

ПЕРВИЧНАЯ ПРОФИЛАКТИКА  
СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ

# 5 ШАГОВ ПОМОЩИ РЕБЕНКУ

алгоритм помощи ребенку и семье  
для образовательных организаций



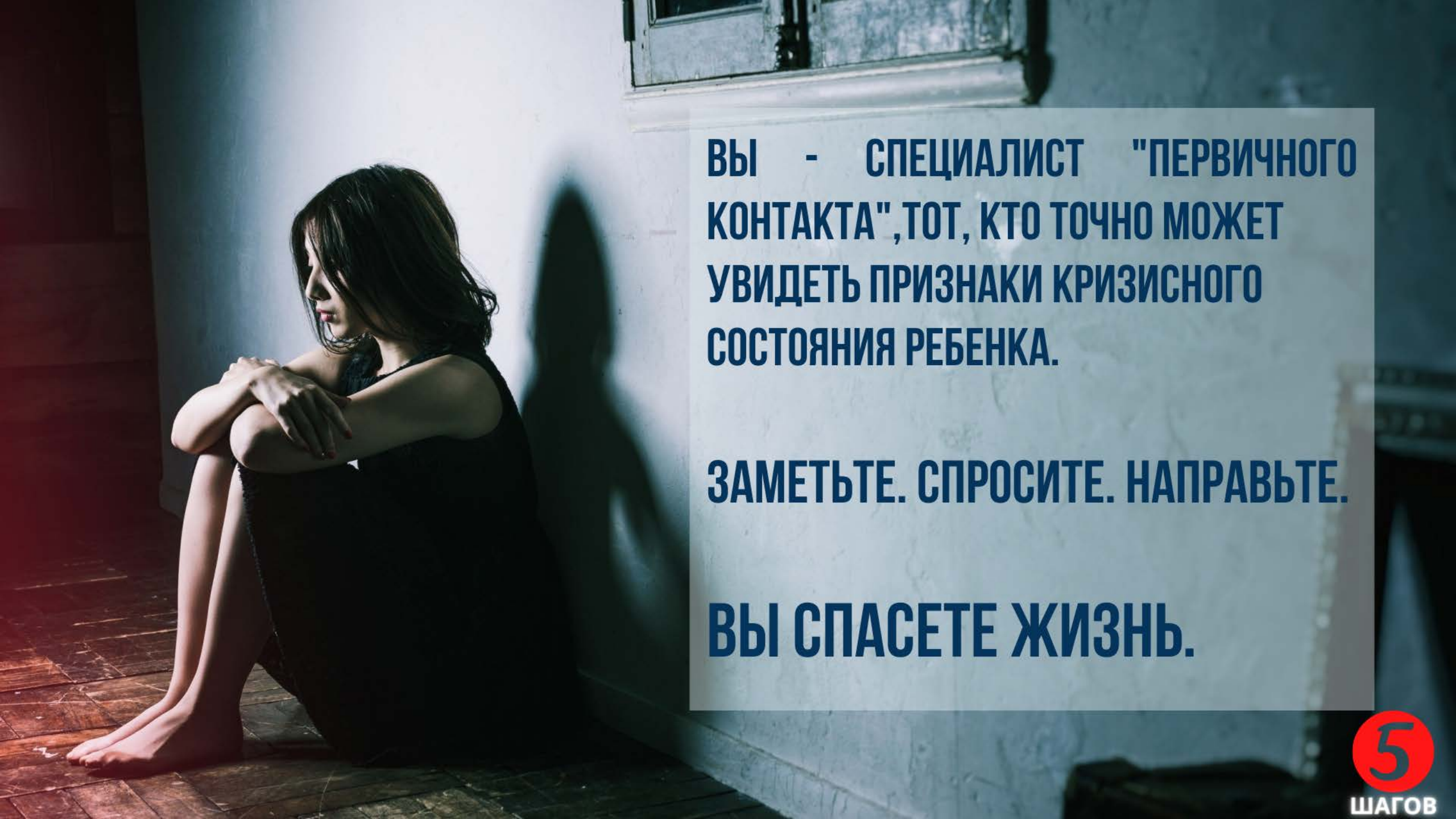
**ОТ КАЖДОГО ИЗ НАС  
ЗАВИСИТ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ  
БЛАГОПОЛУЧИЕ НАШИХ ДЕТЕЙ**

