

МЕТОДИКИ РАБОТЫ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА С ОБУЧАЮЩИМИСЯ ИЗ ЧИСЛА СЕМЕЙ УЧАСТИКОВ (ВЕТЕРАНОВ) СВО

Методики

Наименование методики, автор	Цель
«Тест тревожности» Р.Тэммла, М.Дорки, В.Амена	Выявление тревожных детей
Методика диагностики тревожности, включающая наблюдение (методика Сирса)	Определение уровня тревожности
Методика М.А. Панфиловой «Страхи в домиках»	Выявить количество страхов у детей и определить их характер
Графическая методика «Кактус» (М.А.Панфиловой)	Выявления уровня агрессивности
Рисуночный тест Дж.Бука «Дом. Дерево.Человек»	Выявляет степень выраженности незащищенности, тревожности, недоверия к себе, чувства неполноценности, враждебности, конфликтности, трудностей в общении, депрессивности
Анкета для педагогов «Критерии выявления уровня нарушений развития эмоционально-личностной сферы школьников»	Выявление уровня нарушений развития эмоционально-личностной сферы школьников

Формы работ могут быть как индивидуальные так групповые

Методики и методы: Психологические игры , арт- терапия, сказка-терапия и т.д.

Игры и упражнения:	Арт- терапия:
- «Вдохновляющая пустота» - «Безопасное место» - «Внутренний якорь» и т.д.	- «Раненая птица» - «Дерево в бурю» - «Тропа исцеления»
Сказка-терапия:	Мак-карты:
- Сказка «Орленок» - упражнение «Река времени» - упражнение «Превращение боли»	«Дороги» «Сила рода» «Дерево жизни»

Упражнение «Тропа исцеления»

это метафорическая практика, в которой процесс горевания представляется как путешествие по особой тропе. Подобно тому, как путник проходит через разные ландшафты, человек в процессе горевания проживает различные состояния и этапы своего пути к исцелению.

Этап пути	Метафора ландшафта	Внутренний опыт	Ресурсы поддержки
Начало пути	Туманная долина	Растерянность	Проводники
Середина пути	Горный перевал	Преодоление	Внутренняя сила
Завершение	Тихая гавань	Принятие	Новые смыслы

Цель упражнения

- Создание целостного представления о процессе горевания
- Развитие навыков ориентации в пространстве переживаний
- Формирование ощущения движения и прогресса
- Выявление и активация внутренних ресурсов
- Интеграция опыта утраты в общую картину жизненного пути

Понадобиться: Лист бумаги

Цветные карандаши, маркеры или краски

Символические предметы для обозначения вех пути



Арт-упражнение «Я справлюсь!»

Направлено на осмысление и интеграцию жизненного опыта для восстановления и поиска новых ресурсов.

Трансформация прошлого негативного опыта в положительную энергию.

Размер группы: оптимально для индивидуальной работы или малые группы 5-6 человек

Необходимый реквизит:

- заготовленный шаблон лист А4 с черной точкой по середине
- карандаши простые
- карандаши цветные
- маркеры
- краски
- кисти
- баночки для воды

Правила :

- Каждый участник получает один белый лист бумаги с черной точкой по середине.
- Запрещено копировать идеи других участников.
- Любые идеи сначала проговариваются про себя, и только потом реализуются
- Нельзя критиковать или оценивать работы других участников
- Все действия с листом должны быть осознанными и неспешными
- В течение первых 5 минут нужно просто созерцать пустой лист





Рекомендации психолога по взаимодействию с обучающимися, испытывающими состояние тревоги

1. Выстроить доверительные отношения, дать понять, что вы рядом и готовы помочь.
2. Уточнить желание ребенка об информированности о его семейных обстоятельствах.
3. Не форсировать события: не провоцировать тему без вести пропавшего, но и не уходить от обсуждения, если есть потребность поделиться информацией, переживанием.
4. Не давать надежды, не убеждать в благоприятном исходе, не поддерживать различные «интуитивные» версии.
5. Помнить, что знакомая, привычная обстановка является ресурсом, поэтому регламент школьной деятельности лучше сохранить. И дома лучше сохранить привычный режим.

Рекомендации психолога по взаимодействию с обучающимся, находящемся в состоянии горя (для учителей)

1. Выстроить доверительные отношения, дать понять, что вы рядом и готовы помочь.
2. Уточнить желание ребенка об информированности о его семейных обстоятельствах.
3. Проявление сочувствия может быть воспринято болезненно, но важно озвучить, что вы знаете о горе, что это действительно очень тяжело.
4. Осуществлять контроль состояния.
5. Быть на связи с родителями. Обратить внимание, если появятся сильные эмоциональные реакции.
6. Поговорить с родителями, о том, что уже знает ребенок и что не знает, какие темы можно обсуждать, какие не стоит.
7. Не избегайте ответов на вопросы, которые задает ребенок.
8. Если ребенок начал плакать в школе, не пытайтесь переключить его, постарайтесь уединиться с ним и дать выплакаться.