



Национален доклад за пилотно въвеждане на Мобилен психологически кабинет в училище Изводи и препоръки

Фондация „Асоциация Анимус“ – БЪЛГАРИЯ



Партньори

CESIE | www.cesie.org

ΚΜΟΡ | www.kmor.gr

"Hope For Children" CRC Policy Center | uncrcpc.org.cy

Fondazione Centro Studi Villa Montesca | www.montesca.eu

ZRS Koper | www.zrs-kp.si

Фондация „Асоциация Анимус“ | www.animusassociation.org

Автори

Надя Кожухарова

С подкрепата на

Надя Дедова, Маргарита Рафаилова, Соня Пачункова и Александър Степанов



cesie
the world is only one creature



HOPE
For Children



CENTRO STUDI VILLA MONTESCA
FONDAZIONE



animus
association
foundation



**Съфинансирано от
Европейския съюз**

Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Европейската изпълнителна агенция за образование и култура (EACEA). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито EACEA.

Съдържание

1. Въведение	4
2. Мобилен психологически кабинет ПРЕЗАРЕДИ СЕГА	6
2.1 Идея, мотиви и предварителна подготовка	6
2.2 Предварително проучване	10
3. Наблюдения и изводи	11
3.1 Методология за наблюдение и оценка	11
3.2 Потребители на кабинета	12
3.3 Анализ на данните	15
3.3.1 Гледната точка на потребителите	15
3.3.2. Гледната точка на специалистите в кабинета	20
3.3.3 Гледната точка на супервизора	24
3.4 Изводи	26
3.4.1 Какво научихме – затруднения и възможни решения	26
3.4.2 Системни трудности	27
3.4.3 Други пречки при реализацията	27
3.4.4 Положителни резултати и най-добри практики	28
4. Препоръки	29
4.1 Препоръки на ниво политики	29
4.2 Устойчивост на мобилния психологически кабинет	31

1. Въведение

Националният доклад за пилотно въвеждане на Мобилен психологически кабинет в няколко училища в София е разработен в рамките на проект **„ПРЕЗАРЕДИ СЕГА – Превенция на насилието, основано на пола в училищата след локдауна“**, (№. 101049567, съфинансиран от програма "Граждани, равенство, права и ценности" на ЕС). ПРЕЗАРЕДИ СЕГА има за цел да подпомогне благосъстоянието на юношите след периода на изолация и несигурност, причинени от пандемията Covid-19 и нейните последици, които доведоха до увеличаване на случаите на насилие вкъщи и онлайн или в социалния им живот. Проектът обръща специално внимание на насилието, основано на пола, което доминира сред юношите и младежите.

По-конкретно,
проектът има за цел:

Да подпомогне възстановяването на младите хора от затрудненията, възникнали в следствие на мерките срещу пандемията от Covid-19, чрез дейности, които подкрепят тяхното благосъстояние и психично здраве.

Да предотврати насилието, основано на пола, сред младите хора, като подпомогне тяхното психологическо благополучие чрез създаването на достъпна услуга, която лесно може да бъде прилагана в училище. Да пилотира Мобилен психологически кабинет в помощ на ученици, училищен персонал и семейства.

Да повиши капацитета на училището и семейството за превенция на насилието в първите романтични връзки, за идентифициране на случаите на насилие, основано на пола, сред тийнейджърите и младите хора.



Консорциумът по проекта се състои от шест организации: **CESIE** (Италия), **КМОР** (Гърция), **Център за политики „Надежда за децата“** (Кипър), **Центърът за наука и изследвания ZRS Korper** (Словения), **Фондация „Асоциация Анимус“** (България) и **Фондация „Халгартен-Франшети“** учебен център Вила Монтека (Италия).

Докладът представя работата на Мобилния психологически кабинет през периода ноември 2022 г. – юни 2023 г. Кабинетът беше пилотиран благодарение на усилията на „Асоциация Анимус“ в четири училища – 1 СОУ „Пенчо Славейков“, 7 СОУ „Свети Седмочисленици“, 29 СОУ „Кузман Шапкарев“ и 202 ОУ „Христо Ботев“.

Кабинетът се реализира като иновативна, пилотна услуга за общностна работа към **Центъра за обществена подкрепа „Зона заКрила“**, управляван от „Асоциация Анимус“. Представени са добрите практики и изводите от този процес, въз основа на обратните връзки на потребителите на услугата, на психолозите, които я реализираха и на супервизорите им. Докладът предлага също препоръки за експерти и професионалисти в сферата на образованието и социалните услуги и други заинтересовани страни, желаещи да приложат модела на Мобилния психологически кабинет.

2. Мобилен психологически кабинет ПРЕЗАРЕДИ СЕГА

2.1 Идея, мотиви и предварителна подготовка

Пандемията от COVID-19, започнала през 2020 г., задълбочи социалните проблеми в целия ЕС. Децата, пострадаха най-вече заради прекъсването на обучението в училище, социалната изолация, продължителните периоди на престой в затворени семейни условия и липсата на достъпни услуги за подкрепа. Това им се отрази по много начини: увеличи се онлайн тормозът и домашното насилие, психологическият стрес, нарушиха се навиците за хранене, физическа активност, сън и хигиена, настъпиха промени в поведението и намален интересът към училищната работа и към взаимоотношенията с връстниците и т.н. Младите хора от някои маргинализирани среди, които по принцип изпитват затруднения (мигранти, бежанци, етнически и религиозни малцинства, деца с увреждания, ЛГБТКИА+ младежи и т.н.) бяха изложени на още по-висок риск от психологическо страдание в резултат на пандемията. Поради липсата или малкото социални контакти по време на COVID-19, с изключение на общуването с най-близките хора от семейството или дигиталната комуникация, социалните и емоционалните умения на „тийнейджърите от ерата на COVID“ бяха засегнати в ключов момент от развитието им, когато се очаква да създадат своите първи значими връзки с връстници, включително и първи опити за романтични и интимни отношения.

