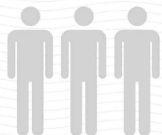


## ПО ДАННЫМ СТАТИСТИКИ:

наиболее уязвимой в отношении самоубийства возрастной группой являются старшие подростки в возрасте от 15 до 19 лет

ПО РЕЗУЛЬТАТАМ ОТЕЧЕСТВЕННЫХ  
ИССЛЕДОВАНИЙ:

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ОРГАНИЗАЦИИ** являются важными площадками предупреждения суицидального поведения среди подростков и молодежи, и выступают в качестве ресурсного пространства профилактики социальных рисков, учитывающего возрастные особенности ребенка

КАКИЕ ОСОБЕННОСТИ  
ПОВЕДЕНИЯ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ  
МОГУТ НАСТОРОЖИТЬ ПЕДАГОГА

устойчивое в течение 2-х и более недель снижение настроения с преобладанием переживаний безнадежности, одиночества, безысходности;



резкое снижение успеваемости, проявление безразличия к учебе и оценкам;



любые резкие изменения в привычном поведении (например, стал неряшливым, не хочет разговаривать с друзьями, потерял интерес к тому, чем раньше любил заниматься, пропускает занятия; стал более импульсивным, эмоциональным или замкнутым);



прямые или косвенные заявления о желании умереть, убить себя, нежелании продолжать жизнь (даже если педагогу кажется, что эти заявления носят демонстративно-шантажный характер);



рискованное, самоповреждающее поведение; агрессивное поведение (вербальное, физическое) по отношению к окружающим; факты употребления ПАВ, алкоголя (ознакомиться с признаками рискованного поведения, агрессивного поведения, аддиктивного поведения Вы можете в соответствующих памятках);



факты ухода из дома.

СИТУАЦИИ,  
НАЛИЧИЕ КОТОРЫХ В ЖИЗНИ РЕБЕНКА ТРЕБУЕТ  
ПОВЫШЕННОГО ВНИМАНИЯ СО СТОРОНЫ  
ПЕДАГОГА

любая ситуация, субъективно переживаемая ребенком как обидная, оскорбительная, несправедливая, глубоко ранящая (при этом объективная оценка ситуации взрослым может сильно отличаться от мнения ребенка);



отвержение сверстниками, травля (в том числе, в социальных сетях);



несчастливая любовь или разрыв романтических отношений;



объективно тяжелая жизненная ситуация (потеря близкого человека, резкое общественное отвержение, тяжелое заболевание);



случаи суицида (попытки) в ближайшем окружении, а также среди значимых взрослых или сверстников;



нестабильная семейная ситуация (развод родителей, конфликты, предпочтение родителями одного ребенка по отношению к другому, жестокое обращение в семье, психически больные родственники);



личная неудача обучающегося на фоне высокой значимости и ценности социального успеха;

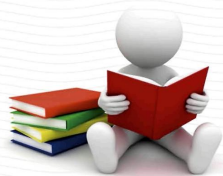


ссора или острый конфликт со значимым взрослым или сверстником;



резкое изменение социального окружения или уклада жизни (например, в результате смены места жительства).

Учитывая, что развитие суицидального, самоповреждающего поведения часто связано с депрессией, необходимо обращать внимание на ее **ТИПИЧНЫЕ СИМПТОМЫ**...



- устойчивое снижение настроения, переживания своей ненужности (бремени для близких людей), одиночества, чувства неполноценности, бесполезности, потеря самоуважения, низкая самооценка и чувство вины;
- переживания, описываемые как «невыносимая психическая (душевная) боль», как физическое ощущение «мучительного чувства дискомфорта в груди», часто сопровождаемые отсутствием чувств к близким людям;
- вялость, хроническая усталость, безнадежность и беспомощность;
- снижение интересов к деятельности или снижение удовольствия от деятельности, которая раньше ребенку нравилась;
- поглощенность темой смерти;
- социальная изоляция и сложности во взаимоотношениях;
- резкое снижение успеваемости, прогулы уроков/занятий в образовательной организации;
- деструктивное (разрушительное, отклоняющееся) поведение;
- повышенная чувствительность к неудачам или неадекватная реакция на похвалы и награды;
- повышенная раздражительность, гневливость (зачастую из-за мелочей), враждебность или выраженная тревога;
- жалобы на физическую боль, например, боль в желудке или головную боль, жалобы на значительные изменения сна и аппетита (бессонница или сонливость, потеря аппетита или неконтролируемое обжорство).