**ПОМОГИТЕ НАШИМ ДЕТЯМ  
СКАЗАТЬ ЖИЗНИ УВЕРЕННОЕ "ДА"!**

**ПРЕДОТВРАТИТЕ СУИЦИД**



**ШАГОВ**



**ВЫ - СПЕЦИАЛИСТ "ПЕРВИЧНОГО  
КОНТАКТА", ТОТ, КТО ТОЧНО МОЖЕТ  
УВИДЕТЬ ПРИЗНАКИ КРИЗИСНОГО  
СОСТОЯНИЯ РЕБЕНКА.**

**ЗАМЕТЬТЕ. СПРОСИТЕ. НАПРАВЬТЕ.**

**ВЫ СПАСЕТЕ ЖИЗНЬ.**



**ШАГОВ**



1

Увидеть тех,  
кому нужна  
помощь  
прямо сейчас



2

Информировать  
родителей о  
проблеме



3

Убедить  
обратиться  
за помощью



4

Поддержать  
ребенка  
и семью



5

Работать  
на  
предупреждение



# Увидеть тех, кому нужна помощь прямо сейчас



**Кто может заметить кризисное состояние  
ребенка?**

Педагог, знакомый с **маркерами кризисного  
состояния** у детей и подростков.

**Это должен знать каждый работник школы!**



# МАРКЕРЫ КРИЗИСНОГО СОСТОЯНИЯ У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ



**Необычное поведение:** импульсивное или апатичное, агрессивное, рискованное, несущее опасность для ребенка и/или окружающих, несвойственное ранее ребенку.



**Опасные утверждения:** "Мне нельзя помочь", "Не хочу больше жить", "Я больше не буду ни для кого проблемой", сообщения о решении покончить с собой и т.п.



**Плохое настроение:** подавленное, тоскливое, угрюмое, неустойчивое - то радость, то отчаяние.



**Тяжелые чувства:** отчаяние, страх, безнадежность, беспомощность, одиночество, оставленность.



**Трудности в обучении:** снижение успеваемости, пропуски уроков, потеря интереса к предметам, которые раньше нравились.



**Необычные интересы -** тема смерти, способы совершения самоубийства, места и обстоятельства, личные истории тех, кто совершил самоубийство.



Школа в законе

11 фев в 09:46

Ахахах, что??



1.6K 27 77 23K



павук  
5 апр в 20:02



1.4K 47 57 21K



павук  
4 апр в 20:43

← Страница

Слева - 160/55  
Справа - 172/50  
Анон



921 35 51 16K



худые демоны  
20 апр в 18:43

175/54  
парень



Настораживающий контент аккаунта в соцсетях



Вы заметили признаки кризисного состояния у ребенка. Что делать дальше?



**Сообщите** об этом заместителю директора по ВР, классному руководителю, педагогу-психологу. Вместе вам нужно **прояснить ситуацию** - собрать информацию, **побеседовать с ребенком**, чтобы понять насколько проблемно его состояние.

Ребенок расстроен, растерян, подавлен?  
Не откладывайте беседу.






**Окажите ребенку эмоциональную поддержку** и **проясните его намерения** прямо сейчас.  
Не оставляйте его одного!










# Как оказать эмоциональную поддержку? Важные условия

 ДА

-  Найдите для беседы с ребенком место, где вас не потревожат, где не будет других людей.
-  Пригласите ребенка на беседу лично.
-  Организуйте встречу с ребенком так, чтобы ее никто не прерывал, уделите ребенку все ваше внимание.
-  Держитесь в разговоре с ребенком спокойно, доброжелательно, уверенно.
-  Дайте ребенку высказаться, выразить свои чувства.

 НЕТ

-  Не приглашайте ребенка на беседу через третьих лиц.
-  Не начинайте беседу с ребенком в людном месте.
-  Не отвлекайтесь в ходе разговора на звонки, сообщения в мессенджерах.
-  Не читайте ребенку нотаций, не делайте замечаний в ходе беседы.
-  Не прерывайте речь ребенка, не спешите с вопросами.

