Рассмотрено
на заседании
педагогического совета школы
Протокол №3 от 05.11.2026г.

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора
ГБОУ ООШ с.
Заплавное
от 05.11.2026 №59-од
Л.С.Гусева

DN: C=RU, OU=Директор, O=ГБОУ ООШ с.Заплавное, CN=Гусева Людмила Сергеевна, E=zaplav_sch@samara.edu.ru
Дата: 2026-11-16 14:41:27

ПОРЯДОК
сопровождения детей ветеранов (участников) специальной военной операции в ГБОУ ООШ с. Заплавное

1. Общие положения

1.1. Настоящий Порядок определяет организационные, содержательные и методические основы комплексного психолого-педагогического сопровождения детей, чьи родители (законные представители) являются ветеранами (участниками) специальной военной операции (далее – СВО), а также детей, чьи родственники погибли или пропали без вести в ходе СВО.

Порядок регламентирует деятельность всех участников образовательных отношений, направленную на сохранение и укрепление психологического здоровья, успешную социализацию и обучение данной категории обучающихся.

1.2. Порядок разработан в соответствии с:

- письмом Минпросвещения России от 11.08.2023 № АБ-3386/07 «О направлении Алгоритма (вместе с алгоритмом сопровождения в дошкольных образовательных, общеобразовательных, профессиональных образовательных организациях и образовательных организациях высшего образования детей ветеранов (участников) специальной военной операции, обучающихся в соответствующих организациях, в целях оказания таким детям необходимой помощи, в том числе психологической».

- письмом Минпросвещения России от 29.03.2024 № АБ-1122/07 «О направлении рекомендаций по организации комплексного сопровождения обучающихся, родители (законные представители) которых являются ветеранами (участниками) специальной военной операции»;

- Концепцией развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования до 2030 года;

- локальными актами ГБОУ ООШ с. Заплавное.

1.3. Принципы сопровождения

- Принцип добровольности — участие ребенка и семьи в сопровождении

осуществляется на добровольной основе, с согласия родителей (законных представителей).

- Принцип конфиденциальности — информация о состоянии ребенка, его семье и ходе сопровождения не подлежит разглашению третьим лицам.

- Принцип комплексности — сопровождение осуществляется командой специалистов с привлечением всех необходимых ресурсов.

- Принцип индивидуального подхода — учтёт индивидуальных особенностей, актуального эмоционального состояния и образовательных потребностей каждого ребенка.

- Принцип системности — сопровождение осуществляется непрерывно на протяжении всего периода обучения.

- Принцип межведомственного взаимодействия — сотрудничество с организациями здравоохранения, социальной защиты, психологическими центрами.

2. Цель и задачи

2.1. Цель сопровождения - обеспечение комплексной психолого-педагогической, социальной и иной помощи детям ветеранов (участников) СВО для сохранения и укрепления их психологического здоровья, успешной социализации, адаптации и обучения в образовательной организации.

2.2. Задачи сопровождения:

- своевременно выявлять детей данной категории, проводить мониторинг их психологического состояния, выявление членов семей детей ветеранов (участников)СВО, которым необходима психологическая поддержка (помощь).

- оказать психолого-педагогическую поддержку через проведение профилактических и коррекционно-развивающих занятий с учётом актуального эмоционального состояния ребенка.

- организовать индивидуальное консультирование обучающихся, родителей (законных представителей) и педагогов по вопросам психологической поддержки, воспитания и взаимодействия.

- способствовать созданию благоприятного психологического климата в образовательной организации, профилактике стрессовых и деструктивных состояний.

3. Основные направления психолого-педагогического сопровождения

3.1. Деятельность педагога-психолога (психолога) по психологическому сопровождению детей ветеранов (участников) СВО осуществляется по следующим направлениям:

- комплексная психологическая диагностика обучающихся (наблюдение, мониторинг актуального психического состояния, углубленная психодиагностика) (при необходимости);

- коррекционно-развивающая работа с обучающимися, в том числе работа по восстановлению и реабилитации;

- психологическое консультирование участников образовательных отношений;

- психологическое просвещение (повышение психологической компетентности) родителей (законных представителей) обучающихся, других участников образовательных отношений и педагогического состава в вопросах обучения и воспитания детей, переживших травматическое событие);

- психологическая экспертиза (оценка) комфортности и безопасности образовательной среды (консультирование педагогов образовательных организаций при выборе образовательных технологий с учетом индивидуально-психологических особенностей и образовательных потребностей обучающихся, психологическая экспертиза программы развития образовательной организации с целью определения степени безопасности и комфортности образовательной среды);

3.2. Работа педагога-психолога по психологическому сопровождению детей ветеранов (участников) СВО выстраивается в зависимости от статуса пребывания обучающегося в образовательной организации в соответствии с прилагаемой схемой