**Признаки несуицидального самоповреждающего поведения**...

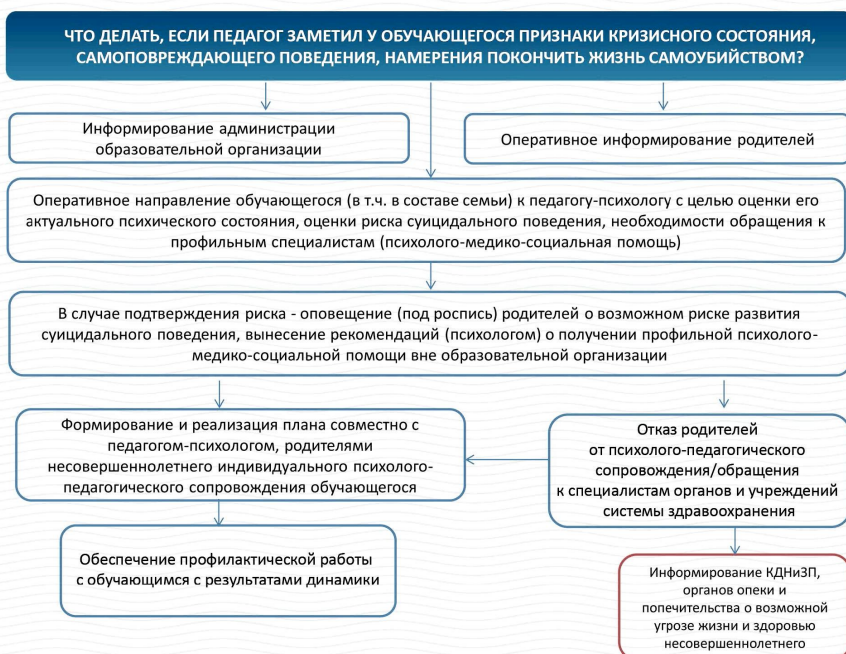
- частота самоповреждений - не менее 5 раз за последний год
- обязательно наличие психологических целей и причин, связанных с намерениями совершить самоповреждения:
  - 1) получение облегчения от негативных чувств или мыслей, таких как напряжение, тревога и самоупреки,
  - 2) снятие внутреннего напряжения, вызванного межличностными проблемами,
  - 3) вызывание (индуцирование) у себя положительных эмоций на фоне телесной боли,
  - 4) в некоторых случаях травма воспринимается как заслуженное самонаказание
- негативные чувства и мысли, устойчивость мыслей о самоповреждении
- межличностные трудности
- травма чаще всего наносится острым предметом; общие области травмы включают переднюю область бедер и тыльную сторону предплечья

*Не все из перечисленных симптомов могут присутствовать одновременно.*

*Однако наличие одного или двух поведенческих признаков указывает на то, что ребенку нужна помощь специалиста*

- 1) сообщить родителям (законным представителям) ребенка о своих наблюдениях с целью мотивирования семьи на обращение за помощью к профильным специалистам;
- 2) сообщить педагогу-психологу (при отсутствии – социальному педагогу, заместителю директора по воспитательной работе) о своих наблюдениях с целью (при необходимости) принятия оперативных мер для оказания экстренной помощи обучающемуся;
- 3) сообщить администрации образовательной организации о сложившейся ситуации, с целью принятия управленческих решений по привлечению специалистов для оказания помощи обучающемуся, а также для составления плана психолого-педагогического сопровождения обучающегося.

Если педагог обнаружил у подростка признаки депрессивного состояния, суицидальные мысли, факты нанесения себе физического вреда, необходимо **НЕЗАМЕДЛИТЕЛЬНО** (сохраняя конфиденциальность по отношению к третьим лицам, этические нормы):



**КУДА МОЖНО  
ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ**...

**КУДА МОЖНО  
НАПРАВЛЯТЬ РОДИТЕЛЕЙ:**...

**Всероссийский Детский телефон доверия** (бесплатно, круглосуточно)

**8-800-2000-122**

Психологическое консультирование, экстренная и кризисная психологическая помощь для детей в трудной жизненной ситуации, подростков и их родителей, педагогов и специалистов в организациях Вашего муниципального образования/субъекта Российской Федерации.

