**«Месячник психологического здоровья обучающихся в Вилюйском ул**усе»

Каждый год два раза осенью и весной проводится «Месячник психологического здоровья обучающихся» во всех образовательных учреждениях Вилюйского улуса для укрепления и сохранения психологического здоровья, обучающихся в образовательной среде.

Для исследования психофизиологических особенностей и адаптации первоклассников и пятиклассников в рамках Месячника использован Google опрос для родителей. По итогам опроса адаптацию дети проходят в целом нормально. Но, есть дети, которые испытывают трудности в период адаптации, это в основном те, дети у которых были низкие показатели по итогам диагностики готовности подготовительной группы ДОУ к школьному обучению. Помимо адаптации, выявились у детей беспокойство и подавленное настроение. Кроме того, провели опрос на платформе Google для детей с 13 по 18 лет, на тему: «Влияние последствий режима самоизоляции на психическое здоровье и психологическое благополучие подростков». По итогам опросника выявились следующие выводы: пандемия и дистанционное обучение негативно повлияло на здоровье у 86 респондентов, что составляет 31% от общего числа ответов. Изменились в худшую сторону отношение с родителями у 35 респондентов, что составляет 12% от общего числа. Самоизоляция плохо повлияло на эмоциональное состояние у 84 респондентов, что составляет 30%. Испытывают чувство беспокойства, подавленность 134 респондентов, а именно несколько дней 80 (29%) респондентов, большую часть времени 38(13%), почти каждый день 16 респондентов, что составляет 5,8% от общего ответа. Было трудно заснуть у 146 респондентов, а именно несколько дней 83(30%)респондента, большую часть времени 38(14%), почти каждый день 25(9%). По итогам опросников составлены рекомендации для родителей и педагогов.

Работа Месячника охватывает детей с дошкольного возраста, педагогами реализуется коррекционно-развивающиеся программы с детьми, включающие в себя игры, упражнения, беседы, психогимнастику и релаксационные упражнения, и индивидуальные развивающиеся занятия. Социально-психологической службой образовательных учреждений проводится ряд диагностических мероприятий для несовершеннолетних на измерение уровня тревожности, выявление личностных, эмоциональных, межличностных, поведенческих и других проблем с помощью следующих диагностических инструментариев «Оценка уровня школьной мотивации» Н.Г. Лускановой, «Лесенка», оценка эмоционального климата в класс по Фейс-Тест, проективные методики «Человек», «Дом, дерево, человек», тест школьной тревожности Ч.Д. Спилберга, опросник суицидального риска в модификации Разуваевой, опросник по методике Р.Гудмана, социально-психологическое тестирование по единой методике.

В целях совершенствования профилактической работы с несовершеннолетними педагоги и специалисты социально-психологической службы провели ряд мероприятий: классные часы на темы психологического здоровья, разрешения конфликтов, формирование ценности, о позитивном отношении к себе и окружающим, детско - родительских взаимоотношений: «Наркотик - СТОП», «Каждой вещи свое место», «Один за всех и все за одного», «Что такое конфликт и как с ним бороться», «Что такое хорошо, а что такое плохо», «Его величество труд», «Чистота – залог здоровья»,  «Безопасная дорога в школу», «Режим дня – основа жизни человека», «Поведение в школе и в быту», «Правила поведения на дорогах. Гололед», «Правила безопасности», «Уроки осторожности», «Правила дорожного движения», « Дружбой надо дорожить» «Азбука безопасности», «Я выбираю ЗОЖ», «Мое здоровье в моих руках», «Если хочешь быть здоров – постарайся!», «Мой внешний вид», «Я и моя безопасность в быту, дома и в школе», «Без вредных привычек!!», «Формы укрепления здоровья человека», «Что лежит в основе процессов формирования вредных привычек?», «Профилактика. Наркомания. Наркотические вещества, их действие на человека», «Режим дня – основа жизни человека» и др. Формы проведения классных часов тоже отличались своими формами: час общения, викторины и др.

По информированию родителей об особенностях протекания кризиса подросткового возраста организованы родительские собрания на темы «Здоровый образ жизни - основа успешной жизнедеятельности», «Как уберечь детей от вредных привычек», «Проблемы взаимоотношений в семье», также индивидуальные беседы, групповые занятия с элементами тренинга по проблеме взаимоотношений в семье, о признаках проявления отклоняющегося поведения (девиантное, аддиктивное, суицидальное) детей и подростков, мини-лекции «Как помочь своему ребёнку в раскрытии себя», «Краткий экскурс в детскую психологию» и др.

31 марта для улучшение психолого-педагогической помощи заместителям директоров по воспитательной работы, педагогам-психологам, социальным педагогам, учителям-логопедам, учителям-дефектологам, классным руководителям и воспитателям, специалистам консультативно-методических центров дошкольных учреждений проведен практико-ориентированный семинар совместно c ГБУ ДО РС(Я) «Республиканский центр психолог-медико-социального сопровождения» на тему: «Психолого-педагогическое сопровождение детей от 0 до 18 лет» с охватом более 109 педагогов. А также с целью выявления творчески работающих педагогов, совершенствованию форм и методов психолого-педагогической и коррекционной работы с детьми организован улусный практико-ориентированный семинар «Обобщение педагогического опыта в Вилюйском улусе», где приняли участие 30 педагогов.

На официальном сайте МКУ «Вилюйское УУО» размещаются информации о проведении «Месячника психологического здоровья обучающихся» и выходят методические материалы и рекомендации, советы для обучающихся, родителей (законных представителей) и педагогов: «Способы выхода из конфликтных ситуаций», «Алфавит родительской любви», «Как предостеречь детей от нежелательных контактов в интернете», «Психологическая подготовка к ОГЭ, ЕГЭ», «Профилактика буллинга, кибербуллинга», «Интернет безопасность», «Психологические советы родителям во время пандемии, самоизоляции».

Безусловно, каждый родитель хочет, чтобы его ребенок был здоров, чтоб детство его было наполнено как можно больше радостными событиями. В связи с этим мы призываем родителей и педагогов больше внимание уделять общению с детьми, заботиться о здоровье детей и социализации в обществе.

Петрова Матрена Алексеевна–

МКУ «Вилюйское улусное управление образованием»,

руководитель Центра диагностики и консультирования