Обучающиеся, вновь зачисленные в образовательную организацию
Собеседование (на момент поступления)
– оценка эмоциональной уравновешенности и устойчивости
Наблюдение, диагностика – мониторинг актуального психического состояния в период адаптации, в том числе выявление признаков деструктивного переживания горя (утраты) (первые две недели)
Психологическое консультирование – оказание психологической помощи обучающимся, пережившим травматическое событие
Обучающиеся образовательной организации
Психологическое консультирование – оказание психологической поддержки в ситуации расставания с родителем (законным представителем), участвующим в СВО
Наблюдение, психологическая диагностика в соответствии с планом мониторинга – отслеживание актуального психического состояния, особенностей взаимодействия со сверстниками и взрослыми (в течение триместра / четверти / полугодия)
Оказание психологической помощи по запросу, в ситуации потери

3.3. Диагностическое направление

Диагностическое направление включает:

3.4. Консультативное направление организуется для:

- обучающихся — по вопросам совладания с трудностями, тревогой, страхами, поиска внутренних ресурсов, выстраивания отношений со сверстниками и взрослыми.

- родителей (законных представителей) — по вопросам поддержки ребенка, влияния эмоционального состояния взрослых на состояние детей, выстраивания доверительных отношений.

- педагогов — по вопросам взаимодействия с детьми и семьёй, выбора педагогических стратегий, профилактики конфликтных ситуаций.

3.5. Коррекционно-развивающее занятия проводятся индивидуально и в малых группах с учётом актуального эмоционального состояния ребёнка. Продолжительность и частота занятий определяются индивидуально.

3.6. Просветительское направление включает:

- организацию профилактических занятий для обучающихся для повышения стрессоустойчивости, формирования навыков эмоциональной само регуляции, конструктивного реагирования на трудные жизненные ситуации и развития внутренних ресурсов личности;

- проведение обучающих мероприятий для педагогических работников с использованием Методических рекомендаций по оказанию психологической помощи обучающимся в условиях специфического стресса;

- информирование родителей об особенностях психологического состояния детей в условиях специфического стресса;

3.7. Организационно-методическое направление предполагает:

- разработку и утверждение планов работы на учебный год;

- составление индивидуальных образовательных маршрутов для обучающихся с учетом результатов мониторинга;

- ведение документации (журналы консультаций, протоколы диагностики, индивидуальные маршруты);

- анализ результатов и подготовка аналитических справок;

4. Порядок организации работы по психолого-педагогическому сопровождению

4.1. Ответственный за реализацию Порядка назначается приказом руководителя образовательной организации.

4.2. Сопровождение осуществляется командой специалистов:

- педагог-психолог — координация работы, диагностика, консультирование, коррекционно-развивающие занятия;

- классные руководители (воспитатели в детском саду) — наблюдение, информирование, первичная поддержка;

- учителя-предметники (воспитатели в детском саду)— создание благоприятной образовательной среды, педагогическая поддержка;

- при необходимости — учитель-логопед, учитель-дефектолог, медицинский работник.

4.3. Этапы организации работы

- Этап 1. Первичный мониторинг.

- Проведение мониторинга психологического состояния с использованием опросника и наблюдения (Приложение 2).

- Выявление детей, нуждающихся в повышенном психолого-педагогическом внимании (далее – ППВ).

- Этап 2. Формирование группы ППВ и разработка индивидуальных маршрутов.

- По результатам мониторинга формируется группа обучающихся, нуждающихся в системном сопровождении.

- Для каждого обучающегося разрабатывается индивидуальный маршрут сопровождения.

Этап 3. Реализация индивидуальных маршрутов.

- Проведение углублённой диагностики (по показаниям).

- Организация консультаций и коррекционно-развивающих занятий.

- Взаимодействие с родителями и педагогами.

- Текущий мониторинг динамики

состояния. Этап 4. Итоговая диагностика и

анализ.

- Повторная диагностика для оценки эффективности сопровождения.

- Анализ результатов, подготовка аналитической справки.

- Корректировка планов на следующий учебный год.

5. Организация и проведение мероприятий, направленных на формирование необходимого психологического климата благоприятного для детей ветеранов (участников)СВО.

5.1. С целью создания благоприятного психологического климата в образовательной организации, воспитателю, классному руководителю, совместно с педагогом-психологом (психологом), и иными педагогическими работниками важно проводить мероприятия, направленные на формирование позитивного отношения

обучающихся к учебному процессу, на обучение коммуникативным навыкам, навыкам саморегуляции, совладания в трудных и проблемных ситуациях, а также на создание системы психологической поддержки. Вышеперечисленные меры помогают обучающимся развивать способность к сопереживанию, уважению и принятию других людей. Включение таких тем в классные часы, беседы с обучающимися может также способствовать формированию уважительных отношений между обучающимися и педагогами.

5.2. При ведении образовательной деятельности важно предпринимать усилия по созданию безопасной атмосферы для обучающихся, где они могут свободно высказывать свои мысли и выражать чувства, не боясь осуждения со стороны своих одноклассников или учителей. Важны работа с переживаниями обучающихся, помощь им в выражении эмоций, понимание того, что все чувства имеют право на существование и нормальны в тяжелой ситуации.