Проектът ПРЕЗАРЕДИ СЕГА тръгва от идеята, че е необходимо да се адресират тези нововъзникнали предизвикателства в резултат от пандемията, които засягат благосъстоянието, психичното здраве и безопасността на децата като цяло, но най-вече са довели до повишено излагане на риск от насилие, включително от насилие, основано на пола, и свързаните с това трудности при създаване на безопасни взаимоотношения. С цел да укрепи съществуващите механизми за психологическа подкрепа за деца и юноши, проектът допринася за предотвратяване и справяне с насилието между тийнейджъри чрез пилотно инсталиране на Мобилни психологически кабинети с в няколко начални и средни училища в София. Кабинетът на ПРЕЗАРЕДИ СЕГА е насочен към:



Деца на възраст 10–16 години, включително деца от маргинализирани общности, които са били непропорционално засегнати от пандемията COVID-19 и свързаните с нея мерки. В тази възраст юношите започват своите първи интимни връзки, и повишаването на осведомеността относно равенството между половете е важно и навременно.



Учители и специалисти в сферата на образованието, чиято роля е да подкрепят младите хора да общуват без насилие, включително и без насилие, основано на пола; да подпомагат учениците да възстановят емоционалното си благополучие; да реагират незабавно при възникване на случаи на насилие между деца.



Семейства, родители и всички възрастни, които полагат грижи за деца, които също са били подложени на натиск по време на Covid-19 и могат да се възползват от това да бъдат подкрепени в ролята си на родители.

Преди създаването на Мобилният кабинет, бяха организирани национални срещи, на които бяха поканени представители на избраните училища (директори, преподаватели, представители на учениците и на родителите), институции в областта на образованието и социалните услуги. Благодарение на тези срещи се създаде пространство, в което да се анализира контекста във всяка страна, да се дискутира необходимостта от допълнителни усилия в подкрепа на психичното здраве на децата в училище и да се постигне единна позиция за това какви трябва да са характеристиките на Мобилните кабинети в отделните държави. В резултат, във всяка държава беше подписан **Протокол за сътрудничество**, който обединява всички участници и определя какви ще са параметрите на работа на Кабинета в училищата, политиките за закрила на детето и възможностите за устойчиво развитие. В България Протоколът беше подписан от директорите на училищата, включени в проекта, на официално събитие, на което присъстваха представители на ключови институции в сферата на образованието и закрилата на детето – МОН, Столична община, Омбудсманът, РИО, УНИЦЕФ.

Преди да стартират дейностите на ПРЕЗАРЕДИ СЕГА в училищата, партньорите проведоха **предварително проучване** сред учениците (виж по-долу 2.2.). Целта беше да се съберат данни, които да дадат повече информация за чувствата и преживяванията на децата по време на пандемията, за нуждата и за достъпа им до услуги за подкрепа в училищата или извън тях. През януари 2023 г. беше публикуван **Сравнителен доклад на изходните данни**, който анализира резултатите, от петте държави – [достъпен тук](#).



Подготвителната фаза включваше също подбор на консултантите в кабинета – професионалистите, които ще осъществяват услугата. Във всяка държава бяха наети минимум трима специалисти (психолози, педагози, социални работници). Те преминаха през едноседмично интензивно обучение. Обучението обхващаше теми като методи и инструменти на работа с деца в училищна възраст и деца, преживяващи емоционални проблеми; оказване на подкрепа за възстановяване на емоционалното благосъстояние и социалните умения на децата и своевременно противодействие в случаи на насилие. Обучението беше специално насочено към напасване на модела на Мобилния кабинет към професионалистите, които ще работят в него. В допълнение, за екипите на кабинетите във всички държави беше организирана супервизия.

Организация на работата на Мобилния психологически кабинет в България

Целта на Мобилният психологически кабинет е да компенсира липсата на достатъчна грижа за психичното здраве и емоционалното благополучие на децата в българските училища. Тъй като услугата е иновативна и пилотна, бяха подбрани четири училища с различен профил с цел да се наблюдават различни фактори, които подпомагат или възпрепятстват работата на Кабинета, а именно:

1-во Средно училище „Пенчо П. Славейков“ (1 СУ)

1-во Средно училище „Пенчо П. Славейков“ (1 СУ), намиращо се в центъра на София. То е едно от най-големите училища и в него учат 1080 деца от 1 до 12 клас. От всеки клас има от 2 до 4 паралелки с около 25 деца във всяка. Има повече момичета, отколкото момчета. В училището учат и деца мигранти. В училището има един училищен психолог с дългогодишна практика.

7-мо Средно училище „Св. Седмочисленици“ (7 СУ),

7-мо Средно училище „Св. Седмочисленици“ (7 СУ), разположено в центъра на София. То също е сред най-големите столични училища и в него учат 1330 деца от 1 до 12 клас. Момичетата са повече от момчетата, има паралелки само с 3–4 момчета. В училището се обучават 19 деца със специални образователни потребности. В училището работи екип от 3 психолога, логопед и ресурсен учител, които предоставят различни форми на емоционална подкрепа за децата.

29-то Средно Училище „Кузман Шапкарев“ (29 СУ)

29-то Средно Училище „Кузман Шапкарев“ (29 СУ), се намира извън центъра на София и има 300 деца от 1 до 12 клас. В училището се обучават деца от различен етнически произход. Училището разполага с психолог, който се занимава с децата със специални образователни потребности, но също така е на разположение да консултира деца и родители по различни въпроси.

202 Основно Училище „Христо Ботев“ (202 ОУ) е

202 Основно Училище „Христо Ботев“ (202 ОУ) е, малко училище в село Пасарел, Софийска област. Там учат 50 деца. Те имат на разположение един психолог, който изпълнява различни функции. Училището е включено в проекта поради високата си мотивация. Идеята е екипът да добие представа доколко подходящ е моделът на Мобилният психологически кабинет за училища в селските райони, където психологическата подкрепа е ограничена.



Преди стартирането на Мобилния психологически кабинет, във всяко училище беше извършена значителна подготвителна работа. Веднага след като беше създаден и обучен¹ екип от четирима консултанти, се проведеха срещи с директорите и училищните психолози. Това даде възможност на екипа да усети атмосферата във всяко училище. Също така бяха проведени допълнителни срещи с училищните психолози, за да се обсъдят по-задълбочено текущите нужди и проблеми на децата и възможностите за емоционална подкрепа.

Беше организирано подходящо **пространство** за Кабинет във всяко училище. Бяха изработени табелки и кутии за анонимна обратна връзка, бяха уточнени и работните графици. Мобилният психологически кабинет беше на разположение за индивидуални консултации по **четири часа седмично** във всяко училище. Екипът беше готов да осигури и повече часове, при наличие на повече заявки. Графикът на мобилния психологически кабинет беше съобразен с училищното разписание във всяко училище. Две от училищата работят на двусменен режим, затова бяха осигурени часове за индивидуално консултиране непосредствено след учебните часове. Груповата работа, по желание на учителите, се провеждаше в допълнение към тези часове през учебния ден.