# Структура разговора и примеры фраз для первичного прояснения намерений и оказания эмоциональной поддержки

1. **Начало разговора:** «Мне показалось, что в последнее время ты выглядишь расстроенным, у тебя что-то случилось?»;
2. **Прояснение намерений:** «Бывало ли тебе так тяжело, что хотелось, чтобы это все поскорее закончилось?»
3. **Активное слушание.** Пересказать то, что собеседник рассказал вам, чтобы он убедился, что вы действительно поняли суть услышанного и ничего не пропустили : «Правильно ли я понял(а), что ...?»
4. **Расширение перспективы:** «Давай подумаем, какие могут быть выходы из этой ситуации? Как ты раньше справлялся с трудностями? Чтобы ты сказал, если бы на твоём месте был твой друг?»
5. **Нормализация, вселение надежды:** "Иногда мы все чувствуем себя подавленными, неспособными что-либо изменить, но потом это состояние проходит".

# ПРИМЕРЫ ВЕДЕНИЯ ДИАЛОГА С РЕБЕНКОМ, НАХОДЯЩИМСЯ В КРИЗИСНОМ СОСТОЯНИИ

1. ЕСЛИ ВЫ СЛЫШИТЕ: «Ненавижу учебу, школу и т.п.»,

СПРОСИТЕ: «Что именно тебя раздражает?» «Что ты хочешь сделать, когда это чувствуешь?...».

НЕ ГОВОРИТЕ: «Когда я был в твоём возрасте...Учиться - твоя обязанность...Все учатся и ничего!»

2. ЕСЛИ ВЫ СЛЫШИТЕ: «Все кажется таким безнадежным...»,

СКАЖИТЕ: «Иногда все мы чувствуем себя подавленными. Давай подумаем, какие есть проблемы, и какую из них надо решить в первую очередь».

НЕ ГОВОРИТЕ: «Подумай лучше о тех, кому еще хуже, чем тебе...С чего бы это?...Как это может быть в твоём возрасте?».

3. ЕСЛИ ВЫ СЛЫШИТЕ: «Всем было бы лучше без меня!»,

СПРОСИТЕ: «Кому именно?», «На кого ты обижен?», «Я беспокоюсь о тебе, меня тревожит твое настроение. Скажи мне, что происходит».

НЕ ГОВОРИТЕ: «Не говори глупостей. Это ерунда. Не думай так».

# ПРИМЕРЫ ВЕДЕНИЯ ДИАЛОГА С РЕБЕНКОМ, НАХОДЯЩИМСЯ В КРИЗИСНОМ СОСТОЯНИИ

4. ЕСЛИ ВЫ СЛЫШИТЕ: «Вы не понимаете меня!»,

СПРОСИТЕ: «Что я сейчас должен понять? Я действительно хочу это знать».

НЕ ГОВОРИТЕ: «С чего ты взял?...Тут и понимать нечего...Вас подростков разве можно понять?»

5. ЕСЛИ ВЫ СЛЫШИТЕ: «Я совершил ужасный поступок...»,

СКАЖИТЕ: «Давай сядем и поговорим об этом».

НЕ ГОВОРИТЕ: «Что посеешь, то и пожнешь!...Я тебя предупреждал...Надо было думать раньше».

6. ЕСЛИ ВЫ СЛЫШИТЕ: «А если у меня не получится?»,

СКАЖИТЕ: «Если не получится, ничего страшного. Мы вместе подумаем, почему не получилось в этот раз, и что можно сделать, чтобы получилось в следующий».

НЕ ГОВОРИТЕ: «Если не получится, значит ты недостаточно постарался!»



# Увидеть тех, кому нужна помощь прямо сейчас



Как увидеть всех, кому нужна помощь?

У вас есть **социально-психологическое тестирование**.

У вас есть **методика выявления обучающихся с отклоняющимся поведением**.

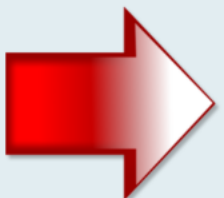
У педагога-психолога есть **психодиагностические методики**, направленные на выявление признаков кризисного состояния.