5.3. При проведении мероприятий каждому педагогу рекомендуется учитывать следующие особенности:

- все участники образовательных отношений могут иметь непосредственное отношение к СВО, включая родственников жертв военных действий, родственников людей, погибших (умерших) при исполнении обязанностей военной службы (службы).

- необходимо помнить, что обсуждение СВО и любых связанных с ней тем может вызывать у обучающихся сильные эмоциональные реакции (тревога, гнев, страх и иные), и эти реакции надо учитывать при планировании любых воспитательных, профилактических и иных мероприятий.

- педагогический коллектив образовательной организации должен быть готов к тому, чтобы помочь обучающимся справиться с эмоциональными реакциями и ответить на их вопросы. Важно при этом проявлять уважение ко всем точкам зрения, предоставить обучающимся право высказываться и быть выслушанным.

- эффективнее любых слов часто оказывается активное слушание. Важнее пытаться понять обучающегося и дать ему понимание, что принимают его чувства, а не донести ему какую-то мысль. Внимательное и терпеливое слушание лучше всего позволяет создать атмосферу доверия в процессе общения.

- важно не навредить обучающемуся, и без того переживающему тяжелейшие стрессогенные ситуации. Целесообразно рассматривать агрессивное поведение детей ветеранов (участников) СВО в контексте проблемы, избегать стереотипов. Важно выказывать заботу о состоянии обучающегося, при этом не переусердствовать, не поспешить, не перейти к ложным выводам и интерпретациям.

- педагогу-психологу (психологу) важно проводить психологическое просвещение среди детей ветеранов (участников) СВО, погибших (умерших) при исполнении

обязанностей военной службы (службы), в общеобразовательных организациях. Как в индивидуальном, так и в групповом обсуждении рекомендуется освещать вопросы психологии горя, конструктивного преодоления скорби, способов совладания и психологической самопомощи.

5.4. В работе со всеми детьми ветеранов (участников) СВО важно соблюдать следующие рекомендации для педагога:

- уважайте потребность в уединении, если обучающийся не хочет общаться; если он не может усидеть на месте, дайте ему возможность подвигаться; когда обучающийся не может совладать со своими эмоциями, помогите ему выразить свои чувства, разобраться в них; в случае потери контроля над поведением введите ясные и четкие ограничения, вместе с тем дайте возможность, как несовершеннолетнему, так и совершеннолетнему лицу, овладеть позитивными формами разрешения ситуации;

5.5. создавайте как можно более безопасную атмосферу, в которой обучающиеся знают, что все чувства имеют право на существование и нормальны .

6. Оказание экстренной психологической помощи, психологической коррекции и поддержки детям ветеранов (участников) СВО и членам их семей в очном и дистанционном режимах

6.1. Информирование детей ветеранов (участников) СВО о гибели (смерти) родителя (законного представителя).

В зависимости от обстоятельств детям ветеранов (участников) СВО о смерти родителя (родственника) могут сообщать значимые взрослые: воспитатель, классный руководитель, педагог-психолог (психолог) и т.д. Сообщение обучающемуся о смерти родителя (законного представителя) должно происходить лично, и ни в коем случае не в дистанционном режиме - это необходимо в целях заботы о жизни и здоровье ребенка, которые подвержены опасности из-за возможной сильной эмоциональной реакции.

6.2. Формирование отношения обучающегося к утрате.

Отношение как несовершеннолетнего, так и совершеннолетнего лица к утрате должно сложиться из трех компонентов - когнитивного, аффективного и поведенческого:

- обучающемуся важно понять, что люди вокруг него разделяют его эмоции и готовы поддержать его;

- обучающемуся важно почувствовать, что он продолжает быть значимым для оставшихся членов семьи;

- обучающегося важно сориентировать на дальнейшую деятельность и составить вместе с план действий на ближайшее будущее.

6.3. Педагогу-психологу (психологу) рекомендуется довести до педагогических работников рекомендации об особенностях взаимодействия с детьми ветеранов

(участников) СВО при пережитой ими острой фазе утраты на разных возрастных этапах (Приложение 3).

6.4. Педагогическим работникам рекомендуется применять данные педагогом-психологом (психологом) рекомендации в учебной деятельности и в воспитательном процессе.

6.5. При возникновении кризисной ситуации у обучающихся целевой группы предлагается руководствоваться алгоритмами, приведенными в рекомендациях педагогу в ситуации кризисного состояния обучающегося (Приложение 4).

7. Организация сетевого и межведомственного взаимодействия для оказания необходимой помощи и поддержки детей ветеранов (участников) СВО

9.1 Оказание адресной психологической помощи детям ветеранов (участников) СВО, обучающихся в ГБОУ ООШ с. Заплавное, при отсутствии педагога-психолога (психолога) или в случаях, когда необходима специализированная психологическая помощь, возможно в муниципальных и (или) региональных центрах психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи (региональных ресурсных центрах развития психологической службы).

На базе центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи (региональных ресурсных центрах развития психологической службы) функционируют (создаются) в субъектах Российской Федерации службы экстренного реагирования и оказания кризисной психологической помощи.