Бяха положени специални усилия потенциалните потребители на кабинета (ученици, родители и учители) да научат за него. Във всяко училище се поставиха **информационни плакати**, разпространиха се **брошури**, създадоха се **Facebook страници** на кабинета (за всяко училище). Всички материали съдържат QR код или линк, който отвежда до сайта на проекта, където има система за онлайн записване на час. Екипът от психолози беше поканен да посети всички часове на класа и да се представи на учениците. Консултантите имаха възможност да се включат в родителските срещи и да запознаят родителите с Кабинета и достъпа до него. Те присъстваха и на учителските съвети, където мотивираха учителите да насочват деца към услугата, но също така да се обръщат към психолозите за групови интервенции в класа и да ги ползват, за да се консултират по различни въпроси.

Не на последно място беше подготвена **Декларация за информирано съгласие**, чрез която родителите да разрешат на децата си да ползват услугата. Беше им обяснено, че е възможно учениците да посетят кабинета спонтанно или насочени от учител или училищен психолог. След първия разговор, родителите ще бъдат информирани (при спазване на принципа за конфиденциалност) и ще дадат съгласието си детето да продължи да се среща с психолога в Кабинета.

През ноември 2022 г Мобилният кабинет в България стартира във всички четири училища.

2.2 Предварително проучване

За да разберем каква е ситуацията в училищата по отношение на психичното здраве на децата, в началото на проекта беше проведено допитване сред учениците от четирите училища чрез кратък въпросник. Целта беше да се добие информация за това какви чувства, преживявания и емоционални потребности са имали учениците по време на пандемията и дали са имали на разположение достъпни услуги за подкрепа в училищата и извън тях. В допитването участваха общо **266 деца** (65 от 1-во училище, 106 от 7-мо училище, 85 от 29-то училище и 10 от 202-ро училище). Резултатите бяха много информативни.

Резултатите от
него показаха, че:



Повечето от децата от четирите включени в проекта български училища са имали негативни преживявания по време на пандемичния локдаун. Те са изпитали гняв (55%), негативни мисли (65%), самота (50%) и тревожност (49%).

Значителен брой деца (36%) твърдят, че са били свидетели на различни форми на насилие или на насилие, основано на пола, в училище. Между 13% и 19% от всички деца са преживели "понякога", "често" или "много често" тормоз или насилие, основано на пола.

Много малко от учениците са се обърнали за помощ към някой в училище – към учител (7%) и още по-малко към психолог (3%). Над 50% от децата не знаят кой може да им помогне в училище, ако са тъжни, притеснени или са жертви на насилие. Над 80% не са запознати със съществуващите услуги, които могат да предоставят помощ и подкрепа на деца и младежи, претърпели инциденти на насилие или тормоз.

Данните илюстрират сериозната необходимост от **повишаване на възможностите за психологическа подкрепа в училищата и в общността**, за да могат повече деца и семейства да имат достъп до услуги за грижа за психичното им здраве.



3. Наблюдения и изводи

3.1 Методология за наблюдение и оценка

За да бъде наблюдавана работата на Мобилния психологически кабинет, както и за измерване и сравняване на резултатите във всички държави в проекта, беше разработена **Методика за мониторинг и оценка**. Тя включва следните инструменти:

- ✓ Бланки за анонимна обратна връзка на потребителите на индивидуални сесии и на участниците в групови дейности
- ✓ Бланка за проследяване на случай, която се попълва от консултантите в Кабинета
- ✓ SWOT анализ² за консултантите, които работят в Кабинета
- ✓ Обратна връзка от супервизорите

Данните, в следващия раздел, представляват обобщение на информацията от тези инструменти. Те са поверителни и не могат да бъдат приложени към този доклад.

3.2 Потребители на кабинета

**Общо 150 души са се възползвали от проекта
ПРЕЗАРЕДИ СЕГА в България.**

46 деца са се възползвали от мобилния психологически кабинет през учебната 2022/2023г. От тях 19 са момчета и 26 са момичета. Таблицата по-долу показва броя на децата от всяко училище.

Училище (общ брой ученици)	Момчета	Момичета	Други	Общо
1 СУ (1080 ученици)	1	2		3
7 СУ (1330 ученици)		4		4
29 СУ (300 ученици)	4	4		8
202 ОУ (50 ученици)	14	17		31
Общо	19	27		46

Освен това, **88 родители** са се възползвали от Мобилния психологически кабинет, от които 70 са имали индивидуални консултации, а 18 са се включили в семинари за родители. Повече майки (68), отколкото бащи (20) са се възползвали от услугата. Таблицата по-долу показва броя на родителите от всяко училище.

Училище (общ брой ученици)	Момчета	Момичета	Други	Общо
1 СУ (1080 ученици)		2		2
7 СУ (1330 ученици)	10	32		42
29 СУ (300 ученици)	1	1		2
202 ОУ (50 ученици)	9	33		42
Общо	20	68		88

16 учители са се обърнали към Мобилния психологически кабинет. Таблицата по-долу показва броя на учителите от всяко училище.

Училище (общ брой ученици)	Момчета	Момичета	Други	Общо
1 СУ (1080 ученици)		4		4
7 СУ (1330 ученици)		5		5
29 СУ (300 ученици)		3		3
202 ОУ (50 ученици)		4		4
Общо		16		16

За всяко училище общият брой потребители е следният:

1 СУ								
Потребители	Възраст			Пол				Общо
	9-11	12-14	15-18	М	Ж	Друг	N/A	
Деца		2	1	1	2			3
Училищен	4				4			4
Родители	2				2			2
Общо	9							

7 СУ								
Потребители	Age			Gender				Общо
	9-11	12-14	15-18	М	Ж	Друг	N/A	
Деца			4		4			4
Училищен	5				5			5
Родители	42			10	32			42
Общо	51							

29 СУ								
Потребители	Age			Gender				Общо
	9-11	12-14	15-18	М	Ж	Друг	N/A	
Деца	1	3	3	3	4			7
Училищен	3				3			3
Родители	2			1	1			2
Общо	13							