- Портал [Растимдетей.рф](http://Растимдетей.рф) - бесплатная консультационная помощь родителям по вопросам развития, воспитания и образования детей в возрасте от 0 до 18 лет, профилактики социального сиротства.
- Психологический университет для родителей «Быть родителем» - [бытьродителем.рф](http://бытьродителем.рф)

# РИСК НАПАДЕНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ НА ОБРАЗОВАТЕЛЬНУЮ ОРГАНИЗАЦИЮ

ПАМЯТКА ДЛЯ ПЕДАГОГОВ В СООТВЕТСТВИИ С НАВИГАТОРОМ ПРОФИЛАКТИКИ

## НАПАДЕНИЯ НА ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ОРГАНИЗАЦИИ СО СТОРОНЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ:

- !!! являются одним из самых сложных сочетанных видов девиантного поведения (сочетание признаков агрессивного и суицидального поведения)
- представляют собой особые случаи общественно опасных деяний
- вызывают повышенную озабоченность сотрудников правоохранительных органов, образования и здравоохранения
- часто подобные акты агрессии имеют сходные черты



Движение в социальных сетях (в виде групп/пабликов/сообществ), посвященное нападениям на образовательные организации, признано террористической организацией и запрещено Верховным судом Российской Федерации.

## 3 ГРУППЫ КРИТЕРИЕВ ИЗМЕНЕНИЙ В ПОВЕДЕНИИ ДЕТЕЙ, КОТОРЫЕ МОГУТ СВИДЕТЕЛЬСТВОВАТЬ О РИСКЕ НАПАДЕНИЯ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ НА ОБРАЗОВАТЕЛЬНУЮ ОРГАНИЗАЦИЮ

(по данным ФГБУ «НМИЦ ПН им. В.П. Сербского» Минздрава России):

Признаки изменений  
в поведении подростка

Личностные (мотивационные  
и индивидуально-психологические)  
характеристики обучающегося

Особенности социальной среды  
и окружения (семья, друзья,  
школьная среда, социальные сети)



### ВАЖНО ИЗБЕГАТЬ СТИГМАТИЗАЦИИ!

Приведенные ниже признаки должны рассматриваться только в комплексе, как связанные друг с другом. При обнаружении такого рода признаков необходимо действовать в соответствии с предлагаемым специализированным алгоритмом.

### ПРИЗНАКИ ИЗМЕНЕНИЙ В ПОВЕДЕНИИ ПОДРОСТКА

- Сниженное настроение: часто выглядит подавленным, грустным, пессимистичным, отсутствует интерес к деятельности и общению
- Интерес к агрессивному контенту в сети Интернет: частое посещение сайтов, просмотр и обсуждение видеозаписей агрессивного содержания
- Высказывание мыслей агрессивного содержания: проявляет враждебность, агрессивные высказывания, которые были не свойственны ранее
- Увлечение идеологией запрещенных в Российской Федерации движений и группировок: посещает сайты и группы экстремистской идеологической направленности (в том числе героизирующие идеи насилия, суицида; националистические, с фашистской символикой), делает соответствующие высказывания, надписи, рисунки)
- Проявление суицидальных тенденций: суицидальные высказывания, рисунки, обсуждение суицида в социальных сетях, планирование суицида, совершение суицидальных попыток
- Формирование зависимости от компьютерных игр агрессивного-деструктивного содержания: увлечен компьютерными играми, проводит за ними много времени, пользуется терминологией таких игр, испытывает трудности отвлечения от игрового процесса
- Высказывания о намерении совершить противоправные действия: высказывание намерений и угроз совершить нападение на школу с указанием даты и времени, угрозы, высказывания идей о мести
- Повышенный интерес к оружию и взрывчатым веществам: демонстрирует знание различных видов оружия и взрывчатых веществ, желание их использовать. Читает литературу в этой области, пользуется специальной терминологией
- Проявления агрессии: возможны проявления как в виде эпизодических агрессивных действий (физических или вербальных), так и в виде враждебности без выраженной внешней агрессии
- Игнорирование норм и требований взрослых, общества: нарушение границ в отношениях со взрослыми, конфликты, игнорирование субординации
- Изменение коммуникативной активности: становится замкнутым, нелюдимым, не стремится к общению
- Снижение успеваемости: перестает интересоваться учебой, не выполняет домашние задания, либо испытывает затруднения в учебе, хотя раньше учился лучше
- Потребление алкоголя, психоактивных веществ: эпизодические случаи употребления