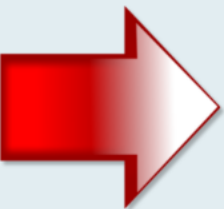
## Мотивируйте на прохождение социально-психологического тестирования (информация для родителей)



Цель – **выявить рискогенные социально-психологические условия.**



СПТ является **опросом мнений** и не оценивает самих детей. Дети оценивают социально-психологические условия, в которых находятся.



**Персональные результаты доступны только трем лицам:** родителю, ребенку, педагогу-психологу.

# ТАК ВИДИТ РЕЗУЛЬТАТЫ ДИРЕКТОР ШКОЛЫ

## Оценка провоцирования к аддиктивному поведению

Код	Достоверность	Факторы риска								Факторы защиты			Оценка готовности к первой пробе		Группа «риска»	
		Потребность в одобрении	Подвер. влиянию группы	Принятие асоциальных установок	Склонность к риску	Импульсивность	Тревожность	Принятие родителями	Принятие однокл.	Соц активность	Само контроль	Факторы риска	Факторы защиты	Провоц. к аддикции	Готовность к 1 пробе	
8272-D7D1	+	68,33	56,67	86,67	86,67	16,67	20	83,33	80	80	86,67	56,14	82,61			
907E-805A	+	30	80	60	90	70	83,33	76,67	73,33	70	40	66,67	69,57			
98FB-3A3D	+	40	36,67	70	96,67	76,67	36,67	36,67	70	83,33	66,67	56,14	57,97			
9B5D-509B	+	66,67	46,67	56,67	36,67	30	60	86,67	83,33	83,33	66,67	45,61	85,51			
<b>A630-F806</b>	<b>+</b>	<b>31,67</b>	<b>66,67</b>	<b>76,67</b>	<b>83,33</b>	<b>86,67</b>	<b>73,33</b>	<b>50</b>	<b>6,67</b>	<b>56,67</b>	<b>46,6</b>	<b>70,18</b>	<b>34,78</b>			
AC5D-1CA8	+	56,67	33,33	90	100	73,33	50	83,33	66,67	83,33	76,67	66,67	82,61			
B116-8594	+	36,67	20	56,67	63,33	40	30	90	36,67	90	53,33	39,47	69,57			
B3F7-AAD0	+	20	70	50	60	56,67	76,67	50	90	53,33	36,67	49,12	65,22			
BA16-351A	+	56,67	43,33	56,67	26,67	66,67	20	26,67	70	73,33	76,67	44,74	56,52			
BCD1-FE75	+	33,33	40	43,33	40	63,33	63,33	60	53,33	66,67	66,67	44,74	60,87			
<b>86f1-76db</b>	<b>+</b>	<b>50</b>	<b>66,67</b>	<b>90</b>	<b>86,67</b>	<b>70</b>	<b>60</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>46,67</b>	<b>60</b>	<b>66,67</b>	<b>52,17</b>			
BE63-2CBF	+	46,67	40	83,33	80	33,33	46,67	56,67	53,33	76,67	90	54,39	72,46			

# ВКЛЮЧЕН ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ БЛОК ПО ВЫЯВЛЕНИЮ ДЕВИАЦИЙ

Оценка провоцирования к аддиктивному поведению (Итог 1)						Оценка готовности к первой пробе (Итог 2)		Итог СПТ			Региональный компонент (2021)			
Факторы риска				Факторы защиты		Факторы риска	Факторы защиты	Итог 1	Итог 2	Повышенная вероятность вовлечения	Аутодеструктивное поведение			
Склонность к риску	Импульсивность	Тревожность	Фрустрация	Принятие родит	Принятие одноклас						Ауто агрессия	Депрессия	Враждебность	Итог АП (3)
50	26,67	40	40	46,67	73,33	33,33	62,32				20	6,67	6,67	25
3,33	16,67	23,33	40	63,33	63,33	32,46	73,91				0	0	0	25
10	6,67	16,67	10	93,33	56,67	24,56	82,61				13,33	20	0	12,5
80	33,33	63,33	70	0	66,67	28,95	85,51				70	66,67	6,67	87,5
23,33	30	40	16,67	96,67	100	36,84	91,3				3,33	6,67	6,67	0
56,67	33,33	53,33	50	60	50	52,63	60,87	риск	риск	явный	53,33	33,33	20	75
53,33	13,33	30	13,33	66,67	96,67	42,11	84,06				40	13,33	0	37,5
20	60	86,67	80	23,33	30	43,86	40,58	риск	риск	явный	70	60	26,67	87,5
60	10	10	10	100	100	42,11	95,65				10	0	0	12,5
13,33	16,67	23,33	10	100	86,67	28,95	85,51				10	0	0	0