9.2. В зависимости от поведенческих реакций обучающихся, а также от формы проявления переживаний по поводу утраты родителя - участника СВО, которые могут перейти в отклоняющееся поведение, возможно привлекать специалистов органов и учреждений системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних.

9.3. В случае выраженных признаков развивающегося депрессивного состояния педагог-психолог (психолог) рекомендует родителю (законному представителю) обучающегося обратиться за консультацией к врачу-психиатру. В случае если врач-психиатр не выявил нарушений психической деятельности, обучающийся исключается из группы ППВ. При отсутствии положительной динамики или при отрицательной динамике в мониторинге у обучающегося за следующую учебную четверть, полугодие педагогу-психологу (психологу) рекомендуется предложить родителю (законному представителю) несовершеннолетнего повторно обратиться в врачу-психиатру за консультацией.

9.4.В образовательном учреждении рекомендуется применить трехуровневую модель адаптации, структурными компонентами которой являются учебная, социально-психологическая и культурная адаптация.

- Учебная адаптация детей осуществляется с помощью включения обучающихся во внутришкольную жизнь, в том числе оказания дополнительной помощи в освоении образовательной программы и др.

- Социально-психологическая адаптация обучающегося направлена на повышение качества социального взаимодействия участников образовательных отношений, помощь в установлении обучающимся конструктивных взаимоотношений с одноклассниками, педагогическими работниками образовательной организации.

- На уровне социокультурной адаптации обучающегося рекомендуется привлекать к культурно-просветительским мероприятиям. В случае необходимости принятия дополнительных социальных мер поддержки рекомендуется направить обучающегося для обращения в органы социальной защиты.

8. Информирование детей ветеранов (участников) СВО, членов их семей, педагогических работников образовательной организации о возможности и ресурсах получения психологической помощи, психолого-педагогической поддержки

8.1. Предоставление экстренной анонимной кризисной помощи осуществляется по телефону 8 (800) 600-31-14 в круглосуточном режиме. Круглосуточная горячая линия функционирует на базе Федерального координационного центра по обеспечению психологической службы в системе образования Российской Федерации МГППУ. Психологическая помощь и поддержка оказываются бесплатно, анонимно, конфиденциально.

8.2. В случае возникновения конфликтных ситуаций между участниками образовательных отношений, травли в образовательной среде на фоне предвзятого отношения к особому статусу детей ветеранов (участников) СВО с целью урегулирования отношений можно воспользоваться практикой медиативных технологий. На базе подведомственного Минпросвещения России ФГБУ «Центр защиты прав и интересов детей» организована горячая линия по вопросам урегулирования конфликтов в школе, медиации и примирения в образовательных организациях.

8.3. Консультацию по вопросам, связанным с разногласиями и спорами как в форме телефонного консультирования, так и в форме письменного консультирования круглосуточно по телефону: 8(800)7070201.

8.4. Горячая линия также включает возможность получения онлайн-консультации через форму обращения на специализированной странице официального сайта ФГБУ «Центр защиты прав и интересов детей» https://fcprc.ru.

8.5. При организации дополнительных мер поддержки обучающихся и их родителей (законных представителей) семей ветеранов (участников) СВО можно воспользоваться ресурсами государственного фонда поддержки участников специальной

военной операции «Защитники Отечества», созданного Указом Президента Российской Федерации от 3 апреля 2023 г. № 232 (далее - Фонд). Маршрутизация сопровождения участников СВО и членов их семей, контакты Фонда и филиалов Фонда размещены на сайте Фонда в сети Интернет и на официальных страницах Фонда в социальных сетях, куда можно обратиться по вопросам в рамках компетенции Фонда, установленной законодательством Российской Федерации.

8.6. В помощь педагогам-психологам, социальным педагогам и другим педагогическим работникам, а также обучающимся и их родителям (законным представителям) из числа семей ветеранов (участников) СВО предоставляются дополнительные онлайн-ресурсы для обращения за психологической помощью.

Таблица 1

Дополнительные ресурсы для обращения за психологической помощью

Сервисы по оказанию психологической помощи/номер телефона		Время работы	Целевая аудитория
Горячая линия кризисной психологической помощи	8 (800) 600-31-1	круглосуточно	Экстренная психологическая помощь детям, подросткам их родителям (законным представителям), а также взрослым в кризисном состоянии
Общероссийская горячая линия детского телефона доверия	8 (800) 2000-122	круглосуточно	Психологическая помощь несовершеннолетним, а также их родителям (законным представителям) по вопросам обучения, воспитания и взаимоотношения
Круглосуточная экстренная психологическая помощь МЧС России	8 (495) 989-50-50	круглосуточно	Экстренная психологическая помощь детям, подросткам, их родителям (законным представителям), а также взрослым в кризисном состоянии, в том числе в случае возникновения чрезвычайных ситуаций
Анонимный телефон доверия ФГБУ «НМИЦ ПН им. В.П. Сербского» Минздрава России	8 (495) 637-70-70	круглосуточно	Экстренная психолого-психиатрическая и кризисная помощь
Горячая линия по вопросам домашнего насилия	8 (495) 637-22-20	круглосуточно	Психологическая, социальная, юридическая помощь
Горячая линия по оказанию психологической помощи студенческой молодежи	8 (800) 222-55-71	круглосуточно	Психологическая помощь студенческой молодежи
Горячая линия Российского Красного Креста	8 (800) 700-44-50	круглосуточно	Психологическая помощь семьям мобилизованных и военнослужащих
Горячая линия помощи родителям проекта	8 (800) 444-22-32 (доб. 714)	с 9.00 до 21.00 (по мск) в будние дни	Психологическая помощь родителям по вопросам обучения, воспитания и

