

ПЛАНИРАНЕ НА ДИСТАНЦИОННА ПСИХОЛОГИЧЕСКА ПОДКРЕПА НА ДЕЦА И УЧЕНИЦИ

Психологичната подкрепа и консултиране имат важна роля в процеса на подкрепа не само на децата и учениците със специални образователни потребности, но и на техните семейства. Затова е важно да продължим работата си с тях, макар и дистанционно в настоящите условия. Възможностите за социално взаимодействие са важни в развитието на езика, мисленето и нравствените разсъждения на децата. Обмислете как може да прилагате преживяванията на учене в сътрудничество при условията на дистанционно обучение.

Психологическо консултиране онлайн/по телефон

Консултирането онлайн се използва широко от специалистите в сферата на психичното здраве – психолози, психотерапевти и други. Отдавна са познати неговите предимства, някои от които: навременност на интервенцията, удобство, повишаване на достъпността на услугите. При психологическото консултиране онлайн контактът между психолога и детето се осъществява чрез различни приложения за аудио и видео-връзка като Skype, Viber, Messenger, WhatsApp и пр. Те дават възможност за среща между дете и специалист в реално време, чрез установяване на гласова и видео връзка. За една качествена и ползотворна онлайн консултация е необходимо двете страни да разполагат със сходно приложение за комуникация и достъп до интернет, но дори когато тези условия не са налице, консултацията би могла да се проведе в стандартен телефонен разговор.

Поради гъвкавостта на онлайн и телефонното консултиране, освен темата на срещата е добре да бъдат ясно договорени между психолога и детето (родителя) рамките на консултативните срещи – кога да се случат те, с каква честота, с каква продължителност, в каква обстановка и кой е допустимо да присъства на тези срещи. Така могат да бъдат избегнати редица недоразумения като например, клиенти, които да очакват консултиране онлайн в неподходящо за психолога време или включване за срещата с психолога от шумно място, на което присъстват външни за срещата лица.

Стъпки за психологическа интервенция в условията на дистанционна подкрепа:

1. Акцентируйте върху положителното от създадената ситуация, изискваща оставането на детето/ученика в домашни условия.
2. Елиминирайте отрицателното. Не омаловажавайте слабостите на създадената ситуация. Справяйте се с тях директно, но тактично.
3. Вървете от познатото към новото, използвайки предварително организиране или насочвано откриване. Насочвайте учениците към възможностите, които създава ситуацията, свързана с по-голям престой в домашни условия.

4. Създавайте предизвикателства, в които учениците активно създават проблеми и ги решават, използвайки собствените си знания и умения. Дигиталният достъп дава много възможности за това.

Преподаване на адаптивни поведенчески умения:

- Справяне с изискванията на детската градина/училището: изпълняване на учебни задачи, помощ при организиране на работата и управление на времето.
- Развитие на междуличностни отношения: научаване как да се работи в сътрудничество с другите в условията на онлайн комуникация.
- Развитие на езикови умения: разбиране на инструкции, комуникиране на потребностите и желанията, използване на подходящ тон и интонация по време на онлайн общуването.
- Социо-емоционално развитие: търсене на социално участие и взаимодействие чрез различни комуникационни приложения в интернет и спазване на правила за безопасност.
- Грижа за себе си: практикуване на подходяща лична хигиена по време на дистанционната комуникация.

Какви са стъпките при планиране на дистанционната работа с децата и семействата:

1. Заедно с останалите специалисти от екипа за подкрепа за личностно развитие (ЕПЛР) за даденото дете планирайте съвместната си работа и координирайте действията си по отношение на контакта с родителите – кой ще се свърже първо с тях, за да им представи характера на предлаганата дистанционна подкрепа, да проучи нагласите им, да уговори удобните часове, методите за комуникация и цялостната рамка на срещите (ако те са сходни за различните специалисти).
2. Проведете предварителен разговор с родителите, за да проучите техните потребности от психологическа подкрепа и ресурсите, с които разполагат, за да може да планирате заедно с какво може да сте им полезни, какви са важните теми, с какви материали разполагат. Това ще ви ориентира и за това какъв ще е подходът на работа с даденото семейство – дали подкрепата ще е директно насочена към детето/ученика; към кого ще бъдат изпращани материали; дали подкрепата за детето ще бъде посредством подкрепата за родителите (консултиране по теми, свързани с настоящата извънредна ситуация или с подкрепа за родителите, за да могат да предложат на децата предоставените от регионалния център материали, когато има невъзможност да се работи с децата онлайн поради техни специфики).
3. Направете план за подкрепа на детето за седмицата в рамките на 20-30 минути посредством видео връзка с Viber, Skype или Facebook Messenger по желание на семейството.

4. Изгответе график от понеделник до петък за часовете, в които ще имате видео сесии/телефонно консултиране за подкрепа на децата. Трябва да ги разпределите равномерно за всеки ден, за да нямате свободен работен ден. Графикът следва да се съгласува със семейството – кога ще е удобно и дали ще има възрастен в подкрепа на достъпа на детето до видео връзката с него, ако такава е планирана.
5. Подгответе подходящи игри и упражнения за развитие на когнитивните процеси, формиране на социални умения или управление на емоциите, които може да правите заедно с детето при онлайн консултиране, според потребностите на детето/ученика.
6. Отделете време за разговор със семейството и споделяне на начини за представяне на кризисната ситуация пред детето, наличие на симптоми на паника и тревога и начини за справяне с тях, ако имате заявка от родителите за консултиране по тези теми.
7. Създайте списък с линкове към видео клипове с подходяща звукова стимулация, материали за работа, работни листове и други подходящи материали, които може да споделяте с родителите и учениците според техните потребности.

Примерен план на психологическо консултиране онлайн/по телефон:

- Поздравявате приветливо с добро настроение детето и родителите.
- Добре е да имате информация предварително от родителите или ученика преди самата сесия, за да може да си подготвите материали, видео ресурси и подходящи нагледни средства, ако детето е тревожно или се е фиксирало върху определена тема.
- Правите много кратко въведение или обяснение на темата, която е избрана, в рамките до 10 минути.
- Питате за въпроси, както и вие задаваме въпроси, за да добиете представа дали детето се е ориентирало?
- Насочвате детето към видео ресурс или онлайн образователна игра, свързана с темата на заниманието или ситуацията, по която работите, ако има възможност за това.
- Играете съвместна игра в зависимост от специалните образователни потребности, например игра за развиване на компетенциите за разпознаване на собствените и чуждите емоции, в която детето и психологът се редуват да показват един на друг различни лицеви експресии, съответни на емоционални състояния. Единият показва, а другият трябва да познае емоцията и да си припомни дали някога се е чувствал по този начин, какво е направил, как се е справил или друго.
- Задавате въпрос какво ще обсъждаме по време на следващата ви видео среща като трябва да имаме готовност вие самите да предложите подходяща тема.
- Хубаво е да зададете някаква задача, която детето може да изпълни самостоятелно в домашни условия.
- Заключение и уговорка за следваща сесия.