### ЛИЧНОСТНЫЕ (МОТИВАЦИОННЫЕ И ИНДИВИДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ) ХАРАКТЕРИСТИКИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ

- Тревожность, сензитивность (чувствительность), обидчивость, ранимость
- Склонность к накоплению отрицательных переживаний, интроверсия, низкая демонстративность
- Ригидность (негибкость), враждебность, агрессивность

### ОСОБЕННОСТИ СОЦИАЛЬНОЙ СРЕДЫ И ОКРУЖЕНИЯ (СЕМЬЯ, ДРУЗЬЯ, ШКОЛЬНАЯ СРЕДА, СОЦИАЛЬНЫЕ СЕТИ)

- Жестокое обращение и агрессия со стороны сверстников в школе (буллинг, насмешки и издевательства со стороны одноклассников, социальный ostracism [отвержение])
- Слабый контроль со стороны взрослых
- Семейное неблагополучие (дисфункциональная семья), в т.ч. развод родителей
- Слабый контроль и отсутствие поддержки со стороны родителей, дистанцированные отношения с родителями
- В начальной школе условия обучения не соответствовали возможностям и потребностям ребенка (трудности адаптации в начальной школе в прошлом, неприятие сверстниками, плохая успеваемость, отсутствие интереса к обучению, смена школ)

# РИСК НАПАДЕНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ НА ОБРАЗОВАТЕЛЬНУЮ ОРГАНИЗАЦИЮ

ПАМЯТКА ДЛЯ ПЕДАГОГОВ В СООТВЕТСТВИИ С НАВИГАТОРОМ ПРОФИЛАКТИКИ

## Рекомендации для классных руководителей и специалистов образовательных организаций.

Если Вы обнаруживаете сочетание нескольких признаков (особенно специфических) и случай подразумевает хотя бы малейшую потенциальную угрозу для жизни и здоровья

**ДЕЙСТВУЙТЕ НЕЗАМЕДЛИТЕЛЬНО ПО СПЕЦИАЛЬНОМУ АЛГОРИТМУ:**

- 1** Экстренное реагирование при непосредственной опасности  
!!! В случае непосредственной опасности для жизни и здоровья окружающих и самого обучающегося проверьте информацию (если возможно) и немедленно известите руководителя, педагогов и специалистов образовательной организации и правоохранительные органы.
- 2** Профилактическая работа при выявлении потенциально высокого риска  
Для обсуждения на психолого-педагогическом консилиуме с другими специалистами или педагогическом совете образовательной организации инициируйте углубленное психологическое и социально-педагогическое обследование ребенка с разрешения родителей или законных представителей обучающегося и с согласия самого обучающегося.  
**Рекомендации для педагогов-психологов и социальных педагогов:**
  - Педагог-психолог в ходе обследования ребенка использует надежные и валидные методики для выявления агрессивных и аутоагрессивных тенденций, тревожных и депрессивных состояний обучающегося.
  - Социальный педагог составляет подробную характеристику социальной ситуации обучающегося, выясняет характер взаимодействия и отношений ребенка с одноклассниками, его социально-психологический статус в классе, семейную ситуацию.
  - При разработке программы работы с обучающимся педагог-психолог и социальному педагогу рекомендуется использовать специализированные методы, методики и технологии (например, методику «Оценка риска и возможностей»), которые позволяют индивидуализировать профилактику.
- 3** Совместно с другими специалистами школы примите решение о дальнейших мерах психолого-педагогического и социально-педагогического характера, разработайте план и программу профилактической работы с подростком. Важно: учащийся и его родители принимают участие в обсуждении.
- 4** При выявлении потенциально высокого риска:
  - обучающийся ставится на профилактический учет;
  - родителям рекомендуется обратиться в медицинскую организацию, специализирующуюся в области психического здоровья детей и подростков, для обследования обучающегося и получения консультации
- 5** В сложных случаях для индивидуализации программы профилактики образовательная организация с согласия родителей может направить обучающегося для прохождения обследования в психолого-медико-педагогической комиссии (ПМПК).
- 6** Дополнительную возможность индивидуализации программы профилактики и непосредственной комплексной консультации учащегося и его родителей в рамках системы образования предоставляют центры психолого-педагогической и медико-социальной помощи (центры ППМС помощи). Данные обследования могут быть учтены образовательной организацией в работе с подростком.
- 7** В сложных случаях в рамках консилиума организуйте межведомственное взаимодействие для разработки и реализации плана и программы коррекционно-профилактических, коррекционно-реабилитационных и лечебно-профилактических мер для обучающегося с риском совершения общественно опасного деяния: сотрудничество с органами внутренних дел (ПДН - подразделением по делам несовершеннолетних), КДНиЗП, органами опеки и попечительства, социально-реабилитационным центром, медицинскими организациями (профилактический медицинский осмотр и специализированные учреждения детской и подростковой психиатрии).

