

ГАЗЕТА СЛУЖБЫ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО И СОЦИАЛЬНОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ

Специалисты, входящие в состав службы

Деятельность службы психолого-педагогического и социального сопровождения предусматривает:

- диагностическую,
- коррекционно- развивающую,
- профилактическую,
- просветительскую
- консультативную работу с участниками образовательных отношений; проведение:
- коррекционно-развивающих, профилактических занятий;
- мониторинг образовательных достижений обучающихся, по программам коррекционно-развивающих курсов;
- организацию комплексного сопровождения образовательного процесса в соответствии с особыми образовательными потребностями обучающихся.

СППиСС включает:

- педагогов-психологов,
- учителей-логопедов,
- педагога -дефектолога,
- социальных педагогов.

Сотрудники СППиСС обязаны:

- в своей деятельности руководствоваться законодательством РФ, Уставом Школы, планом работы СППиСС на учебный год, Положением о СППиСС;
- непрерывно повышать уровень своей профессиональной квалификации и компетентности;
- руководствоваться в своей деятельности профессиональными, этическими принципами, нравственными нормами;
- сохранять конфиденциальность сведений;
- защищать права и интересы обучающихся; работать в тесном контакте с администрацией, всем педагогическим коллективом и родителями (законными представителями) обучающихся, а также организациями, уполномоченными на решение вопросов оказания психолого-педагогической и социальной помощи детям и семьям.



Служба психолого–педагогического и
социального сопровождения

ГБОУ Школа №185

С НАМИ ВЗРОСЛЕТЬ ЛЕГКО!

ДЛЯ ЧЕГО НУЖНА ШКОЛЕ СЛУЖБА ПСИХОЛОГО- ПЕДАГОГИЧЕСКОГО И СОЦИАЛЬНОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ

В каких случаях обращение к школьному психологу просто незаменимо? Чем может помочь социальный педагог родителям, учителям, учащимся? Давайте разбираться в этом. В современном сложном мире любой взрослый человек испытывает трудности, под влиянием которых начинает сомневаться в себе, в своих близких. Мы вступаем в конфликты с друзьями и незнакомыми людьми, что может нас раздражать, а иногда и повергать в депрессию. Напряженная жизнь и стремление все успеть порождают стресс. Если же мы обратимся к детям, подросткам, девушкам и юношам, то вышеописанная ситуация усугубляется тем, что все они находятся в процессе развития, формирования, со многими явлениями сталкиваются впервые и иногда отчаянно нуждаются в помощи такого профессионала, который выслушает, поддержит, откроет нечто важное в самом себе. Таким профессионалом является психолог.

Главной сферой деятельности социального педагога является социум (сфера ближайшего окружения личности и сфера человеческих отношений). При этом приоритетному (особенно в современных условиях) является сфера отношений в семье и ее ближайшем окружении, по месту жительства. Социальный педагог по своему профессиональному назначению стремится по возможности предотвратить проблему, своевременно выявить и устранить причины, порождающие ее, обеспечить превентивную профилактику различного рода негативных явлений (нравственного, физического, социального и т. п. плана), отклонений в поведении. Основное взаимодействие социального педагога и психолога идет по направлениям: профилактика правонарушений, безнадзорности, беспризорности учащихся, наркопрофилактика, просвещение, работа с "трудными" детьми. Социальный педагог оказывает информационную и правовую помощь учащимся, родителям и педагогам. Психолог оказывает помощь в консультировании учащихся, родителей и педагогов по вопросам психологических особенностей учащихся различных возрастных категорий.

В ЭТОМ ВЫПУСКЕ

ПРАВИЛА ЧЕТЫРЕХ
«НЕ»

КАК ОРГАНИЗОВАТЬ
СВОЕ СВОБОДНОЕ ВРЕМЯ

ЭКЗАМЕНЫ – ЭТО СТРЕСС
ИЛИ НЕТ?!

МЛАДШИМ ШКОЛЬНИКАМ (1-4 КЛАССЫ)

Правила безопасности для детей

«Правила четырех «не»

С раннего детства ты должен знать, что люди бывают разные, и общаться надо только с теми, кого знаешь. Соблюдая правила безопасности, ты сможешь принять самое правильное решение в сложной ситуации и избежать встречи с преступником.

1. не разговаривай с незнакомцами и не выпускай их в дом;
2. не заходи с ними в лифт или подъезд;
3. не садись в машину к незнакомцам;
4. не задерживайся на улице после школы, особенно с наступлением темноты.

