

Педагог-психологтарға арналған вебинар

Нұсқаулық көрсетілімі

COVID-19 коронавирус инфекциясының таралуының алдын алу кезеңінде психологиялық қолдау көрсетуді ұйымдастыру бойынша орта білім беру мекемелерінің педагог-психологтарына арналған сарамандық ұсынымдар

Нұсқаулық мақсаты:

Екі бағыт бойынша қажеттіліктерді анықтау және психологиялық көмек көрсету

1. Оқушылар мен олардың ата - аналарын қолдау

- Көмек ұсыну
- Кеңес беру
- Мәселе мен қауіп деңгейін анықтау
- Алғашқы психологиялық көмек
- Көмек алу үшін қайта бағыттау

2. Мұғалімдерге көмек (стресстің және эмоционалды жанудың алдын алу)

- Көмек ұсыну және кеңес беру
- Алғашқы психологиялық көмек
- Көмек алу үшін қайта бағыттау

1 Бөлім. Оқушылар мен ата-аналарға қолдау көрсету. АКЦЕНТТЕР.

Өзгерген жағдайларға қиын бейімделетін адамдарды анықтауға (мысалы: оқшаулау, өзара іс-қимылдың дистанциялық түрі, қарым-қатынас тапшылығы және т. б.)

Эмоционалдық, тұлғалық мәселелерді сезінетіндер (мысалы: стресс, шамадан тыс агрессивтілік, сарқылу және т. б.)

Және т. б. қалыптасқан жағдайлардан өз бетінше шығу үшін жеке ресурстарының және мүмкіндіктерінің жетіспеушілігін бастан өткеретін адамдар.

1.1. Көмекті хабарлау және ұсыну психологиялық қолдау мен көмекті қажет ететін адамдарды уақтылы анықтау мүмкіндігін арттырады.

АҚПАРАТТАНДЫРУ ТӘСІЛДЕРІ:

WhatsApp мессенджері (Ватсап) арқылы қысқаша ақпараттық хабарлама жіберу, SMS хабарламалар жіберу, әлеуметтік желілерде жазу.



Ақпараттандыру ерекшеліктері:

Ақпарат педагог-психологтың Толық аты (т. а. ә.) және байланыс мәліметтері (телефон нөмірі, эл. әлеуметтік желілердегі мекенжайы).

Ақпарат сондай-ақ көмек пен қолдау алудың балама мүмкіндіктерін қамтуы тиіс, мысалы: психологиялық көмек вебсайты: <https://covid-19.mentalcenter.kz> немесе сенім телефоны (+7 708 106 0810 (WhatsApp), сайт www.telefon150.kz).

Сіз сондай-ақ кеңес алу үшін телефон қоңырауларының уақытын көрсете аласыз (мысалы: күндізгі және кешкі уақытта жұмыс күндері).

- Ақпараттық хабарлама педагог-психолог өз бетінше немесе сынып жетекшілері арқылы таратылады.
- Өтініш үлгілерін (ата-аналарға, балаларға және мұғалімдерге) оқу құралдан немесе сайттан таба аласыз: <https://covid-19.mentalcenter.kz>

1.2 Ақпараттық материалдарға, кеңестер мен көмек және қолдау алу ресурстарына қол жеткізуді ұсыну

Қолдау мен көмектің сыртқы көздері:

- отбасы, жақын адамдар, достар және олармен қарым-қатынас
- мамандандырылған қызметтер
- ақпарат (жадынамалар, сайттар, мақалалар және т. б.)
- басқа табылған көздер

Ішкі көздері

(өз бетінше оза алатын нәрсе):

- қызығушылықтары, хобби
- демалыс, бос уақытты және бос уақытты ұйымдастыру
- тұлғаның қабілеті мен сапасы
- өзін-өзі көмек көрсету тәсілдері
- басқа табылған көздер

Коронавирустық індет кезінде Қазақстан Республикасының тұрғындарына психологиялық көмек көрсетуге арналған сайт(covid-19.mentalcenter.kz):

Қайда?

Қазақ тілінде: <https://covid-19.mentalcenter.kz/>

Орыс тілінде: <https://covid-19.mentalcenter.kz/ru/>

Не үшін?

стресстен, мазасыздықтан және т.б. қалай күресуге болатын сұрақтарға жауап табуға болады, алдын ала жазылу бойынша онлайн-кеңес алу

Қалай ?

- 1) Сайттың алты бөлімінің біріне өтіңіз («Қарттар», «Балалар мен жасөспірімдер», «Мүмкіндігі шектеулі адамдар» және басқалары)
- 2) «Онлайн специалистер» түймесін басыңыз (жоғарғы оң жақта орналасқан). Мамандардың ақпараттары мен фотосуреттері пайда болады.
- 3) Фотосуреті бар тізімнен маман таңдап, «Тіркелу» түймесін басыңыз. «Сұрау қалдыру» терезесі пайда болады.
- 4) Өтінішті аты-жөні (анонимді болуы мүмкін), ұялы телефон нөмірі және электрондық поштасы арқылы толтырыңыз
- 5) Сұрауды растағаннан кейін күні, уақыты және жеке консультацияға сілтеме бар SMS-хабарламаны күтіңіз.