**В процессе реализации плана и программы профилактической работы учитывайте формирование и развитие защитных факторов, способствующих повышению устойчивости к неблагоприятным факторам и снижению риска потенциальной угрозы общественно опасного деяния:**

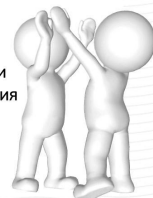
### Индивидуально-психологические факторы защиты

- Высокий интеллектуальный уровень и чувство юмора
- Эмоциональная зрелость
- Широкий круг интересов
- Хорошая успеваемость
- Умение обращаться за помощью
- Внутренний самоконтроль, целеустремленность
- Уважение законов и норм общества, школы, семейных стандартов
- Преданность, эмпатия и близость
- Успешное овладение навыками принятия решений
- Признание и одобрение правильных действий
- Интерес к учебе, духовному росту
- Наличие увлечений



### Социально-средовые факторы защиты

- Наличие любви и заботы в семье
- Доверительные отношения с родителями
- Наличие социальной поддержки
- Поддержка со стороны просоциального взрослого
- Важность взаимоотношений, по крайней мере, с одним взрослым человеком, помимо родителей (учитель, педагог-психолог, социальный педагог и т.д.)
- Общение среди просоциальных сверстников
- Возможность активного участия в работе социальной группы
- Наличие определенных обязанностей и успехов в их выполнении
- Наличие по месту жительства служб социального сопровождения



*Вы также можете воспользоваться рекомендациями по взаимодействию с детьми и подростками, представленными в памятке 6 «Делинквентное поведение обучающегося»*

**КУДА ЕЩЕ  
МОЖНО  
ОБРАТИТЬСЯ  
ПЕДАГОГУ**



**Всероссийский Детский телефон доверия** (бесплатно, круглосуточно)  
**8-800-2000-122**

Психологическое консультирование, экстренная и кризисная психологическая помощь для детей в трудной жизненной ситуации, подростков и их родителей, педагогов и специалистов в организациях Вашего муниципального образования/субъекта Российской Федерации.

**Горячая линия «Ребёнок в опасности» Следственного комитета Российской Федерации.**

**8-800-100-12-60#1** Бесплатный, круглосуточный номер телефона

**КУДА МОЖНО НАПРАВИТЬ РОДИТЕЛЕЙ:**

- Портал [Растимдетей.рф](http://Растимдетей.рф) - бесплатная консультационная помощь родителям по вопросам развития, воспитания и образования детей в возрасте от 0 до 18 лет, профилактики социального сиротства.
- Психологический университет для родителей «Быть родителем» - [бытьродителем.рф](http://бытьродителем.рф)



**Делинквентное поведение – это поведение, при котором нарушаются нормы права, но в силу либо недостижения ребенком или подростком возраста уголовной ответственности, либо незначительности правонарушения, за ним не следует уголовное наказание.**

К криминальному поведению относятся серьезные преступления, влекущие за собой реальное уголовное наказание.