Очень важно, что незнакомец – это любой человек, которого ты не знаешь. Незнакомец может назвать тебя по имени, сказать, что пришел по просьбе твоей мамы, может позвать посмотреть мультфильмы или предложить конфету. Но если человек тебе незнаком, то ты должен на все предложения отвечать отказом и в случае опасности кричать: «Я его не знаю!»

Если такой человек подойдет, кем бы он ни назвался, надо немедленно бежать в людное место, звонить родителям или обратиться к полицейскому.

На улице

- Выходя из дома, всегда предупреждай, куда ты идешь, где будешь и во сколько ты вернешься.

Если возвращаешься домой поздно вечером, проси, чтобы тебя встретили.

- В общественном транспорте садись ближе к водителю, чтобы он мог тебя видеть. Не вступай в разговоры с незнакомыми пассажирами, не рассказывай куда едешь и где живешь.

- Если необходимо пройти в темное время суток, постарайся идти вместе с людьми. Переходи улицу по подземному переходу в группе людей.

- Не ходи в отдаленные и безлюдные места, не играй на стройках и в заброшенных домах.

- Если показалось, что кто-то тебя преследует, необходимо незамедлительно проследовать в людное место, обратиться к взрослому.

- Увидев впереди шумную компанию или пьяного, перейди на другую сторону улицы или измени маршрут, при этом не следует вступать в конфликты.

- Добирайся до дома только известным транспортом (троллейбусом, автобусом, маршруткой), никогда не останавливай чужую машину и не садись сам, если предлагают подвезти.

- Ни в коем случае не садись в машину, чтобы показать дорогу, магазин, аптеку, не выполняй никакие просьбы водителя.

- Идя вдоль дороги, выбирай маршрут так, чтобы идти навстречу транспорту.

- Если незнакомец просит пойти с ним и позвонить в квартиру, потому что ему не открывают, а тебе откроют – не ходи!

- Не иди с незнакомым человеком, если он предлагает угостить тебя конфетами, посмотреть животных, поиграть в компьютер, не бери у него напитки, конфеты.



МЛАДШИМ ШКОЛЬНИКАМ (1-4 КЛАССЫ)

Котенок Маша

СКАЗКА

Жил-был на белом свете котенок Маша. Вы скажете, что так не бывает, что котят называют Васьками или Мурзиками, но нашего котенка звали именно Маша. И был он самый обычный котенок: любил играть, бегать, смотреть мультики и не любил ложиться спать, убирать игрушки и доедать суп до конца. Как и все малыши, он постепенно рос, умнел и вырос таким умным, что захотелось ему многое узнать. Узнать, почему дует ветер, узнать, как работает телефон, узнать, отчего звезды не гаснут и куда солнышко спать ложится. И тогда решила Маша уйти из своего теплого уютного дома, чтобы бродить по белу свету и искать Знание. Долго ли, коротко ли бродил котенок по полям, по лесам, но дошел он до избушки на курьих ножках. И встретила его там бабуля — то ли Яга, а то ли не Яга. Да это и не очень важно. Важно то, что есть она его не стала, а указала ему путь-дорогу к Знанию, да еще и о трудностях этого пути предупредила. И вот что ему рассказала. — Начало у этой дороги гладкое, ровное и праздничное. Цветы, подарки вдоль нее уложены. Вступаешь на нее и радуешься, что весь путь к Знанию можно легко, весело, быстро пробежать. Но не знаешь, что скоро начнутся скалистые и льдистые горы, на которые карабкаться из всех сил придется. Гор тех много, но есть среди них три самые главные, самые крутые. Первая гора называется «Трудно». И действительно, очень трудно по ней подниматься, и хочется все бросить. Так же трудно, как трудно буквы писать или же читать учиться. И кажется, что никогда ничего не получится. Но ты помни мою подсказку: «Если трудно — смелей и старайся сильнеей», шепотом ее проговаривай и тогда одолеешь ты эту гору, научишься справляться с трудностями и подойдешь ко второй горе. Она называется «Скучно». И вроде бы легко по ней подниматься, но также скучно, как, например, буквы по строчке аккуратно писать. И так хочется вскочить с места, побежать, поиграть с кем-нибудь, так хочется все бросить, но ты не бросай, а выучи мою подсказку: «Работу ты закончи поскорей, чтобы со скукой справиться быстреей». И тогда научишься ты справляться со скукой и подойдешь к третьей, самой крутой горе. Очень тяжело по ней подниматься и больно падать. Называется она «Неудача». Вроде бы все получается, но ошибки в пути постоянно закрадываются, и неверные тропы сами собой выбирают. И все вокруг, даже ветры, ругают тебя за ошибки. А солнце так сердится, что грозит зайти за тучу. А деревья вокруг тропы будто «двойки» выстраиваются и шепчут: «Поделом тебе за ошибки твои». Но ты заучи мою подсказку: «Коль ошибка приключится, буду я на ней учиться, буду я на ней учиться, не расстраиваться». И тогда преодолеешь ты и эту гору и станешь Ученым Котом, ученым котом-пятерочником. Поблагодарил Котенок добрую бабушку и уверенно зашагал по дороге к Знанию и Мудрости. Знал он теперь, что путь ему предстоит долгий и не всегда легкий. Но он обязательно пройдет его до конца и поможет другим котяткам, мышатам, слонятам и всем ребятам, которых встретит на пути. И будут тогда его звать не котенком, а Котом, который многое знает. И будет ему жить тогда радостно и интересно, потому что очень интересно много знать и очень радостно знать, как помогать людям.

