



РОДИТЕЛИ НЕДОВОЛЬНЫ, А УЧИТЕЛЯ РАСТЕРЯНЫ. КАК ПОДДЕРЖАТЬ СВЯЗЬ В САМОИЗОЛЯЦИИ, ЧТОБЫ ИСПРАВИТЬ СИТУАЦИЮ

Подготовила: Сивохо Анастасия Евгеньевна,
педагог-психолог МБОУШР «Гимназия»

Школы перешли на дистанционную работу, и это вызвало множество проблем. Родители волнуются, что дети не смогут освоить программу. Учителя в стрессе из-за изменившихся условий работы. Ученики тоже тревожатся, ведь они видят, в каком смятении взрослые.

Ответов на большинство вопросов нет: вы не можете по собственному желанию обеспечить всех компьютерами, бесперебойным интернетом, решить домашние проблемы. Но вы можете оставаться на связи, разговаривать с коллегами и родителями, держать их в курсе ситуации.

Даже если школа находится в эпидемиологически благополучном регионе, ограничительные меры, новая форма обучения и общий информационный фон вызывают у людей стресс. Чтобы помочь снизить общую тревожность, Минпросвещения направило в регионы методические рекомендации ([письмо Минпросвещения от 27.03.20 № 07-2446](#)).

- ✓ **Психологическая подготовка педагогов к дистанционному обучению** (инструкции и памятки)
- ✓ **Организация работы.** Расскажите, будут ли изменения в расписании, обсудите методические рекомендации Минпросвещения
- ✓ **Дистанционная работа педагога-психолога** (онлайн-тренинги для учителей, детей и родителей, памятки)
- ✓ **Групповые консультации для родителей** (на онлайн-консультациях педагог-психолог объясняет, что каждый ребенок или подросток реагирует на стресс по-разному)
- ✓ **Индивидуальные консультации для подростков** (задача таких личных консультаций - переориентировать внимание ученика и снизить негативные эмоции: панику, агрессию и т. д.)

Родители-союзники

Чтобы сопровождать дистанционное обучение, вам нужно следить за его ходом ежедневно. Уделите внимание следующим пунктам, о которых нужно рассказывать родителям.

- **Организация дистанционного обучения в школе**
- **Участие класса в уроке** (как регистрируется участие ученика в уроке; статистика посещаемости уроков за неделю по параллелям; электронные журнал и дневники)
- **Типичная структура урока** (сколько длится урок и какие этапы включает)
- **Проявления активности учеников** (участвуют в опросе, задают вопросы, дают краткий ответ, дополняют формулу, присылают свои ответы, выполненные задания, инициируют дискуссию, выполняют творческие задания и т. д.)

Родители-союзники

- **Типичные технические сложности** (что делает школа, чтобы минимизировать такие сложности)
 - не получается войти на платформу;
 - прерывается связь;
 - медленно загружается материал;
 - видео отстает от звука;
 - плохо слышно;
 - не получается отправить домашнее задание и т. д.
- **Уклонение учеников от участия в уроке** (школьники не отвечают на вопросы, не участвуют в дистанционном обсуждении)
- **Сложности учеников** (меняется форма подачи материала, возрастают требования к самостоятельности, уменьшается непосредственный контроль за действиями ученика со стороны учителя, мешают технические накладки)
- **Организируйте и сопровождайте взаимодействие учителей и родителей**

Как организовать условия дистанционного обучения детей

Помните: вы не стали учителем вашего ребенка

Дистанционное обучение — это не домашнее обучение. Детей учат по-прежнему учителя. Они продолжают выполнять свои функции. Ваша главная помощь ребенку в этот период — организовать спокойные условия обучения на дому.

Не драматизируйте ситуацию

Дистанционное обучение сложно для всех его участников. Не надо пытаться экстренно решить проблемы обучения за счет увеличения требований, крика и т. п.

Не драматизируйте ситуацию

Каждый член семьи должен иметь собственное пространство для обучения или работы. Обсудите в кругу семьи, какая зона предназначена для занятий каждого из вас и нужно ли внешне обозначить границы.

Памятка для родителей

Проверьте, как организовано рабочее место ребенка

Ему нужен: незахламленный стол и удобный стул, полки для размещения учебных материалов и тетрадей, канцелярские принадлежности, устройство с хорошим доступом в интернет, список ресурсов для обучения.

Проконтролируйте поведение младших детей

Если у вас есть младшие дети, которые еще не посещают школу и вторгаются к старшим во время выполнения уроков, берите их на свою территорию. Взрослым легче удержать внимание и сосредоточиться.