202 ОУ								
Потребители	Age			Gender				Общо
	9-11	12-14	15-18	М	Ж	Друг	N/A	
Деца	14	17		14	17			31
Училищен	4				4			4
Родители	42			9	33			42
Общо	77							

Мобилният психологически кабинет предложи както индивидуални сесии за консултация, така и груповата работа в клас. Основният начин на работа в повечето училища бяха индивидуалните консултации. Само в 202 ОУ предпочитаната форма на работа беше груповата. Поради малкия размер на училището и общността и трудността посещението в Кабинета да стане дискретно, учениците се страхуваха от стигматизация и изолация, ако се срещат с психолог индивидуално. Важно е да се направи разлика между еднократните посещения от любопитство и еднократните посещения поради справяне с проблема в рамките на една консултация. Посещенията от любопитство бяха едва няколко, от деца. Всички останали потребители се обърнаха към

Мобилния психологически кабинет с конкретни заявки, а не за да проучат какво представлява срещата с психолог. Родителите бяха по-склонни да използват еднократни консултации в Кабинета, за да вземат по-бързи решения по конкретен проблем. Децата бяха по-склонни да останат за повече сесии.

Всички дейности – индивидуални и групови сесии, бяха с продължение от **40 минути**, колкото е продължителността на един учебен час. Това беше необходимо, за да се съобрази работата на Мобилния кабинет с училищното разписание.

Освен индивидуалните консултации, Кабинетът реализира в четирите училища следните дейности:

✓ **2 семинара** за родители на деца в ранна юношеска възраст **в 7 СОУ**. Семинарите се фокусираха върху теми като възрастовите кризи на децата в пубертета, и конфликтите с родителите, различни поведенчески проблеми, първите експерименти с алкохол и наркотици, първите сексуални контакти, зависимостта от устройства и онлайн рисковете, промените в настроението, тревожността, стреса, изолацията в тази възраст и др.

✓ В **202 ОУ** се провеждаше редовна групова работа с учениците от 5ти, 6ти и 7ми класове на теми като как да разпознаваме емоциите в себе си и в другите и как да ги управляваме; здравословни стратегии за справяне с различни житейски ситуации; умения за ефективна комуникация и справяне с конфликтни ситуации; изграждане на самочувствие чрез идентифициране на силните страни; опознаване на тялото и как то реагира на различни емоции; какво е кризисна ситуация; използване на вътрешни и външни ресурси за справяне; какво е училищен тормоз и как да го разпознаем; какво е физическа и вербална агресия и как да ѝ противодействаме; определение за психично здраве и др.

✓ В **202 ОУ бяха организирани 4 групови сесии** с родители за подкрепящо и позитивно родителство.

3.3 Анализ на данните

Следващият раздел съдържа анализ на обратната връзка, получена от потребителите и професионалистите от кабинета.

3.3.1 Гледната точка на потребителите

ИНДИВИДУАЛНИ КОНСУЛТАЦИИ

41 потребителя ни предоставиха обратна връзка Уза индивидуалните консултации, от които са се възползвали. Те бяха помолени след приключване на сесиите да попълнят бланката за обратна връзка и да я оставят в специално поставена кутия до вратата на Кабинета. Те имаха свободата да решат дали да го направят и кога да го направят. Повечето от тях предадоха обратна връзка след края на четвъртата сесия.

3.3.2 Service providers' views

Данните по училища са както следва:

1 СУ				
	Добре	Не знам	Зле	Общо
Да разговарям с психолог, за мен беше ...	3			3
	Да	Не знам	Не	Общо
Бихте ли се обърнал/а към психолозите от Кабинета отново при нужда?	3			3
Бихте ли препоръчали Кабинета на Ваш близък?	3			3

7 СУ				
	Добре	Не знам	Зле	Общо
Да разговарям с психолог, за мен беше ...	8	1		9
	Да	Не знам	Не	Общо
Бихте ли се обърнал/а към психолозите от Кабинета отново при нужда?	9			9
Бихте ли препоръчали Кабинета на Ваш близък?	9			9

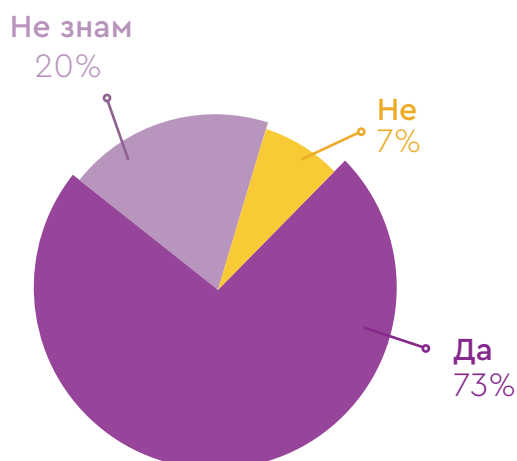
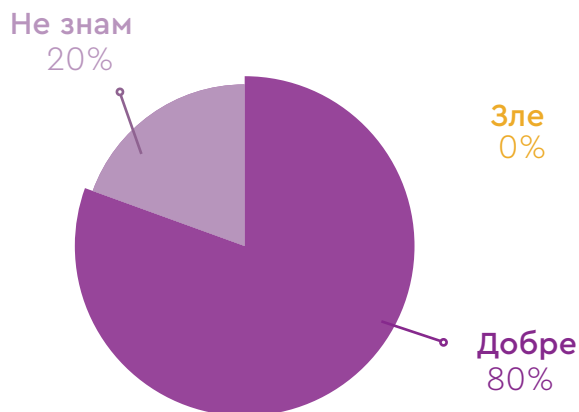
29 СУ				
	Добре	Не знам	Зле	Общо
Да разговарям с психолог, за мен беше ...	5			5
	Да	Не знам	Не	Общо
Бихте ли се обърнал/а към психолозите от Кабинета отново при нужда?	4	1		5
Бихте ли препоръчали Кабинета на Ваш близък?	4	1		5

202 СУ				
	Добре	Не знам	Зле	Общо
Да разговарям с психолог, за мен беше ...	17	7		24
	Да	Не знам	Не	Общо
Бихте ли се обърнал/а към психолозите от Кабинета отново при нужда?	14	7		24
Бихте ли препоръчали Кабинета на Ваш близък?	17	3		24

За всички участващи училища данните са както следва:

Да разговарям с психолог, за мен беше ...