ШКОЛЬНИКАМ СРЕДНЕГО ЗВЕНА (5-9 КЛАССЫ)

Как организовать свое свободное время

Тот, кто его соблюдает, воспитывает в себе силу воли, приучается к дисциплине, чувствует время, контролирует свой день, даже не глядя на часы. Если установленный распорядок ничем не нарушается, режим становится настолько привычным, что ты будешь следовать ему не только в будни, но и в праздники, и даже в каникулы. Итак, если ты учишься в первую смену, отдохни после школы часа два. За выполнение домашнего задания *принимайся не позднее 16 часов*. Тебе приходится много заниматься, и глаза, конечно, устают. Для сохранения зрения очень большое значение имеет правильное освещение. Источник света-то есть твоя *настольная лампа –должна находиться слева от тебя, чуть спереди*. Лучше, если лампа будет прикрыта абажуром. Домашние задания выполняй в определенной последовательности. *Начни с того, что потруднее*.

Сначала делай письменные уроки, а потом – устные. Чтобы не переутомляться, *через каждые полчаса делай перерыв*. Перерыв используй для того, чтобы сделать несколько гимнастических упражнений. В конце перерыва умойся холодной водой. Твой *сон должен продолжаться не менее 9 часов*. Помни: учеба будет успешной только в том случае, если ты отлично себя чувствуешь. В наши дни трудно обойтись без компьютера. Он есть у многих из вас. Что ж –это неплохо, если ты соблюдаешь некоторые правила, которые помогут тебе избежать вредных последствий излучения от экрана. Помни, *без перерыва за компьютером можно сидеть не больше 30 минут*. А в день *общее время не должно превышать двух часов*, так как переутомление значительно снизит работоспособность. Ты будешь не способен сконцентрироваться на чем-либо важном, повысится раздражительность.

Подумай сам, хочешь ли ты превратиться из жизнерадостного человека в болезненного ворчуна? А ведь ты ещё столько интересного в жизни не узнал, многому не научился! А всему виной будет твоё небрежное отношение к своему здоровью. Знаешь пословицу:

«Посеешь поступок – пожнешь привычку, посеешь привычку –пожнешь характер, посеешь характер – пожнешь судьбу».



СТАРШЕКЛАССНИКАМ (10-11 КЛАССЫ)

Ох, уж эти экзамены!

Экзамен — это для многих учащихся экстремальная ситуация. Естественной реакцией организма на стрессовую ситуацию неопределенности (какой блок вопросов достанется, какое количество баллов получу и т.п.) является мобилизация всех сил: концентрация внимания, максимальное извлечение из памяти заученного материала, готовность к неожиданностям, умение улавливать реакцию экзаменатора, не пасовать при неудачах. Однако бывает и так, что возбуждение, мобилизация сил происходит настолько сильно, что доминирующей становится мысль: «Я ничего не помню, я не сдам этот экзамен!»... Умению сдавать экзамены никто специально не учит, вместе с тем соответствующие психотехнические навыки очень полезны. Они не только повышают эффективность подготовки к экзаменам, позволяет более успешно вести себя во время экзамена, но и вообще способствует развитию навыков мыслительной деятельности, умению «мобилизовать» себя в решающей ситуации, овладевать собственными эмоциями. К таким техникам относятся кинезиологические упражнения. Готовясь к экзаменам, никогда не думай о том, что не справишься, а, напротив, мысленно рисуй себе картину триумфа. Для расслабления и снятия напряжения отлично подходят дыхательные упражнения и аутогенная тренировка.