1.3 ПРОБЛЕМАЛАР МЕН ТӘУЕКЕЛДЕРДІ АНЫҚТАУ

Тәуекел деп әртүрлі жоғалтуға әкеп соғатын және шешуді, көмек көрсетуді, қолдауды талап ететін кейбір қолайсыз оқиғаның, жағдайдың, күрделі мәселенің туындау мүмкіндігін түсінеді. Педагог-психолог өз тәжірибесі мен білімін пайдалана отырып, көмекке мұқтаж балалар мен ересектерге көмек көрсете алады, сондай-ақ қолда бар ресурстарды кеңінен тарта отырып.

МЕНШІКТІ РЕСУРСТАРДЫ ЖӘНЕ БАР ШЕКТЕУЛЕРДІ АНЫҚТАУ:

Шектеулерге жатуы мүмкін:

- ✓ Біліктіліктің жеткіліксіздігі
- ✓ Сенімсіздік
- ✓ Ақпаратқа шектеулі қол жеткізу

Анықталған шектеулерді жеке ресурстық қамтамасыз етуді дайындау жолымен немесе сыртқы ресурстарды пайдалану жолымен алып тастауға немесе төмендетуге болады. (ҚАЙТА БАҒЫТТАУ).

ЖЕКЕ РЕСУРСТЫҚ ҚАМТАМАСЫЗ ЕТУДІ АНЫҚТАУ ЖӘНЕ ДАЙЫНДАУ:

- ✓ Ақпараттық ресурстар
- ✓ Коронавирус, билік пен қызмет шаралары туралы жаңартылған және сенімді ақпарат
- ✓ Ақпарат және психологиялық дамуына арналған материалдар
- ✓ Кері байланысты қолдау үшін контактілермен алмасу (қажет болған жағдайда).

ТІЗІМДЕР ЖӘНЕ БАЙЛАНЫСТАР:

- Сыртқы ресурстар тізімін дайындау: көмек немесе кеңес алуға немесе көмек және қолдау алу үшін қайта жіберуге болатын басқа қызметтер, қызметтер және мамандар;
- Қайта бағыттау қызметтерінің тізбесін анықтау: білікті көмек көрсете алатын қолданыстағы қызметтердің атауы мен байланыс деректері бар тізім жасау;
- Адамдар жіберілуі мүмкін, оның ішінде тұратын жері жоқ және т. б. психологиялық бұзылулары бар тізбеде және рәсімдерде бағдарлану.

1.4 Өз құзыреті шеңберінде көмек көрсету және/немесе мамандандырылған қызметтерді қайта бағыттау және/немесе тарту

Практикалық және эмоционалдық қолдау көрсету-бұл өтініш берушіге алғашқы психологиялық көмектің маңызды бөлігі

Сарамандық ұсынымдарда:

- + Алғашқы психологиялық көмек көрсету алгоритмі
- + Әңгіме жүргізу алгоритмі, жағдайды бағалау
- + Әңгіме жүргізу үшін негізгі психоәлеуметтік фразалар
- + Бастапқы әңгімелесуден кейінгі әрекет алгоритмі

2-бөлім.

Педагогтарға (әріптестеріне) эмоциялық күйіп кетудің алдын алуда, психологиялық әл-ауқатты сақтауда және қауіп-қатерді төмендетуде көмек көрсету.

АҚПАРАТ + БАЛАМАЛЫ КӨМЕК

- Ақпараттандыру және көмек ұсыну:
- Педагог-психологтың өзі (чат немесе жеке)
- Мектеп-колледж әкімшілігі арқылы
- Әріптестер арқылы
- Егер әріптестер үшін анонимдік маңызды болса-веб-сайтты пайдалану (covid-19.mentalcenter.kz)

**2) өз қүзыреті шеңберінде
көмек көрсету және/немесе
көмек алу үшін қайта бағыттау:**

ЖЕКЕ КЕҢЕСТЕР

КӨМЕКАЛУ ҮШІН ЖОЛДАУ

**ТОПТЫҚ САБАҚТАР (әріптестер,
педагогтар тобы үшін))**

Қосымша

Бағыт сілтеуге арналған
ықтимал ресурстар тізімі.

Мұғалімге арналған
жадынама – Өзіңізге қалай
көмектесе аласыз?

Алғашқы психологиялық
көмек көрсету алгоритмі

Эмоциялық «күйіп
кетудің» алдын алу
техникалары