Описание обучающего семинара

«Экстренная допсихологическая помощь после травматического события»

**Цель:** ознакомление со способами оказания педагогами экстренной допсихологической помощи детям после травматического события.

**Задачи:**

1. Знакомство с эмоциональными реакциями детей на травматическое событие.

2. Знакомство с техниками и способами стабилизации эмоционального состояния.

3. Отработка навыка установления контакта с ребёнком, находящимся в кризисном состоянии.

**Участники:** педагогические работники МБОУ Конзаводской СОШ № 2

**Дата проведения:** 29.03.2024 г.

**Время проведения:** 1 час, 20 мин.

**Методические материалы:** презентация заместителя руководителя Федерального координационного центра по обеспечению психологической службы в системе образования Российской Федерации МГППУ, Ермолаевой А.В. (слайды 1-19), памятки и раздаточные материалы ЦППМиСП.

**Содержание**

**1. Начало (5 мин)**

- Знакомство с темой семинара (слайд 3).

- Актуальность темы.

**2. Оценка собственного состояния** (пре-тестирование) (10 мин.)

Педагоги были проинформированы о важности оценки своего состояния (слайд 4)

Участники оценили своё эмоциональное состояние и готовность общаться и помогать ребёнку в кризисном состоянии по 10 балльной шкале

**3. Информационное сообщение «Реакции детей и техники помощи»** (30 мин.)

Педагоги познакомились с эмоциональными реакциями детей и техниками помощи (слайды 7-18, кроме 12)

Также педагоги познакомились с техниками помощи при гневе и агрессии (слайд 11). Педагоги узнали, что если агрессия выражается только в вербальной форме, не стоит её останавливать. Если же гнев приобретает излишне активный характер, то главная задача не «задавить его» (это может вызвать физические симптомы или аутоагрессию), а направить в безопасное русло.

**4. Практическая часть (20 мин)**

Участники семинара познакомились и попробовали на себе технику «5-4-3-2-1» (слайд 9), технику глубокого дыхания, дыхания на мобилизацию.

**5. Информационное сообщение «Куда обращаться за помощью»** (5 мин)

Педагоги получили информацию, куда они могут обратиться за помощью сами и направить детей и родителей.

**6. Подведение итогов и оценка эффективности занятий** (10 мин)

Педагоги оценили свою готовность помогать ребёнку в кризисном состоянии по 10 балльной шкале и сравнили её с первоначальной. Поделились впечатлениями о семинаре и тем, что было для них полезно.