Ритмичное четырехфазное дыхание. Для выполнения этого упражнения достаточно удобно сесть, распрямиться и положить расслабленные руки на колени.

Первая фаза (4–6 секунд). Глубокий вдох через нос. Медленно поднимите руки вверх до уровня груди ладонями вперед. Сосредоточьте свое внимание в центре ладоней и почувствуйте сконцентрированное тепло (ощущение «горячей монетки»).

Вторая фаза (2–3 секунды). Задержка дыхания.

Третья фаза (4–6 секунд). Сильный, глубокий выдох через рот. Выдыхая, нарисуйте перед собой в воздухе вертикальные волны прямыми руками (на экзамене лучше заменить это упражнение модификацией без размахивания руками).

Четвертая фаза (2–3 секунды). Задержка дыхания. Дышите таким образом не более 2–3 минут.

Аутогенная тренировка (3–5 минут).

Сядьте удобно, закройте глаза. Спина прямая, руки лежат на коленях. Сосредоточьтесь на формуле «Я спокоен». Мысли отгонять не стоит, так как это вызовет дополнительное напряжение, позвольте им проплывать подобно облакам в небе. Мысленно повторите 5–6 раз: «Правая рука тяжелая». Затем повторите исходную формулу: «Я спокоен». Затем снова 5–6 раз произнесите формулу: «Левая рука тяжелая». Снова повторите мысленно: «Я спокоен. Я готов, я собран, я уверен в успехе!» Для того чтобы привести тело в исходное состояние, сожмите кисти в кулаки и откройте глаза, сделав глубокий вдох и выдох.

Комплекс кинезиологических упражнений

(позволяет активизировать межполушарное взаимодействие, развивать комиссуры как межполушарные интеграторы, через которые полушария обмениваются информацией, происходит синхронизация работы полушарий)

«Цветок». 1 ч. Пальцы обеих рук образуют бутон цветка. Затем он начинает раскрываться по лепесткам (сначала размыкаются мизинцы, затем безымянные, после этого средние, указательные и большие). Запястья не размыкаются. Кисти рук образуют цветок, напоминающий тюльпан. 2 ч. Все в обратной последовательности.

«Кулак-ребро-ладонь». Показывают три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяющих друг друга. Проба выполняется сначала правой рукой, потом левой, затем двумя руками вместе.

«Котята». Одновременное сильное сгибание и разгибание пальцев обеих рук в верхних фалангах напоподобие кошачьих лап.

«Каракатицы». Обе руки лежат ладонями на столе с выпрямленными пальцами. Средние пальцы сгибаются, отталкиваются от стола и передвигают ладонь. Остальные пальцы остаются выпрямленными.

«Ухо –нос».левой рукой взяться за кончик носа, а правой – за противоположное ухо. Одновременно отпустить ухо и нос, хлопнуть в ладоши, поменять положение рук «с точностью да наоборот».

«Замок». Скрестить руки ладонями друг к другу, сцепить пальцы в замок, вывернуть руки к себе. Двигать поочередно пальцами, на которые укажет ведущий. Палец должен двигаться точно и четко. Прикасаться к пальцу нельзя. Последовательно в упражнении должны участвовать все пальцы обеих рук.

«Лягушка». Положить руки на стол. Одна рука сжата в кулак, другая лежит на плоскости стола (ладошка). Одновременно менять положение рук. Усложнение упражнения состоит в ускорении.



ШКОЛЬНИКАМ СРЕДНЕГО ЗВЕНА (5-9 КЛАССЫ)

Как перестать стесняться?

Нет ничего плохого в скромности, но вот излишняя стеснительность может помешать общению с другими людьми и достижению собственных целей. **Уверенность в себе** – важная штука, которая не раз пригодится в жизни. Всем нам не чужды сомнения в своих качествах, поступках и достоинствах. Бывает так, что они мешают достигнуть целей и осуществить мечту. Поэтому ниже мы подготовили несколько способов, которые **помогут побороть стеснительность**.

Составьте список ситуаций, в которых вы испытываете стеснение. Затем расположите их в порядке увеличения вашего беспокойства. Этот список можно использовать как план по борьбе с застенчивостью. Начав с самого простого, вы будете преодолевать всё более трудные для вас ситуации.

Запишите отдельным списком свои сильные стороны и положительные качества. Обычно причина застенчивости кроется в низкой самооценке. Боритесь с ней, напоминая себе о том, что вы молодец.