Это таблица каждого куратора СПТ → посмотреть интерактивную подсказку в кабинете – нормы и шкалы



# Алгоритм использования результатов СПТ при первичной неспецифической профилактике асоциальных явлений

Определите объем, состав и расположение группы риска.

Сопоставьте результаты СПТ с результатами других исследований (наблюдений, тестов).

Проинформируйте о рисках руководителя и педагогический коллектив.

Проведите корректировку плана профилактической работы с учетом полученных результатов.

Проведите запланированную профилактическую и коррекционную работу.

Оцените результативность профилактической работы



## Информировать родителей о проблеме

2

Вы собрали сведения о ребенке  
и убедились, что он находится в  
кризисном состоянии?

Сообщите об этом его родителям  
как можно быстрее!



# Кризисное состояние ребенка. Неотложные действия

**1** Кризисное состояние ребенка носит **острый характер**? Пригласите родителей ребенка прийти в школу прямо сейчас. **Не оставляйте ребенка одного**, ребенка из школы **должны забрать родители**. В этом случае возраст ребенка не имеет значения.

**2** Когда родители придут в школу, объясните им что вас встревожило, дайте **письменные рекомендации (под роспись) по обращению за психологической, специализированной помощью**.

В рекомендациях должны быть указаны **адреса, телефоны организаций**, куда семья и ребенок могут обратиться. Ведите протокол беседы.

# Ребенок в группе риска развития суицидального поведения

- 1** **Информируйте** об этом родителей ребенка **как можно быстрее**. Пригласите родителей ребенка прийти в школу. Родители не выходят на связь? Отправьте им заказное письмо с приглашением с уведомлением о вручении.
- 2** Когда родители придут в школу, **ознакомьте** их с выводами по **результатам** социально-психологического тестирования (наблюдений педагога, педагога-психолога), **дайте письменные рекомендации** (под роспись) по обращению за психологической, специализированной помощью.  
В рекомендациях должны быть указаны **адреса, телефоны организаций**, куда семья и ребенок могут обратиться . Ведите протокол беседы.



# Убедить обратиться за помощью

3

- Родитель отказывается обратиться за помощью?
- Пригласите к беседе других коллег (педагога-психолога, социального педагога, классного руководителя), чтобы **прозвучали все возможные аргументы.**
- Родитель все еще отказывается от помощи? **Внесите запись об отказе** от помощи в протокол беседы. Сообщите родителю о содержании **статьи 5.35 КоАП РФ** и ответственности родителя перед законом за неисполнение обязанностей по содержанию, воспитанию, обучению, защите прав и интересов ребенка.
- **Решите, что вы будете делать в случае, если состояние ребенка приобретет острый характер** в то время как он будет находится в школе.



3



# Поддержать ребенка и семью



- После беседы с вами родитель занял ответственную позицию, ребенок получает помощь и одновременно посещает школу?
- Создайте **план сопровождения ребенка**, контролируйте результативность его реализации **1 раз в неделю** на встрече команды сопровождения под руководством директора школы.
- Регулярно **узнавайте об исполнении** семьей данных вами **рекомендаций**.
- Если состояние ребенка имеет негативную динамику, **обсудите проблему с родителями**, возможно, ребенок не получает должной помощи или ее недостаточно.