На въпроса “Да разговарям с психолог, за мен беше ...” 80% от потребителите казват, че са се чувствали добре. Споделят, че са се почувствали разбрани, успели са да разкажат своята история, разбрали са какъв е проблемът им, намерили са нови решения и гледни точки, почувствали са, че има кой да ги изслуша, получили са съвет и т.н. 20% имат неопределено мнение. Те казват, че им е трудно да говорят, и че някои въпроси на психолога не са им харесали.

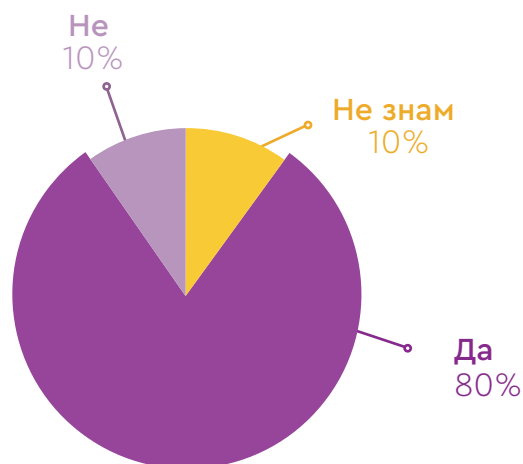


Бихте ли се обърнал/а към психолозите от Кабинета отново при нужда?

По-голямата част от участниците (73%) заявяват, че биха посетили отново психолог от Кабинета. 20% не са сигурни, а 7% не биха потърсили отново психологическа помощ. Последният отговор е даден от най-младите потребители на услугата, които са на възраст 10-11 години.

Бихте ли препоръчали Кабинета на Ваш близък?

80% от анкетираните биха препоръчали услугата на близък човек. Това показва високо ниво на удовлетворение и доверие. Само 10% не са сигурни. 10% не биха препоръчали. Това отново са най-малките потребители на възраст 10-11 години, които явно не се чувстват готови за психологическо консултиране в индивидуален формат.



На въпроса дали има нещо допълнително, което биха искали да споделят или коментират относно Мобилния кабинет, потребителите дадоха следните отговори (информацията е обобщена):

- Благодарност за бързо организираната среща
- Признателност за съответния съвет
- Удовлетворение, че такава услуга е налична в училище
- Много е добре, че услугата е външна за училището, тъй като това гарантира неутралност и конфиденциалност

- Чувство на разбирателство и облекчение
- Харесва им, че могат да потърсят помощ по всяко време
- Харесва им, че могат да изразяват свободно мнението си
- Някои просто са искали да видят какво е да посетят психолог, останали са изненадани, че не е страшно и са провели серия от консултации





3.3.2. Гледната точка на специалистите в кабинета

Анализът на информацията, предоставена от психолозите в кабинета при проследяването на работата по случаите, разкри следните тенденции:

Учениците	Учениците са се възползвали от краткосрочни консултации за около 4 сесии по повод реални проблеми. Единици са децата, които са посетили мобилния психологически кабинет веднъж, за да разберат повече за работата му. Най-често учениците са били насочвани от училищните психолози или учителите поради проблемно или рисково поведение или проблемни взаимоотношения с връстниците. В хода на консултациите преобладаващите теми са били свързани с промяна в отношенията с родителите в юношеството, самота и рискови механизми за справяне, социален натиск, романтични връзки, изолиране и емоционално пренебрегване. Психолозите от мобилния психологически кабинет също са работили върху няколко високорискови случая на тийнейджъри със суицидни мисли и депресивни симптоми в резултат на загуба на значими хора. Работата по три от тези случаи е продължила в специализирания Център за обществена подкрепа на деца, жертви на насилие „Зона заКрила“ към „Асоциация Анимус“ .
Родителите са	Родителите са се интересували най-вече от преживяванията на децата им в училище, липсата на мотивация в учебния процес, отношенията им със съучениците, но също и от трудностите в семейните отношения и как да общуват със своите деца в „трудна“ възраст. Родителите са били консултирани също във връзка с проблеми с адаптацията на децата им към нов клас, проблеми с развитието, нежеланието на децата да посещават училище и притеснения относно академичното представяне. Възникнали са и въпроси, свързани с конфликти между родителите. В 2020У и 7СУ родителите са се включили и в групови занятия относно основни родителски умения като как да се предлага конструктивна обратна връзка на децата, без използване на агресия; как да се разговаря по различни теми "табу" като сексуалност, смърт и др.; как да разбират и приемат различията и трудностите, които децата имат; както и как да търсят психологическа логопедична, педагогическа и социална помощ.
Учителите	Учителите са се обръщали към Мобилният психологически кабинет с въпроси, свързани с взаимоотношенията между учениците в класната стая, случаи на тормоз в училище, предизвикателства в отношенията учител-ученик, работа с "трудни" родители. Учителите са били консултирани и по повод конкретни деца с проблемно поведение. Някои от затрудненията, които са тревожили учителите, са били свързани с умората и прегарянето поради претоварване или лични проблеми в семействата им.

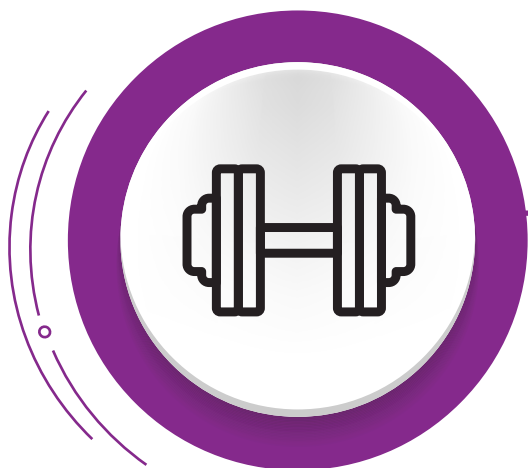
Според психолозите в Кабинета, той е улеснил достъпа до психологическа подкрепа за **учениците**, поради това, че тяхната поверителност е била гарантирана. Децата са се чувствали по-комфортно да говорят с някой, който не принадлежи към училищната система. Те са били спокойни, когато разговарят с приятелски настроен възрастен, тъй като у дома родителите им са твърде заети, за да обърнат внимание на емоционалните им проблеми. Мобилният психологически кабинет е бил разпознат от учениците като място, където те свободно могат да споделят тревоги, свързани с техните съученици, родители и учители. Учениците са споделили, че им е било неудобно да говорят по тези теми с училищните психолози, тъй като ги приемат като част от училищната система.