Обсудите шумоизоляцию

Если дети и вы сами работаете дома, обсудите возможности не мешать друг другу разговорами, видеосвязью. Договоритесь использовать наушники, закрывать двери, исключить музыку и ТВ на учебное и рабочее время. Решите, где в квартире можно отдохнуть, подвигаться, чтобы не мешать остальным.

Продумайте свой режим

Учитывайте требования работодателя и свою работоспособность. Напишите на листах время, когда к вам категорически нельзя обращаться, и дайте такой лист каждому из домочадцев. Предложите им по желанию сделать то же самое.

Памятка для учителей и администрации

Взаимодействие с родителями во время дистанционного обучения

Выражайте понимание

Признавайте чувства родителей, даже если эти чувства вам не нравятся. Не переубеждайте, не спешите утешать. Не надо пытаться создать видимость отсутствия сложностей. Используйте фразы: «Представляю, как это тревожно», «Я вас понимаю», «Это действительно трудно».

Проявляйте готовность к диалогу и гибкость

Не оставляйте вопросы и критику без внимания. Отвечайте на содержание высказываний родителей, а не на заложенные в высказывании эмоции. Спрашивайте, что они предлагают, чего бы хотели от учителей и школы.

Слушайте, что говорят родители

Помните, если нельзя уменьшить дискомфорт человека, надо хотя бы оставить ему возможность высказать отношение к происходящему. Дайте выговориться родителю.

Памятка для учителей и администрации

Задавайте вопросы

Диалог снижает тревогу и негатив. Используйте такие фразы: «Какие есть вопросы?», «В чем нужна помощь?», «Как оцените технические возможности сайтов для обучения сейчас?», «Что детям сложно?», «Что сложно вам?» Это необходимо для конструктивной атмосферы и профилактики тревог.

Предлагайте выбор

Недовольство, тревога и сопротивление растут от принуждения и ограничений, а их и так много. Поэтому везде, где можете, предлагайте выбор, обсуждайте варианты.

Не давите в разговоре

Не надо запугивать родителей, сообщать негативные прогнозы, грозить двойками и т. п. Не надо критиковать. Помните, что основная задача — это поддержание связи и сотрудничество. Искать выходы возможно только в условиях, когда люди готовы слышать друг друга.

Памятка для учителей и администрации

Давайте положительную обратную связь

Говорите о том, что сделано хорошо, что достигнуто, в чем возможны послабления, снижение количества обязанностей. Транслируйте позицию: действуем по обстоятельствам, проблему решим, безопасность детей и семей не нарушим.

Давайте ясную информацию

Формулируйте кратко и понятно. Давайте только ту информацию, которая поступила из надежного источника и содержит ясные данные. Не обсуждайте информацию из социальных сетей, желтой прессы, сенсации и т. п.

Не бойтесь негативных эмоций родителей

Если у кого-то из родителей возникли бурные негативные эмоции, задайте вопрос: «Это большая проблема? В чем главные трудности?» Оценка масштаба проблемы и изложение сложностей снижает напряжение. Ответ надо обязательно выслушать и принять всерьез.

Памятка для учителей и администрации

Настраивайте на совместное решение проблем

Выслушайте тревоги или претензии. Сразу предложите помощь: «Если проблема в этом, давайте думать, как с ней справиться». Напомните, что родитель не остается с проблемой в одиночестве.

Возвращайте в настоящее

Тревоги всегда связаны с будущим. Направляйте диалог на то, что можно сделать своими силами и прямо сейчас: сегодня, в ближайшие дни, в эту неделю.

Уважайте свои и родительские границы

Не выходите из профессиональной роли, удерживайте самоконтроль, оставайтесь педагогом. Установите временные границы взаимодействия с родителями. Не надо постоянной переписки в чатах с родителями, установите временные промежутки, когда вы выходите на связь.

Как создать комфортную образовательную среду для педагогов во время дистанта

Сохраняйте тот же уклад работы, который был до дистанционного обучения

Так вы обеспечите детям позитивную образовательную среду.

Применяйте дистанционные формы обучения, которые поощряют интеллектуальную и творческую деятельность школьников

Предложите сайты с интерактивными упражнениями, открытые вебинары онлайн-школ, дистанционные конкурсы.

Отнеситесь к ситуации с коронавирусом как к особым условиям работы

Постарайтесь найти положительные эмоции и вести здоровый образ жизни. Подберите упражнения для релаксации.

Как создать комфортную образовательную среду для педагогов во время дистанта

Напомните ученикам про режим самоизоляции, почему важно его соблюдать

Самоизоляция — это не дополнительные каникулы. Объясните это ученикам.

Не поддерживайте с учениками случайные разговоры о пандемии

Регулярный обмен мнениями о новостях может вызывать беспокойство у любого человека.