# Работать на предупреждение



В ШКОЛЕ ДОЛЖНЫ ДЕЙСТВОВАТЬ:

- программа развития навыков **адаптивного поведения** для школьников;
- программа **профилактики буллинга**;
- программа **профилактики стресса** во время подготовки и сдачи ОГЭ и ЕГЭ;

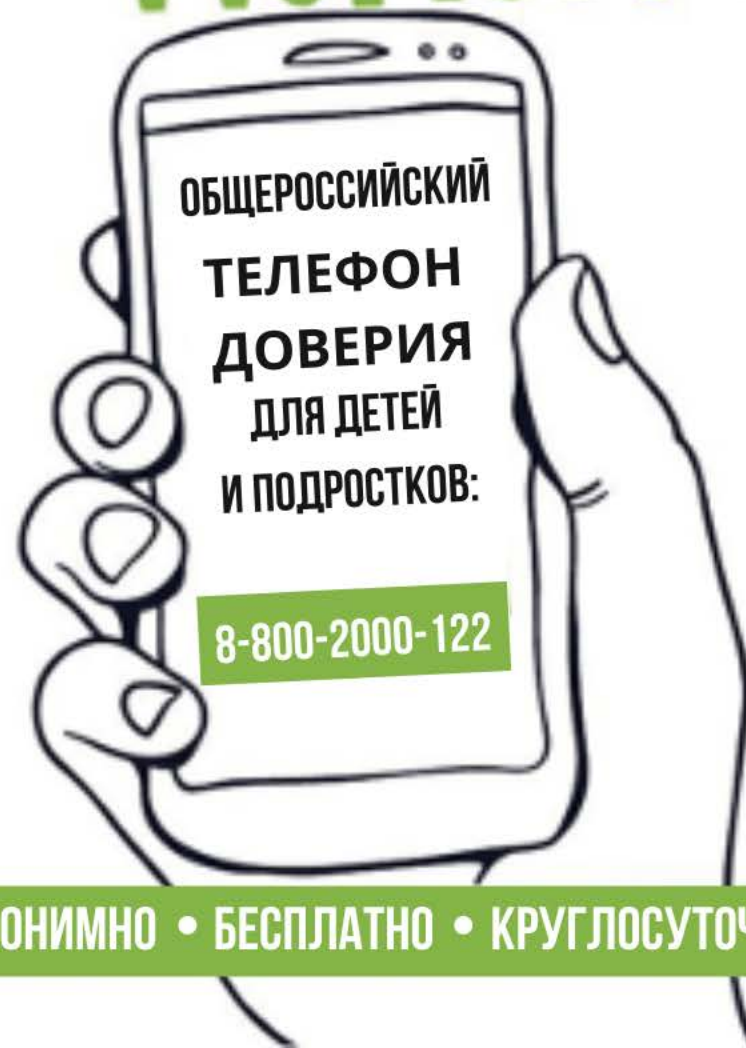
В ШКОЛЕ ДОЛЖНЫ БЫТЬ:

- мероприятия, объединяющие учеников;
- проекты, дающие ученикам возможность проявить свои способности и таланты;
- события, объединяющие педагогов, детей и родителей.



Разместите  
номер  
телефона доверия  
в доступных для  
детей местах

**ЗДЕСЬ ТЕБЕ  
ПОМОГУТ!**



**АНОНИМНО • БЕСПЛАТНО • КРУГЛОСУТОЧНО**



Информационная  
и консультативная  
поддержка родителей

**ФОНД  
ПОДДЕРЖКИ  
ДЕТЕЙ**   
находящихся  
в трудной  
жизненной  
ситуации



Ваш помощник



Я - родитель

[www.ya-roditel.ru](http://www.ya-roditel.ru)

Консультации психологов,  
рекомендации по воспитанию,  
статьи специалистов по вопросам  
психологического благополучия  
детей и многое другое.

# Контакты

## ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОФИЛАКТИКИ ОТКЛОНЯЮЩЕГОСЯ ПОВЕДЕНИЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