Бытьродителем.рф			взаимоотношения с детьми
Чат-бот по оказанию психологической помощи	Ссылка для входа: https://vk.com/psy_myvmeste	с 09:00 до 00:00 (по мск)	Сервис по оказанию бесплатной психологической поддержки населению
Горячая линия «Поддержка семей, имеющих детей»	8(800)555-89-81	круглосуточно	Психологическая помощь родителям по вопросам обучения, воспитания и взаимоотношения с детьми
Самарская область			
Телефон психологической поддержки	8-800-100-21-15	круглосуточно	Психологическая помощь населению, где профессиональные психологи помогут справиться с тревогой, стрессом и другими эмоциональными трудностями.
Телефон доверия государственного казенного учреждения Самарской области «Областной центр социальной помощи семье и детям».	Детский: 8-800-2000-122, короткий: 124 Взрослый: 8-800-100-21-15	круглосуточно	Экстренная психологическая помощь

9. Контроль и оценка эффективности

12.1 Контроль реализации Порядка осуществляет руководитель образовательной организации.

12.2. Оценка эффективности сопровождения проводится по итогам учебного года на основе:

- анализа динамики психологического состояния обучающихся (сравнение результатов первичной и итоговой диагностики);
- анализа результатов коррекционно-развивающей работы;
- обратной связи от обучающихся, родителей и педагогов;
- анализа количественных показателей (охват сопровождением, количество проведённых консультаций и занятий).

12.3. Критерии эффективности:

- стабилизация эмоционального состояния обучающихся;
- снижение уровня тревожности;
- улучшение успеваемости и вовлеченности в образовательный процесс;
- повышение психологической компетентности педагогов и родителей;
- удовлетворённость участников образовательных отношений сопровождением.

12.4. Отчётность.

По итогам учебного года готовится аналитическая справка, которая представляется руководителю образовательной организации и рассматривается на педагогическом совете.

Приложение № 2

Индивидуальная карта динамического наблюдения (дошкольники)

Наименование муниципального район _____

Наименование образовательной организации

_____

ФИО_____

Возраст_____

Группа_____

Воспитатель _____

Нарушения	Признаки неблагоприятного состояния	Отметка о наличии
Физиологические нарушения	нарушения сна частые просыпания кошмары нарушения аппетита энурез энкопрез боли в животе частые заболевания	
Поведенческие нарушения	Тревожная привязанность к взрослым регрессивное поведение нарушения общения трудности адаптации	
Эмоциональные нарушения	постоянное чувство тревоги страхи подавленное настроение агрессивность частые истерики	
Когнитивные нарушения	трудности запоминания трудности сосредоточения внимания	

Воспитатель _____ /_____/

Педагог-психолог _____/_____/

Дата заполнения _____

Индивидуальная карта динамического наблюдения (7-11 лет)

Наименование муниципального район _____

Наименование образовательной организации

_____

ФИО_____

Возраст_____

Класс_____

Классный руководитель _____

Нарушения	Признаки неблагоприятного состояния	Отметка о наличии
Физиологические нарушения	нарушения сна частые просыпания кошмары нарушения аппетита энурез энкопрез боли в животе головные боли частые соматические заболевания	
Поведенческие нарушения	проявление чрезмерной заботы о себе или других людях нарушения общения трудности адаптации нестабильное, часто изменяющееся поведение	
Эмоциональные нарушения	постоянное чувство тревоги специфические страхи подавленное настроение агрессивность гнев демонстративность	
Когнитивные нарушения	трудности запоминания трудности концентрации внимания снижение работоспособности быстрое утомление трудности при обучении	

Классный руководитель _____ /_____/

Педагог-психолог _____/_____/

Дата заполнения _____

Индивидуальная карта динамического наблюдения (12-17 лет)

Наименование муниципального район _____

Наименование образовательной организации

_____

ФИО_____

Возраст_____

Класс_____

Кл. руководитель/куратор группы _____

Нарушения	Признаки неблагоприятного состояния	Отметка о наличии
Физиологические нарушения	нарушения пищевого поведения расстройства сна головные боли тики тремор	
Поведенческие нарушения	аутодеструктивное поведение (распитие спиртных напитков, курение, принятие наркотиков, суицидальное поведение, самопорезы, рискованное поведение) самовольные уходы беспорядочные связи замкнутость прогулы школы прекращение обучения	
Эмоциональные нарушения	стыд чувство вины острое чувство одиночества пониженный фон настроения нарушение способности регулировать собственные эмоции (плач, агрессия, частая смена эмоций) постоянное чувство тревоги гнев демонстративность	
Когнитивные нарушения	трудности запоминания трудности концентрации внимания рассеянность снижение работоспособности быстрое утомление трудности при обучении быстрое утомление	