Повечето **родители** са приели Мобилният психологически кабинет като място, където могат да получат подкрепа по въпроси, свързани основно с академичните трудности на децата им, като проблеми с концентрацията, липса на мотивация за училище, намалена академична успеваемост, както и как да подкрепят детето си в учебния процес. Други родители са потърсили помощ за конкретни ситуации, свързани с проблемно поведение. Родителите са били консултирани как да подобрят комуникацията с децата си и как да разговарят с тях на теми „табу“ (като смъртта и секса). Родителите също са споделили своите преживявания на вина, гняв и безпомощност и са се почувствали подкрепени в ролята си на родител. По-голямата част от родителите не са били склонни да се ангажират с дългосрочна работа върху проблемите, които споделят.

Мобилният психологически кабинет е осигурил и безопасно пространство за **учителите**, където те могат да говорят за своята несигурност и страхове, свързани с професионалната им роля, нещо, което рядко се предоставя за тях в училище. Те са могли спокойно да споделят с външен експерт проблемите си както в класната стая, така и в семействата си. Повечето учители са споделили, че се притесняват да говорят с някого от училище за професионалните си проблеми, тъй като могат да изглеждат некомпетентни или личните им проблеми да стигнат до колегите или директора на училището. Мобилният психологически кабинет е дал шанс на учителите да получат психологическа подкрепа по повод професионални и лични затруднения.

Ученици, учители и родители са се чувствали комфортно по време на сесиите с психолозите в Мобилния психологически кабинет. В началото някои от децата са се притеснявали от наличието на видеокамера в едно от училищата или от неудобните условия в друго. С напредването на работата те постепенно са се успокоили и са изградили отношения на доверие с консултантите. Те са се възползвали от възможността да изразят своите трудности и емоции и са успели с помощта на психолозите да помислят как и какво могат да променят. Някои от клиентите на Мобилния психологически кабинет са пожелали да работят по теми, различни от първоначално заявените. Това може да се счита като знак за положителна обратна връзка. Работата по случаите, насочени към услугите на "Асоциация Анимус" продължи и след края на учебната година.

Като се вземат предвид различните **видове дейности**, предложени в четирите училища в България, и **типологията на случаите**, които са се възползвали от кабинета, както и въз основа на цялостния анализ на работата на Кабинета, се изготви следният SWOT анализ:



Силни страни (вътрешни предимства)

Мобилният психологически кабинет е изграден върху практиката и опита на "Асоциация Анимус" в предоставянето на услуги за деца и семейства в риск.

Психолозите, работещи в Мобилният психологически кабинет, са сред най-добрите професионалисти в областта.

Екипът е мотивиран да приложи знанията си в различен контекст.

Предлага се редовна супервизия.

Силна екипна работа.

Екипът преминава през допълнителни обучения по различни теми като: „Работа с родители“; „Семейство и училище“ „Суицидно поведение“, „Хранителни разстройства“ и др.

Слаби страни (вътрешни ограничения)

Трудност при напасване на графика на Кабинет към работата в другите програми на "Асоциация Анимус".

Нужна е бърза адаптация към нов начин на работа, при който липсва предварително обсъждане на случая и предварителни насоки от колегите.

За повечето случаи липсва предварителна информация.

Трудности и технически проблеми с електронната система за записване на час.

Претоварване с работа.

Разочарование, че в някои от училищата часовете не са запълнени и психолозите седят и чакат сами в Кабинета. Чувство за безполезност и че психологическата работа не се оценява.

Работата в нов формат и с нов тип клиенти носи различни субективни преживявания за консултантите като тревожност, напрежение, стрес, объркване.





Възможности (външни предимства)

Възможност за промяна на отношението към психичното здраве сред учениците.

Предоставяне на достъпни професионални услуги в училищата.

Подкрепа и признание от училищните ръководства в някои училища.

Установяване на професионални контакти с нови колеги, училищните психолози. Научаване повече за тяхната работа.

Добра комуникация с училищните психолози.

Изграждане на устойчиви партньорства с някои от училищата.

Повече хора (родители и учители от всички училища) научават за "Асоциация Анимус" и услугите, които предоставя.

Повече деца (ученици от всички училища) научават за "Асоциация Анимус" и услугите, които предоставяме.

Развиване на професионалната репутация на „Асоциация Анимус“.

Повече хора могат да разберат какво представлява психологическото консултиране и намаляване на стигмата по отношение на психологическата работа.

Заплахи (външни ограничения)

Съпротива срещу допускането на външни експерти в училището.

Мобилният психологически кабинет не е приоритет за училищата.

Съпротива от страна на училищата да се включват в нови дейности, особено такива, свързани с психичното здраве.

Някои родители имат страхове и предразсъдъци по отношение на дейностите, осъществявани от НПО.

Думата "джендър" в заглавието на платформата предизвиква негативни реакции от страна на някои родители, тъй като в България тя има силно негативна конотация. Училищните директори и учители са много предпазливи при употребата ѝ, тъй като биха искали да избегнат конфликти с родителите.

Интерес към услугата проявяват повече възрастни (родители и учители), отколкото деца.

В същото време те не разбират напълно работата на Кабинета. Някои родители настояват децата да се срещнат с психолог насила. Други родители не са съгласни децата им да се срещат с психолог, независимо от техните нужди.

Учителите насочват учениците към Кабинета като наказание за лошо поведение.

Липса на време за групова работа с учениците, поради заетостта на учебната им програма.

Училищата са препълнени и не разполагат с подходящо пространство, което да предоставят на Кабинета.

Риск от конкуренция или припокриване с работата на училищните психолози.

Твърде високи очаквания към Кабинета за бърз ефект върху подобряването на училищната дисциплина и академичните резултати.



3.3.3 Гледната точка на супервизора

Всяка седмица бяха организирани групови супервизии за екипа от психолози, които работят в Мобилния кабинет. Всяка супервизия беше с продължителност 90 минути, по време на които консултантите имаха възможност да обсъждат клиничната си работа и груповите си интервенции в училищата, но също така и въпроси, свързани с организацията на услугата.

