійно перебуває вдома, кількість випадків насильства може збільшуватися, особливо це стосується дітей із сімей, які опинилися у складних життєвих обставинах. Тому необхідно продумати яким чином здійснювати дистанційну комунікацію з такими категоріями здобувачів освіти.

Багато важливої інформації для роботи працівників психологічної служби ми пропонуємо й регулярно оновлюємо на сторінці Facebook в групі «Психологічна служба Житомирщини» <https://www.facebook.com/groups/486767898507502/>

(Використано матеріали з сайтів Вінницького НМЦПС, Донецького НМЦПС, Черкаського НМЦПС, Хмельницького НМЦПС, інтернет- ресурси)