Часто застенчивые люди слишком много думают о себе и о том впечатлении, которое производят на окружающих. **Перенаправьте мысли от себя к другим.** Интересуйтесь, спрашивайте, сопереживайте. Когда вы сконцентрированы на другом человеке, тревога по поводу собственного поведения уходит на второй план.

Выходите из зоны комфорта. Это положительно скажется как на вашей самооценке, так и разнообразит вашу жизнь. Пробуйте заниматься чем-то новым. Позвольте себе пробовать неизвестные ранее хобби, позвольте себе допускать ошибки. Не всегда будет легко, иногда даже страшно, но скоро вы поймете, что это типичные этапы освоения новых горизонтов. Да и к тому же сможете, возможно, найти дело своей жизни.

Не акцентируйте своё и чужое внимание на том, что вы стесняетесь. Так вы сами навешиваете на себя ярлык и подсознательно укрепляете установку, что застенчивость — ваша неизменная черта. Позвольте людям составить собственное мнение и заметить другие, более интересные ваши особенности.

Оставайтесь собой. Не надо притворяться кем-то в поисках одобрения окружающих. Когда вы это делаете – это видно, и такое поведение еще больше выдает вашу неуверенность в себе. Позвольте вашим чертам и способностям раскрываться, не загоняйте их под маску! Показывайте себя, принимайте и любите себя таким, какой вы есть.

Умейте посмеяться над собой. Это не только неплохой прием защиты от попыток других вас задеть, но и хороший способ принятия себя. Кроме того, это позволит вам не чувствовать себя неловко. Да, все мы разные, у нас есть хорошие и плохие черты, да и над чем посмеяться есть в каждом.

Попробуйте завести дневник. Так вы сможете отслеживать свои чувства и эмоции, проследите свое развитие и, возможно, сможете найти решения для проблем. К тому же, возвращаясь к старым записям, вы начнете понимать, что бывают проблемы, кажущиеся раньше неподъемными, спустя время становятся незначительными. Вы сможете лучше себя узнать, а это тоже помогает обретению уверенности в себе.

Раскроем секрет: другие люди, ваши ровесники, тоже переживают подобное. Каждый проходит через познание себя и окружающего мира, расширение рамок собственной свободы. Разные люди переживают по-разному, и чувствуют неуверенность по разным причинам, но чувства и этапы взросления у всех весьма схожи. Каждый чего-то не знает, совершает ошибки, переживает из-за внешнего вида (иногда даже взрослые люди). Не ругайте себя за это, познавайте мир (и внутренний, и окружающий), находите с собой общий язык и радуйтесь жизни!

РОДИТЕЛЯМ

Принципы, необходимые при наказании детей

Первым и главным из принципов является, конечно же, любовь. **Любые методы наказания, должны быть продиктованы именно любовью. Причем ребенок должен это чувствовать.** Только тогда наказание принесет ему пользу. Ни во время, ни после наказания, он не должен чувствовать себя отвергнутым или покинутым. Поэтому наказание никогда не должно быть жестоким. Кроме любви при исправлении детей необходимо руководствоваться и другими принципами. Рассмотрим некоторые из них. **Справедливость.** Прежде, чем наказывать ребенка, необходимо разобраться, почему он/она сделали или не сделали что-либо. Бывает, что мы что-то забываем, и дети здесь не исключение. Ребенку могло стать плохо, его/ее кто-то обидел или что-то расстроило. Не всегда дети упрямятся в непослушании. Бывают и случайности. **И если за случайность понести наказание по полной, это ввергнет сына/дочь в уныние и подорвет веру в справедливость папы/мамы.**

Умеренность и соответствие. Наказание должно быть умеренным и соответствовать проступку. Конечно, есть родители, которые чуть что, сразу хватаются за ремень. Но согласитесь, есть разница, если дочь пришла домой с гулянья вечером на 40 минут позже или заявила под утро. В обоих случаях стоит применить наказание, но оно должно быть разным: в первом случае более мягким, а во втором более строгим.

Неизбежность. Наказание должно быть неизбежным. Иначе ребенок будет искать слабые точки родителей, чтобы избежать его. А закончится тем, что он начнет манипулировать старшими. Ребенок должен четко знать и понимать, что и почему делать можно и нельзя, и какое наказание последует за нарушение установленных правил.