Бяха дискутирани следните въпроси, свързани с работата на Мобилния психологически кабинет:

По отношение на предоставянето на услугата:

- Работа със суицидни юноши
- Комуникация със системата за "Закрила на детето"
- Девиантно поведение при юноши
- Трудности на учителите да организират учебния процес, да установят правила в класната стая, да мотивират учениците
- Комуникация с родителите

По отношение на методологията:

- Краткосрочната терапия от 4 сесии като консултативен метод за работа с юноши.
- Организация на анонимна обратна връзка

Организационни въпроси:

- Справяне с поверителността в училищния контекст
- Неподходящи помещения за Кабинета
- Недоверие и липса на съдействие от страна на училищните ръководства;
- Ограничен достъп до класовете

Заклучения и препоръки във връзка със супервизията

Супервизията е професионален стандарт в психологическото консултиране. Доколкото услугата е иновативна, голяма част от усилията бяха посветени на установяването ѝ в училищна среда. По тази причина супервизията не включваше само пряката работа с клиенти. Важна част от нея бяха методологическите и организационни въпроси, които оказваха влияние върху клиничната работа.

Супервизията е много важна, когато се създава нова услуга в извънклиничен контекст. Благодарение на супервизията професионалните стандарти бяха осигурени във възможно най-голяма степен. Бяха набелязани най-добрите решения за преодоляване на пречките и за да се отговори на професионалните изисквания.





3.4 Изводи

3.4.1 Какво научихме – затруднения и възможни решения

Мобилният психологически кабинет е иновативна, лесно приложима и много подходяща услуга за българските училища. Тя надгражда съществуващата психологическа подкрепа и допълва работата на училищните психолози. Услугата е най-вече полезна за училища, в които няма достатъчно психологическа подкрепа. Това могат да бъдат, от една страна, училища с много ученици (над 1000), а от друга страна, могат да бъдат училища в по-изолирани региони, където липсва компетентен психологически персонал.

Подкрепа от страна на училищните ръководства, които считат емоционалното благополучие на учениците за приоритет. Успехът на Мобилния психологически кабинет зависи до голяма степен от училищните ръководства и тяхното отношение към психичното здраве на децата. Там, където на тези въпроси не се обръща достатъчно внимание, Кабинетът може да срещне трудности да намери подходящо място в училищния живот и да бъде добре популяризиран сред децата, учителите и родителите. Всички директори на училища твърдят, че емоционалното благополучие на учениците е важен въпрос за тях, но не всички са склонни да положат конкретни усилия и да поемат отговорност да идентифицират и да се погрижат емоционалните нужди на децата. За да работи добре мобилният психологически кабинет, е необходима пълна подкрепа, отлична комуникация и координация с училищните ръководства.

Популяризиране на услугата сред всички възможни потребители - ученици, родители и учители. Това трябва да се прави систематично, като се използват различни канали на комуникация. Доброто популяризиране на мобилния психологически кабинет сред различните групи на потенциални потребители беше осигурено чрез разпространение на плакати, брошури, информация в електронните системи на училищата, присъствие на родителски срещи и учителски съвети. Това се оказва ключов фактор за осигуряването на достъп до услугата. Присъствието на Мобилния психологически кабинет в училището следва да се обявява редовно. За децата най-ефективните канали за комуникация са интерактивните събития (като например Фестивалът на психичното здраве, който беше проведен в края на учебната година), които ги въвеждат в емоционални и преживелищни дейности по въпросите на психичното здраве. За родителите включването на консултантите от Кабинета в родителските срещи е много полезно, защото могат да зададат въпроси и да получат необходимата им информация. За учителите е важно, че Мобилният психологически кабинет е видим и достъпен и може да се отзовава бързо на техните искания.

Не на последно място, **сътрудничеството с училищните психолози** е много важно, тъй като голяма част от насочванията идват от тях.

3.4.2 Системни трудности

Идентифицирахме следните системни трудности:

- ✓ Грижата за психичното здраве и благополучие на учениците не е приоритет в българската образователна система.
- ✓ Повечето училища смятат, че работата на училищните психолози е достатъчна, въпреки че те са ангажирани с различни дейности и разполагат с много ограничено време за реална психологическа работа – консултации и групови интервенции.
- ✓ Училищата са твърде заети с други допълнителни дейности и проекти и не винаги посрещат с ентузиазъм Мобилният психологически кабинет.
- ✓ Училищата са пренаселени и не могат да предложат подходящи пространства за индивидуално консултиране, което да отговаря на критериите за поверителност и спокойствие, или подходящи пространства за групова работа извън класната стая. В това отношение трябваше да направим компромиси и да работим в рамките на възможните предоставени условия.
- ✓ Липсва бюджет за повече психологическа работа в училищата.

3.4.3 Други пречки при реализацията

- ✓ Училищните ръководства са много предпазливи по отношение на допускането на външни експерти в училище.
- ✓ Джендър терминологията и всички въпроси, свързани с половото и сексуалното образование, правят родителите и учителите изключително подозрителни.
- ✓ Учениците или не могат да идентифицират или пренебрегват емоционалните си проблеми; емоционалната им култура е доста ниска; много от тях не знаят при какви обстоятелства могат да разчитат на помощта на психолог.
- ✓ Сред учениците съществуват негативни нагласи, срам и страхове по отношение на психологическата помощ.

3.4.4 Положителни резултати и най-добри практики

✓ В **4 училища** беше създаден и пилотиран Мобилен психологически кабинет като иновативна услуга, допринасяща за психичното здраве и емоционалното благополучие на учениците след кризата от COVID-19

✓ За периода ноември 2022 – юни 2023 **46 ученика, 88 родителя и 16 учителя** получиха подкрепа чрез индивидуални и групови сесии.

✓ **Предварителното проучване** с 266 ученика потвърди трудностите им по време и след епидемията от COVID-19, преживяванията им, свързани с тормоз в училище, включително насилие, основано на пола, и липсата на компетентност по отношение на достъпа до психологическата подкрепа. То послужи като доказателство за необходимостта от допълнителна психологическа подкрепа в училищата.

✓ **Фестивалът на психичното здраве** популяризира по интересен и забавен начин Мобилния психологически кабинет сред учениците. Това беше най-подходящият комуникационен канал, насочен към тях. Посланията на фестивала достигнаха до 610 ученици.