## КАКИЕ ВИДЫ И ФОРМЫ ДЕЛИНКВЕНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ СУЩЕСТВУЮТ?

### СКРЫТОЕ ДЕЛИНКВЕНТНОЕ ПОВЕДЕНИЕ В ФОРМЕ ПРИЧИНЕНИЯ ИМУЩЕСТВЕННОГО УЩЕРБА

- мелкое воровство,
- кражи со взломом
- мошенничество
- вымогательство, грабежи
- подлоги
- вандализм, поджоги
- разрушение имущества



### ОТКРЫТОЕ ДЕЛИНКВЕНТНОЕ ПОВЕДЕНИЕ В ФОРМЕ АГРЕССИИ

- злобные выпады, злословие, обвинения или запугивание
- травля (буллинг) или иное насилие по отношению к младшим детям или сверстникам
- мелкое хулиганство
- драки (в том числе в подростковых группировках) или нападения
- жестокие действия по отношению к животным

Иногда имеет место раннее начало в возрасте 7-7,5 лет

Иногда имеет место раннее начало в возрасте около 6 лет

#### Делинквентное поведение:

- может сопровождаться социально-психологической дезадаптацией
- у подростков опосредовано групповыми ценностями
- в настоящее время может проявляться в интернет-сфере
- в некоторых случаях под открытым делинквентным поведением в форме агрессии скрывается суицидальное или аутодеструктивное поведение
- нередко первые признаки (особенно в детском возрасте) говорят о наличии проблем в жизни ребенка, с которыми он не может справиться привычными способами
- каждый учащийся, демонстрирующий указанные признаки, нуждается в серьезной комплексной помощи специалистов в сотрудничестве с родителями
- чем раньше и/или чем сильнее такое поведение начинает проявляться, тем более интенсивная работа должна проводиться с ребенком

## КАКИЕ ФАКТОРЫ РИСКА ПОВЫШАЮТ УЯЗВИМОСТЬ РЕБЕНКА?

### ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ФАКТОРЫ РИСКА

- оправдание правонарушений, отрицательное отношение к закону
- сниженная критичность к своему поведению, непонимание происходящего
- выраженные эмоциональные особенности (холодность по отношению к другим, сниженная способность к сочувствию, частые колебания настроения, проявления гнева, злости, обидчивости, скрытности, а также чувства одиночества, непонимания другими)
- повышенная возбудимость, импульсивность, беспокойная агрессивность и раздражительность, неумение контролировать себя
- желание обратить на себя внимание или повышенная общительность
- невысокие познавательные возможности
- употребление психоактивных веществ
- стремление получить сильные впечатления, поиск авантюрных удовольствий
- неспособность сопротивляться вредным влияниям

### СОЦИАЛЬНЫЕ ФАКТОРЫ РИСКА

- непоследовательные стратегии воспитания, вседозволенность либо заброшенность
- излишний или недостаточный контроль, авторитарность со стороны взрослых
- плохие взаимоотношения с близкими, опыт физического или эмоционального насилия
- недостаток знаний у взрослых о возрастных особенностях детей и о том, как справляться с трудными педагогическими ситуациями
- конфликты в школе, пренебрежение со стороны сверстников
- отрицательная оценка способностей ребенка взрослыми
- окружение ребенка или подростка состоит в основном из ребят или взрослых с похожими поведенческими проблемами
- неорганизованность детского отдыха и досуга
- примеры преступных действий, насилия, жестокости, безнаказанности, которые наблюдает ребенок в своем ближайшем социальном окружении или продукции СМИ

#### Делинквентное поведение:

- связано с комплексом сочетающихся индивидуальных и социальных факторов риска
- наличие одного или нескольких признаков/факторов может быть проявлением осложненного возрастного кризиса, реакцией на стресс в жизни ребенка или случайностью

### КАКИЕ СИЛЬНЫЕ СТОРОНЫ РЕБЕНКА ЯВЛЯЮТСЯ ПРЕДОХРАНЯЮЩИМИ ФАКТОРАМИ?



- любовь и забота в семье, доверительные отношения с родителями, поддержка со стороны значимых взрослых и сверстников с социально-одобряемым поведением
- хорошие познавательные способности и чувство юмора
- внутренний самоконтроль, способность управлять гневом, целеустремленность, навыки принятия решений
- интерес к учебе, социально-одобряемым увлечениям, активному участию в работе класса, наличие определенных обязанностей и успехов в их выполнении
- уважение других людей, законов и норм общества, школы, семейных стандартов, признание и одобрение правильных действий
- способность проявлять преданность, близость и сочувствие по отношению к другим