**Центр управления социально-педагогической поддержки детства Института педагогической рискологии**

Начальник центра - Липницкий Казимир Иванович

Адрес: Москва, ул. Шоссейная, 68

+7 (495) 354-82- 47, доб. 324

e-mail: lipnickiy@inbox.ru

## МОНИТОРИНГ СОЦСЕТЕЙ

**Центр практической психологии образования Института педагогической рискологии Института педагогической рискологии**

Начальник центра - Коповой Андрей Сергеевич

Адрес: Москва, ул. Шоссейная, 68

+7 (495) 354-35-77, доб. 320

e-mail: kopovoy\_as@asou-mo.ru

## СПТ И ПОМОЩЬ В РЕАБИЛИТАЦИИ НАРКОЗАВИСИМЫХ

**Центр психолого-педагогической реабилитации, коррекции и образования "Ариадна"**

Директор центра - Ананянц Диана Рудольфовна

Адрес: Люберецкий г.о., поселок Октябрьский,

улица Ленина, дом 1

+7 (495) 558-01-36

+7 (495) 558-96-04

e-mail: mo\_gkouariadna@mosreg.ru

## ПОВЫШЕНИЕ КВАЛИФИКАЦИИ РУКОВОДЯЩИХ И ПЕДАГОГИЧЕСКИХ РАБОТНИКОВ

**Кафедра методики воспитания и дополнительного образования АСОУ**

заведующий - Кирсанова Вероника Геннадьевна

Адрес: Москва, Староватутинский проезд, д. 8, каб. 205

+7(495) 472-32-08 доб. 258

e-mail: kaf.mvdo@asou-mo.ru

## Программы и методики

- **Руководство по противодействию и профилактике буллинга.** Под редакцией академика РАО А.А. Реана. -М., 2019.
- **Предотвращение насилия в образовательных организациях. Информационно-методическое пособие для руководителей и педагогических работников образовательных организаций / 2-ое дополненное издание / Л. А. Глазырина, М. А. Костенко, Е. В. Лопуга; под ред. Т. А. Епояна – Барнаул, 2017.**
- **Психолого-педагогическая программа "Юный медиатор".** Серякина А.В. и др.
- **Школа без насилия. Методическое пособие / под ред. Н.Ю. Синягиной, Т.Ю. Райфшнайдер. -М., 2015.**
- **Программа противодействия буллингу "Травли Нет".** <https://xn--80aejlonqph.xn--p1ai/>
- **Программа психолого-педагогической профилактики девиантного поведения детей и подростков "Путь к себе".** Шагивалиева Г.К. <https://rospsy.ru/node/124>.
- **Профилактическая психолого-педагогическая программа для обучающихся выпускных классов "STOP-стресс"** [https://psyjournals.ru/files/120708/bppe\\_2020\\_n4\\_Varlakova.pdf](https://psyjournals.ru/files/120708/bppe_2020_n4_Varlakova.pdf).

# Программы и методики

- **Психолого-педагогическая программа, направленная на коррекцию агрессивных форм поведения и формирование навыков эффективного взаимодействия с окружающим миром у детей 5 – 7 лет "Тепло и свет сердец"**. Жекова Н.Н. <https://rospsy.ru/node/681>.
- **Программа вторичной психологической профилактики самоповреждающего поведения школьников**. Билецкая Н.Х. и др. <https://rospsy.ru/node/668>
- **Профилактическая психолого-педагогическая программа "Я-пятиклассник"**. Гусова З.Х. и др. [https://rospsy.ru/sites/default/files/KP\\_files/pdf](https://rospsy.ru/sites/default/files/KP_files/pdf).
- **Жизненные навыки**. Тренинговые занятия с младшими подростками (5-6, 7–8 классы). Кривцова С. В., Рязанова Д. В., Пояркова Е.А., Байдакова О.И., Зеликман Ю.А., Крыжановская С.С., Лунин В.В. -М. 2016.
- **Все цвета, кроме чёрного**. М. Безруких, Т. Филиппова. Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни. 2–6 классы. -М., 2021.
- Ясвин В.А. **Школьная среда как предмет измерения: экспертиза, проектирование, управление** / В.А. Ясвин. — М.: Народное образование, 2019.
- Ясвин В.А. **Образовательная среда: от моделирования к проектированию**. — М.: Смысл, 2001. <http://pedlib.ru/Books/6/0471/>.
- Ясвин В. А. **Психологическая диагностика отношения к школе учащихся, педагогов и родителей** // Вестник Московского городского педагогического университета. 2018. No 1 (43) (Педагогика и психология). С. 47-61.<https://www.mgpu.ru/wp-content/uploads/2018/04/Vestnik-Pedagogika-i-psixologia-1-2018.pdf>