Классный руководитель/куратор _____ /_____/

Педагог-психолог _____/_____/
Дата заполнения _____

Приложение № 3

Об особенностях взаимодействия с детьми участников (ветеранов) СВО при пережитой ими острой фазе утраты на разных возрастных этапах (рекомендации педагогическим работникам)

При взаимодействии с детьми важно учитывать следующее:

1. У детей дошкольного возраста после травматического события могут наблюдаться регрессия на более ранние поведенческие стадии, изменения режима питания и сна, необъяснимые боли, непослушание, гиперактивность, речевые нарушения, агрессия, отстранение. Ребенок может снова и снова, преувеличивая, рассказывать о травматическом событии.
2. Если ребенок хочет и готов поговорить о своих чувствах, не препятствуйте, поддержите его в этом начинании. Ребенку важно услышать, что вы готовы понять его состояние.
3. Если ребенок хочет поговорить о самом факте смерти, используйте простые для него слова, не допускающие недосказанности или двусмысленности. Не передавайте ребенку подробности смерти его близкого, если вы узнали их от родителей (законных представителей). Старайтесь следить, чтобы в его окружении также никто этого не делал.
4. Если ребенок не хочет говорить об умершем, посещать места, связанные с ним, не настаивайте, не упрекайте ребенка в этом.
5. По возможности не оставляйте ребенка одного в течение дня, особенно, если он просит об этом. Если профессиональная необходимость того требует, сообщите ребенку, что уходите на определенное время, а потом вернетесь.
6. Не надо загружать ребенка, например, сведениями о геополитических стратегиях и национальных интересах. Масштабные, комплексные и трудноразрешимые проблемы могут дополнительно увеличивать тревожность ребенка перед незнакомыми системами взаимоотношений и социальными институтами.
7. Постарайтесь по мере возможности включать ребенка в тот распорядок дня, который был у него до утраты.
8. Если родители (законные представители) ребенка обратятся к вам с вопросом, как сделать так, чтобы ребенок не забыл умершего близкого человека, предложите им иметь наготове фотографию или другие памятные вещи. Когда ребенок будет готов, он может попросить рассказать ему об ушедшем человеке.
9. Дети могут испытывать иррациональный страх преждевременной смерти, не понимая, что это такое и как она наступает. Идея смерти еще не полностью находит понимание у маленьких детей. Осознание реальности и близости смерти может быть травмирующим. Для этого всегда необходимо проговаривать с ребенком, что именно означает смерть, как она происходит, и как люди справляются со смертью близких. К другим типичным для дошкольного возраста реакциям относятся страх сепарации (утраты) с родителями, беспричинный плач, неподвижность.
10. У детей младшего школьного возраста важно учитывать, что в возрасте от 5 до 11 лет могут дополнительно проявиться страх школы, замкнутость, трудности концентрации, разрыв с прежними друзьями – то есть, целый комплекс поведенческих проблем и проблем, связанных с обучением, включая школьную тревожность. Могут также появляться и обостряться жалобы на плохое самочувствие и боли.
11. В подростковом возрасте повышается риск обращения к неадаптивным формам совладания со стрессовой ситуацией – аутоагрессивному поведению, употреблению психоактивных веществ, а также противоправному и провокационному поведению. Переживания беспомощности и нестабильности мира могут быть очень болезненны в этом возрасте:

эмоциональное оцепенение, проблемы в общении со сверстниками, депрессия, антисоциальное поведение, проблемы в обучении, суицидальные мысли, избегание каких-либо напоминаний о травматическом событии.

Кроме того, в общении с детьми – родственниками жертв военных действий, родственниками людей, погибших (умерших) при исполнении обязанностей военной службы (службы), необходимо постоянное соблюдение следующих правил всеми участниками образовательных отношений:

1) Нельзя формировать у обучающегося идею о привлекательности смерти. Следует быть очень осторожным в описании причин смерти родителя. Не стоит рассказывать о смерти родителя как о сценарии, который захочет повторить обучающийся. Абсолютно недопустимо озвучивать любые тезисы, даже минимально напоминающие «Он герой, потому что отдал жизнь», «Он любил тебя, потому и отдал за тебя жизнь», «Своей смертью он доказал, что он хороший человек» и прочие тезисы, героизирующие или восхваляющие факт смерти. Конструктивнее уделять больше внимания жизни и достижениям умершего. Каким он был человеком, каким хотел воспитать своего ребенка, каковы были его жизненные ценности. Таким образом, мы можем сделать упор на положительные стороны жизни и сохранить в памяти обучающегося именно самые лучшие моменты, которые остались от его родителя.

