



УЧИЛИЩНИЯТ ПСИХОЛОГ ПРЕДСТАВЯ СИТУАЦИЯТА С COVID-19 ПРЕЗ СВОЯ ПОГЛЕД

През тази учебна година учители, ученици и родители трябваше заедно да преодолеем едно от най-големите изпитания в най-новата история на човечеството, което раздели света на време преди пандемията от COVID-19 и след нея.

Възникнаха редица затруднения в училищната и семейната среда: вътреличностни и междуличностни противоречия, конфликти, породени от социалната и физическата изолация; изправихме се пред предизвикателството да преминем бързо към нов процес на обучение и комуникация; адаптирахме се към новите условия на живот и поведение по време на изолация; родители, учители и ученици работехме заедно – нещо добро по своята същност, но изкристализираха проблеми, най-вече свързани с домашно насилие, агресия, страх, отчуждение.

За съжаление започналите процеси са необратими и истинското изпитание предстои. Обществото ни ще трябва да се справя не само със спомена от изминалите месеци, с преживяното, но и с така нареченото *postCOVID поведение* (депресия).

В тези тежки минути, часове, дни, седмици и месеци, като психолог на Трето основно училище бях близо до всички и 24/7 на разположение от своя HomeOffice. Желаетелите да получат професионална психологична консултация и помощ ме намираха по телефон, Messenger, Viber, WhatsApp, Zoom, Teams и дори в Shkolo.bg.

Най-общо дейността ми през този период включваше: подпомагане на учениците за преодоляване на възникнали трудности; помощ на семействата за справяне с адаптацията; работа с ученици проявяващи агресивно поведение въкъщи; подпомагане на учителите и родителите с материали, свързани с учебно-възпитателния процес или свободното време; психосоциална рехабилитация на ученици; работа с деца нуждаещи се от допълнителна подкрепа чрез специален софтуер „Заедно на училище“. Непрекъснато мотивирах родителите да разговаряме и заедно да търсим решения на проблеми. Така се появи и идеята да направя две обучение, съответно в Zoom и Teams на тема: „На два метра от депресията“. И до края на месец юни 2020 година ще продължавам да давам консултации на ученици, а също така и индивидуални консултации на родители на ученици, имащи сериозни проблеми.

Периодът на карантина беше за мен добра възможност да се включа в обученията на Дружеството на психолозите в Р. България, на Фондация „Хестия“ и др.. Участвах в уебинари, проследих онлайн и лекциите на Пловдивски медицински университет по моята нова специалност: Хомеопатия. Включих се в групата за действие при кризисни ситуации към Дружеството на психолозите. Имах възможност да уча английски език и отново да се запозная със съдържанието на много документи, наредби, правилници, които прилагам в своята работа. Разнообразявах виртуалния

училищен живот чрез различни средства и форми – включително с позитивното предизвикателство към родителите да споделят смешни случки и снимки от живота – „Смехотерапия“. Преоткрих се в нова светлина и възстанових загубени в миналото си способности в кулинарното и градинарското изкуство.

Докато търсех себе си в тази ситуация, като всички вас, аз се стремях да стимулирам по-голяма обществена ангажираност на учениците от Училищния съвет и да разширявам техния социален опит чрез участие във взаимното вземане на решения по време на нашите онлайн заседания. Имах достатъчно време да опиша своята най-нова професионална мисия за периода след коронавируса, а именно: *изграждане чувство на общност с другите, в чувството на личността, че се включва, вписва в течението и ритъма на живота, в чувство на загриженост за благополучието на другите хора*. Определих моя стремеж в две думи – равноценност и сътрудничество. Тези два принципа ще прибавя към другите, които споделям – толерантност; защита на личното достойнство на всеки ученик, учител и родител; непредубеденост; загриженост, отговорност и конфиденциалност. Сътрудничеството, за което вече споменах, е акцентът при изграждане на останалите принципи – толерантност, емпатия, отговорност.

Работата на психолога е екипна и това прави моята дейност ефективна. От хората около мен очаквам позитивен климат, взаимопомощ и всеки да дава най-доброто от себе си, а също така да цени другия. Много пъти обръщам внимание върху гражданската страна на образованието, че ние изграждаме у младите съвременен модел на поведение в обществото по един хуманен начин. Нещо, което те учат или попиват от нас, докато ни наблюдават. В тази връзка имам две мечти: искам да бъда не добър психолог, а най-добрият и втората – да възпитавам в ценности. По време на физическата ни изолация разбрах, че те са осъществими само ако се кооперирам с нашите най-важни партньори – родителите. Заедно можем да помогнем на нашите деца да израснат в свят пълен не само с болести, а и с любов. „Пораствайки така, те не ще свършат като възрастни пълни с омраза.“ – свободен цитат по Рене Шпиц (1965).

Изготвил: Валентин Атанасов