В случае проявления нескольких признаков и/или факторов риска, повышающих уязвимость, действуйте **НЕЗАМЕДЛИТЕЛЬНО** по общему алгоритму, представленному в Навигаторе профилактики

### РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЗАИМОДЕЙСТВИЮ С ДЕТЬМИ И ПОДРОСТКАМИ



Отмечайте положительные стороны ребенка, не делая акцент на отрицательных, чтобы не навешивать ярлыки. Старайтесь оценивать не самого ребенка, а его поступки. Избегайте публичного порицания сравнения, выделяя кого-то одного, это может задеть чувства других учеников.



Доверяйте своей интуиции и своему профессиональному опыту: если Вам кажется, что что-то не так, у ученика выявляются резкие изменения в поведении, покажите свою готовность помочь ему.



В случае возникновения сложной ситуации, решайте проблему, беседуя с ее участниками. Ребенок может не сразу открыться, ему нужно время, чтобы довериться. Если мнение ребенка противоречит Вашему, попробуйте построить с ним конструктивный диалог.



Если Вы столкнулись с тем, что подросток делится проблемой, с которой Вы не можете справиться сами, сохраняйте спокойствие, говорите искренне и постарайтесь определить, насколько серьезна ситуация. Попытайтесь донести, что любые действия направлены на его благо и возможно ему следует обратиться при Вашей помощи и поддержке родителей к другим специалистам.



Обращайте внимание на свои чувства и эмоции. Если Вы злитесь или испытываете другие сильные чувства во время общения с учеником, то переадресуйте решение проблемы другим специалистам (педагогу-психологу или социальному педагогу), чтобы не усугубить ситуацию.



Постарайтесь выработать с ребенком и его родителями совместный план решения проблемы.



При выявлении выраженных поведенческих трудностей у ребенка обсудите на психолого-педагогическом консилиуме вместе с администрацией школы, педагогом-психологом, социальным педагогом, родителями или законными представителями сложившуюся ситуацию и выработайте план работы. При необходимости скоординируйте свои действия с представителями КДН и ЗП, ПДН ОВД, ПМПК, центров ППМС помощи.

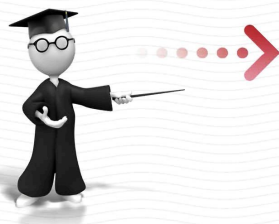


В сложных ситуациях привлекайте внимание родителей к проблеме ученика. Помните, что ребенок может скрывать школьные события от родителей. Налаживайте и поддерживайте доверительные отношения с родителями своих учеников.



Если Вы увидели положительные изменения в поведении ребенка, не скупитесь на похвалу и одобрение.

КУДА ЕЩЕ  
МОЖНО  
ОБРАТИТЬСЯ  
ПЕДАГОГУ



Горячая линия «Ребёнок в опасности» Следственного комитета Российской Федерации

**8-800-100-12-60#1** (бесплатно, круглосуточно)

Всероссийский Детский телефон доверия (бесплатно, круглосуточно)

**8-800-2000-122**

Психологическое консультирование, экстренная и кризисная психологическая помощь для детей в трудной жизненной ситуации, подростков и их родителей, педагогов и специалистов в организациях Вашего муниципального образования/субъекта Российской Федерации.