2) Недопустимо и описывать погибшего (умершего) родителя в негативном ключе. Для ребенка родитель в подавляющем большинстве случаев остается фигурой, с которой он себя во многом идентифицирует. Абсолютно недопустимо озвучивать тезисы наподобие «Он погиб, потому что слабо боролся», «Он подвел своих товарищей», «Он глупо поступил». Даже в случае, если в вашем восприятии существуют весомые причины для этого. Разрушение положительного эмоционального образа родителя в восприятии ребенка – это дополнительная травматизация его психики, итак переживающей потерю.

Приложение 4

Рекомендации педагогу в ситуации кризисного состояния обучающегося

Ситуации	Внешние признаки	Помощь
Алгоритм помощи в ситуациях вины	Возможно выражение чувства печали, грусти. Слезы, плач. Попытка уйти, изолироваться. Отказ от участия в празднике	Убедите обучающегося, что с вами он может быть откровенен. Уточните, с чем связано возникшее чувство: возможно обучающийся переживает, что веселится в то время, как кто-то страдает или погиб. Помогите проговорить все то, что хочет сказать обучающийся, но возможно стесняется / стыдиться: такое бывало раньше? Когда примерно началось, с чем связано? Как считаешь, что было бы правильным в этой ситуации? В чем твоя ответственность и как может проявиться твоя свобода в этой ситуации? (для детей дошкольного и младшего школьного возраста: что можно делать во время игры?). Можно привести чувство вины в благодарность – и тому, перед кем ты чувствуешь вину тоже станет легче.
Алгоритм помощи в ситуациях обиды	Отказ от общения. Противопоставление себя другому обучающемуся (коллективу). Конфликтное общение. Отчужденность. Возможно демонстративное поведение (сесть одному, отказаться от ролей и проч.)	Где живет твоя обида (в теле)? Как ты себя чувствуешь в такой момент? А как хотелось бы чувствовать себя? Можем мы оставить твою обиду в этой комнате хотя бы до окончания праздника? С кем было бы не обидно общаться сейчас и в чем можно принять участие, чтобы тебе стало лучше?
Алгоритм помощи в ситуациях одиночества	Уклонение / избегание общения. Отказ от участия в совместной деятельности под различными предлогами. Отталкивающее поведение. Неловкость в присутствии других. Неспособность устанавливать связи/контакты.	Тебе нравится быть одному? Хочется, чтобы это заметили другие? Для чего? С кем бы сейчас хотелось бы пообщаться? Постоять рядом? Тебе хочется на всех обидеться, потому что ты один, а все веселятся? Во что можем поиграть (в чем поучаствовать), чтобы тебе было не так одиноко

Приложение 5

Специальные приемы оперативного преодоления тревожного состояния у обучающихся

Способы быстрого снятия психоэмоционального и мышечного напряжения

Контроль дыхания.

Уменьшение физиологических симптомов тревоги возможно путем регулирования дыхания. Сделайте вместе с обучающимся глубокий вдох животом на четыре счета и выдох на шесть счетов. Повторяйте в течение нескольких минут.

Глубокие дыхательные упражнения

Вдохните медленно и глубоко через нос, заполните воздухом в живот, а затем грудь. Медленно посчитайте до четырех 1-2-3-4. Действуйте в своем темпе. Как можно медленнее выдохните через рот, поджав губы, как будто Вы собираетесь свистеть. Когда почувствуете ваши легкие пустым, опять же досчитайте до четырех. Начните упражнение снова и повторяйте 3-4 раза.

Быстрая релаксация

При стрессовой ситуации умение быстро расслабиться. В начале нужно будет применить предыдущий прием снятия эмоционального напряжения, глубокие дыхательные упражнения два, три раза, считая про себя вдох, выдох… После достижения общей релаксации нужно прочувствовать все мышцы своего тела. Сосредоточьтесь на выражении своего лица и положении тела. Если почувствуете излишнее мышечное напряжение в какой-либо части тела (например, в правой руке), то напрягайте, а затем расслаблять различные группы мышц этой части тела (напрячь и расслабить бицепсы, мышцы предплечья и т.д.). Попробуйте почувствовать свое тело и как оно расслабляется. Эту методику можно отрабатывать и в воображаемой стрессовой ситуации. Повторяйте упражнение один раз в неделю.

5-4-3-2-1.

В состоянии острой тревоги человек, как правило, зацикливается на предмете переживаний и почти не способен отвлечься от него. Для снятия остроты состояния может быть полезно расширить восприятие, это поможет взглянуть на свое нынешнее положение более объективно. Попросите обучающегося перечислить: пять вещей, которые он может видеть, четыре вещи, которые он может потрогать, три вещи, которые он может услышать, две вещи, которые он можете обонять, и одну вещь, которую он может попробовать на вкус.

Проговаривание собственных эмоций.

Осознанное проговаривание собственных эмоций – действенный способ нейтрализации отрицательных эмоций, так как в это время происходит торможение механизмов нервной системы, ввергающих людей в состояние аффекта. Попросите обучающегося как можно более четко обозначить и назвать эмоции, что он испытывает. Вербализованные эмоции и чувства обучающегося должны получить принятие со стороны взрослого.