Самообладание. Становится нелегко, когда сын/дочь начинает испытывать терпение старших в попытке избежать угла или порки. Не всем родителям в этом случае удастся держать себя в руках. Но что будет, если сорваться? Тогда наказание будет последствием несдержанности матери, а не проступка дочери. **Поэтому, дорогие родители, держите себя в руках.**

Своевременность. Наказание не должно откладываться. Нельзя накапливать проступки, а потом, когда их накопится достаточно, браться за ремень. Это будет травмировать психику ребенка, так как о некоторых проступках он может уже забыть, либо считать, что их ему простили.

Уважение личности. Унижения детей недопустимы. Если дочь однажды без разрешения не пришла домой ночевать и за это останется на неделю без гуляния, она поймет, за что ее наказали. Но если при этом мать разразится на нее криком с эпитетами, сравнивающими дочь с девушками «с пониженной социальной ответственностью», это унизит девочку, оттолкнет от матери и оставит глубокую эмоциональную травму.

ПЕДАГОГАМ

«Трудный» класс

Понятие «трудный класс» используется в психолого-педагогической литературе часто, но, к сожалению, его содержание варьируется от источника к источнику. **Признаком «трудности»** класса чаще всего называют *низкую успеваемость, несколько реже – неблагоприятный социально-психологический климат, конфликтные отношения между учащимися* (например, Романова О.Л., Иванникова И.В., 1994). При этом «трудный класс» зачастую рассматривается с позиции учителя, работающего с этим классом (например, Тюнников Ю.С, 2005), что закономерно вызывает вопрос о том, где же эта «трудность»: в классе или в самом учителе? Для уточнения этого понятия мы предлагаем очень условную классификацию классов, к которым в той или иной степени применимо определение «трудные».

Во-первых, нам представляется важным различать «объективно» и «субъективно» трудные классы. Слова «объективно» и «субъективно» не случайно выделены кавычками. Итак, *«объективно» трудный класс* – это не обязательно класс, в котором «плохо все»: и учеба, и отношения между одноклассниками, и взаимодействие с учителями и родителями. «Трудным» может стать, например, хорошо успевающий в учебе класс, ученики в котором считают себя крайне одаренными личностями, что позволяет им относиться к представителям параллельных классов, а также учителям и родителям «с высоты своего положения». Или же в разряд «трудных» может попасть такая учебная группа, которая при приличной успеваемости совершенно не контактирует ни с кем, кто находится за ее пределами: не вступает в организовываемую учителем дискуссию, не участвуют в общешкольных мероприятиях, абсолютно закрыты на тренингах психолого-педагогической направленности и т.д. С подобными особенностями «объективно трудного» класса сталкивается любой

учитель, работающий с ним (что, собственно, и является критерием их объективности). Для каждого учителя они представляют большую или меньшую трудность (или, по крайней, мере, если даже данные особенности не рефлексированы как «трудность», они все равно заметны учителю и входят в его субъективный портрет класса), и каждый учитель справляется с ними в соответствии со своими педагогическими убеждениями, способностями и опытом. Но бывают случаи, когда тот или иной класс оценивается как «трудный» только одним учителем, который никак не может найти к нему соответствующий подход. В таком случае мы считаем более целесообразным говорить о «субъективно трудном» классе. Очевидно, что существование таких **«субъективно» трудных классов** определяется, прежде всего, особенностями личности педагога. *Восприятие классов как «трудных» – показатель высокого уровня так называемого эмоционального «выгорания» педагогов*, то есть особых нарушений в эмоциональной сфере у профессионалов, которые постоянно вовлечены в ходе осуществления собственной деятельности в напряженный контакт с другими людьми. Как показывают исследования, личностными качествами, которые связаны с синдромом «эмоционального сгорания» являются авторитаризм, низкий уровень эмпатии и ригидность. *Выделение «объективно» и «субъективно» трудных классов довольно целесообразно в связи с выбором дальнейшей стратегии работы со сложившейся ситуацией.* В случаях с «объективно» трудным классом (которым, собственно, и посвящена эта книга) акцент делается на социально-психологическую работу с ним и со средой, в которой он функционирует. В случае «субъективно» трудного класса эффективнее всего будет сделать акцент на психологической помощи учителю.



Специалисты службы психолого- педагогического и социального сопровождения

Специалист/ФИО	№ кабинета
Педагог-психолог Теплова Ирина Петровна	329
Педагог- психолог Якобсон Станислав Янович	329
Учитель- логопед Гончарова Лилия Викторовна	245
Педагог- дефектолог Гончарова Лилия Викторовна	245
Социальный педагог Комарова Мария Юрьевна	407

Над газетой работали:
Педагог-психолог Теплова Ирина Петровна
Педагог- психолог Якобсон Станислав Янович