✓ Членовете на **Младежкия консултативен съвет**, съставен от ученици от горен курс от четирите училища, изиграха ролята на посланици на Мобилния кабинет във всяко училище.

✓ Присъствието по време на **родителските срещи** беше възможност за родителите да преодолеят предразсъдъците си, да получат повече информация и да се запознаят лично с консултантите.

✓ Мобилния психологически кабинет беше гъвкав и предлагаше **различни форми** на подкрепа в различните училища. Индивидуалните консултативни сесии бяха предпочитани в училищата в София, а груповата работа – в училището в малката община близо до София.

✓ Мобилният психологически кабинет запълни липсата на емоционална подкрепа за **учителите** в училищата, като им осигури специализирана помощ, която по принцип не съществува или е крайно ограничена за тях.



4. Препоръки

4.1 Препоръки на ниво политики

Въз основа на опита, придобит в изпълнението на проекта ПРЕЗАРЕДИ СЕГА, предлагаме 12 препоръки за реализиране на Мобилен психологически кабинет в училище. Препоръките са насочени към институциите и лицата, вземащи решения, за подобряване на състоянието на психичното здраве и емоционалното благополучие на децата, в училищата:

Мобилния психологически кабинет може да се предлага от Центровете за обществена подкрепа като общодостъпна социална услуга, общностна работа³ в училищата, в които няма достатъчно или липсват квалифицирани училищни психолози.

Препоръчително е да се проведе предварително проучване върху психичното здраве и емоционалното благополучие на учениците, потребностите им от психологическа подкрепа и наличните в училището възможности за нейното предоставяне. Уверени сме, че такова проучване ще послужи като доказателство за необходимостта от допълнителна психологическа подкрепа в училищата.

Необходима е предварителна работа с директорите на училищата и училищните психолози, за да стане ясно как училището може да се възползва от Мобилен психологически кабинет и как той ще подпомогне децата, родителите и учителите. Училищните власти трябва да се уверят, че от тях не се изискват съществени усилия, освен да осигурят място за кабинета, да го популяризират в училището и да осигурят достъп на учениците до услугата.

Подписване на Протокол за сътрудничество, в който се посочват задълженията на двете страни, за да се гарантират професионалните принципи и стандарти в работата на Мобилният психологически кабинет и спазването на съответното законодателство.

Осигуряване на лесна и анонимна система за онлайн записване на час.

3 “Общностна работа” по чл. 15, т. 3 от Закона за социалните услуги е съвкупност от дейности, които се осъществяват в уязвими общности или групи, насочена към превенция и защита, както и към стимулиране на общностното развитие.

Активно популяризиране на Мобилния психологически кабинет сред всички групи, потенциални бенефициенти – ученици, учители и родители.

За учениците – посетете часовете на класа, предложете различни кратки интерактивни дейности на теми, свързани с психично здраве, насилие, основано на пола, и т.н., които ще ангажират учениците и ще ги запознаят с работата на психологическия кабинет. Обяснете как могат да си запишат час. Уверете учениците, че уважавате поверителността им. Обяснете кога и при какви обстоятелства родителите ще бъдат информирани от психолога.

За родителите – включете се в родителските срещи. Отговорете на всички въпроси. Обяснете защо е важно децата да имат свободен достъп до кабинета. Уверете родителите, че ще научат за всички важни неща, засягащи децата им. Обяснете, че те също могат да бъдат консултирани по въпроси, свързани с децата им или с ролята им на родители. Обяснете на родителите как ще предоставят своето съгласие децата им да посещават Кабинета.

За учителите – присъединете се към учителските съвети и информирайте всички учители в училището за услугите, предоставяни от Мобилния психологически кабинет. Обяснете как могат да насочват децата към него. Обяснете кога учителите могат да се срещнат с психолог, за да обсъдят професионалната си работа. Дайте идеи за различни теми.

Привлечете млади хора, ученици и учители, които да ви съветват за работата на мобилния психологически кабинет и да бъдат негови посланици в училище (Младежки консултативен съвет).

Ясно очертайте границите на възможностите си, така че да не се припокриват с работата на училищните психолози. Изяснете кои случаи ще бъдат насочвани към Кабинета. Поддържайте добро професионално сътрудничество с училищните психолози. Добър пример за това е организирането на съвместен клиничен семинар на всеки 1–2 месеца.

Грижете се за пространството на Мобилния психологически кабинет. То трябва да отговаря на професионалните стандарти, на изискванията за конфиденциалност и да е подходящо за лични разговори и споделяне. Класните стаи не са удобни за тази цел. Въпреки че се намира в училище, Кабинетът трябва да се отличава от училищната среда.

Необходима е повече от една учебна година, за да може Мобилният психологически кабинет да се утвърди като устойчива практика в училищата и потребителите да свикнат с присъствието му.

Необходима е постоянна реклама на Мобилния психологически кабинет чрез всички възможни канали като онлайн системата на училището, участие в родителски и учителски срещи и часове на класа и чрез организиране на извънкласни събития.

Уверете се, че разполагате с добра мрежа от партньори и услуги, към които можете да насочите случаи, които се нуждаят от по-интензивна и дългосрочна работа.

4.2 Устойчивост на мобилния психологически кабинет

Устойчивото функциониране на Мобилния психологически кабинет след приключването на проекта може да бъде осигурено по няколко начина:

✓ Благодарение на добре установеното сътрудничество между "Асоциация Анимус" и избраните училища, мобилният психологически кабинет ще може да продължи да работи в тях като форма на общодостъпна услуга. Услугите за деца и родители, предоставяни от „Асоциация Анимус“, се финансират от Столична община. Мобилният психологически кабинет ще бъде предложен за финансиране като част от услугите, предоставяни от Център за обществена подкрепа „Зона заКрила“.

✓ Мобилният психологически кабинет е лесна и достъпна практика, особено там, където няма достатъчно психолози, работещи с деца и семейства. Тя може да се прилага от Центровете за обществена подкрепа по места. Понастоящем такива мобилни услуги съществуват само за деца с увреждания. Въз основа на добрата практика на Мобилният психологически кабинет, тези услуги могат лесно да бъдат разширени и да станат достъпни за всички деца.



REBOOT



thegendertalk.eu



cesie
the world is only one creature



HOPE
For Children



animus
association
foundation



**Съфинансирано от
Европейския съюз**

Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Европейската изпълнителна агенция за образование и култура (EACEA). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито EACEA.