Концентрация

Для данного упражнения хорошо подходить упражнение концентрации на вещах, которые окружают Вас в данный момент. Оглянитесь вокруг и внимательно осмотрите помещение, в котором вы находитесь. Сконцентрируйтесь на вещать одинакового цвета, например, запомните все белого цвета. Закрепите белый цвет с ассоциацией белого молока, белых облаков и т.д. После, соберите все предметы один за другим, останавливаясь отдельно на каждом предмете. Упражнение поможет вам отвлечься от эмоционального напряжения. Внимание будет отвлечено на рациональное восприятие окружающей обстановки.

Смена обстановки

Смена обстановки - хороший помощник снять напряжение. Если у Вас плохое настроение, чувство напряженности, угнетает обстановка, то покиньте помещение, где возник острый

стресс. Можно просто выйти на улицу, если есть возможность прогуляться в парке, где сможете остаться наедине со своими мыслями. Оглянитесь вокруг, посмотрите, что Вас окружает, наблюдайте за природой. Если это выходные, то обязательно выйдите на природу (когда позволит погода), сходите в кино, встречайтесь с друзьями, сделайте что-нибудь непривычное. Обязательно запланируйте незабываемое путешествие в свой отпуск. Поездка позволит Вам познакомиться с новыми людьми, погрузиться в новую культуру. Незнакомые места позволяют увидеть окружающий мир во всей ее красе. Обязательно берите с собой блокнот, фотоаппарат. Наблюдайте за всем новым и записывайте все, что придет в голову. Новые впечатления надолго продлят положительные эмоции от путешествия.

Расслабление

Лягте на спину. Сконцентрируйтесь на вашем дыхании. Медленно расслабьте тело. Начинайте медленно вдыхайте через нос. Заполните нижнюю часть груди, а затем среднюю и верхние части груди и легких. Не забудьте сделать это медленно. Задержите дыхание на секунду или две. Затем нужно спокойно и легко выпустить воздух. Подождите несколько секунд и повторите упражнение. Представьте себе, что Вы находитесь в спокойной ситуации, вокруг пальмы и теплый, ласковый океан. Вы можете продолжить эту технику дыхания до тех пор, как Вам нравится, пока не захочется спать.

Отвлечение

Займитесь какой-нибудь деятельностью - все равно, какой: начните стирать белье, мыть посуду или делать уборку. Не важно, любая выбранная деятельность поможет Вам отвлечься.

Музыка

Выберите свою любимую тихую, успокаивающую музыку. Расположитесь по удобней и слушайте в спокойной обстановке.

Арифметика

Подсчитайте, сколько осталось дней до знаменательных дней в Вашей жизни. Например, сколько осталось дней до Вашего дня рождения, до значимых дат в Вашей жизни, которых Вы ждете. Хорошие воспоминания, когда они были, и сколько прошло с тех пор.

Общение

Поговорите на отвлеченную тему с любым человеком, которого знаете. Он может находиться радом с Вами, либо Вы может позвонить ему по телефону. Это даст Вам отвлечься в данном этапе.

Теплый душ

Теплая вода действует расслабляюще на мышцы, тем самым снимая напряжение. Струи воды способствуют также релаксации и расслаблению путем легкого массирующего действия. Душ может быть и контрастным, все зависит от Ваших личных предпочтений.

Мысленная тренировка

Ситуация, вызывающая тревогу, заранее представляется во всех подробностях, трудных моментах, вызывающих ее переживания, тщательно, детально продумывается собственное поведение.

Приятное воспоминание

Предлагается представить ситуацию, в которой человек испытывал полный покой, расслабление, и как можно ярче, стараясь вспомнить все ощущения, представлять эту ситуацию.

Дыхание через трубочку

Необходимо поднять плечи, вытянуть губы трубочкой; сделать 7 коротких вдохов через рот – пауза – медленный длинный выдох через рот (вытянутые трубочкой губы); дыхание быстрое, верхнее, ключичное. При необходимости процедуру можно повторить 2-3 раза.

Похлопывание по коленям

Сделайте короткий вздох, и начните себя похлопывать то по одной коленке, то по другой. В

это время мысли, чувства, картинки или ощущения в теле могут начать меняться. Делайте примерно хлопок в секунду в течение полуминуты. Приостановитесь, сделайте спокойный вдох через нос грудной клеткой, впустите воздух в живот, и медленный выдох через рот. Эти приемы могут помочь взрослому установить контакт и начать разговор с детьми участников (ветеранов) СВО. Постарайтесь не слишком часто заверять их, что «все хорошо»: слишком много заверений (особенно если они не вполне уместны) на самом деле может усугубить тревогу в долгосрочной перспективе. Вместо того, чтобы голословно подбадривать, вы можете помочь обучающимся справиться с тревогой, разъясняя ему, что испытывать тревогу в некоторых ситуациях – это нормально, а также делясь своим личным опытом преодоления тревожности.