КУДА МОЖНО НАПРАВИТЬ РОДИТЕЛЕЙ:

- Портал [Растимдетей.рф](http://Растимдетей.рф) - бесплатная консультационная помощь родителям по вопросам развития, воспитания и образования детей в возрасте от 0 до 18 лет, профилактики социального сиротства.
- Психологический университет для родителей «Быть родителем» - [бытьродителем.рф](http://бытьродителем.рф)

# АДДИКТИВНОЕ (ЗАВИСИМОЕ) ПОВЕДЕНИЕ

ПАМЯТКА ДЛЯ ПЕДАГОГОВ В СООТВЕТСТВИИ С НАВИГАТОРОМ ПРОФИЛАКТИКИ

**Аддиктивное (зависимое) поведение – это один из видов отклоняющегося поведения, которое выражается в пагубном пристрастии к какому-либо предмету или действию на фоне осложненной адаптации к проблемным ситуациям**

**ОБЩИЕ ПРИЗНАКИ АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ, КОТОРЫЕ МОГУТ НАСТОРОЖИТЬ ПЕДАГОГА:**



- сведения о включенности ребенка в асоциальные группы
- неухоженный или неопрятный внешний вид (несоблюдение личной гигиены, грязная и/или дырявая одежда и обувь)
- немотивированные изменения в поведении ребенка, его типичных эмоциональных реакциях, манере речи, стиле одежды
- наличие у ребенка при себе крупных сумм наличных денег (возможно воровство, вымогательство) либо постоянное выпрашивание (выманивание) денег у других
- нарушение межличностного общения

## ПРИЗНАКИ, СВОЙСТВЕННЫЕ ДЛЯ

### ХИМИЧЕСКИХ ВИДОВ ЗАВИСИМОСТИ



запах алкоголя, табака или иной непривычный запах, исходящий от учащегося



расширенные или наоборот суженные зрачки, бледность (или внезапное покраснение) кожных покровов, необычный (чаще сероватый) их оттенок



жалобы на жажду, сердцебиение, повышенную утомляемость, внезапная потливость



разнообразие и неустойчивость эмоциональных реакций



употребление специфической лексики (использование жаргонизмов в названиях наркотических веществ, способов их употребления, эффектов от применения)



пропаганда психоактивных веществ среди сверстников

### НЕХИМИЧЕСКИХ ВИДОВ ЗАВИСИМОСТИ



изменение пищевого поведения (постоянное переедание или отказ от еды)



увеличение времени (более 3-4 часов), проводимого за компьютерными играми, ночное общение в социальных сетях



яркие вспышки агрессии у ребенка при ограничении его во времени пользования компьютером, приступы гнева в ответ на запреты пользоваться телефоном, планшетом и другими техническими средствами



Комплекс симптомов отмены: нарастание тревоги, беспокойства, раздражительности, дрожание рук, жалобы на боль в желудке, головные боли, избегание прямого контакта глаз, хаотичная активность, нарушение концентрации внимания



### Отличительная особенность формирования аддиктивного поведения:

один вид зависимости может сочетаться с другими, одна форма зависимого поведения может переходить в другую.

# АДДИКТИВНОЕ (ЗАВИСИМОЕ) ПОВЕДЕНИЕ

ПАМЯТКА ДЛЯ ПЕДАГОГОВ В СООТВЕТСТВИИ С НАВИГАТОРОМ ПРОФИЛАКТИКИ

Если у Вас возникли подозрения о том, что обучающийся употребил психоактивное вещество, необходимо:



Удалить обучающегося из класса/кабинета/аудитории, отделить его от одноклассников/одногоруппников (старайтесь сделать это как можно менее агрессивно, не акцентируя на этом внимание других обучающихся, безоценочно)



Срочно вызвать медицинского работника школы (не оставляя обучающегося одного)



Поставить в известность руководителей образовательной организации, педагога-психолога, социального педагога



В случае, если состояние подростка может быть расценено как состояние наркотического или алкогольного опьянения, немедленно известить о случившемся родителей или иных законных представителей ребенка или подростка (учитывайте семейную ситуацию, попросите родителей избегать насильственных действий, рекомендуйте разобраться в ситуации, оказать поддержку)



В рамках психолого-педагогического консилиума с другими специалистами школы разработать программу дальнейшего сопровождения обучающегося и профилактических мероприятий в школе, рассмотреть вопрос о необходимости его постановки профилактический учет



Провести мониторинг ситуации

## Что еще может сделать учитель для профилактики аддиктивного поведения обучающихся



- Сохранять контакт с подростком. Для этого: помните, что авторитарный стиль взаимодействия для подростков неэффективен и даже опасен. Чрезмерные запреты, ограничения свободы и наказания могут спровоцировать у подростка ответную агрессию и заставить погрузиться его еще глубже в аддиктивное поведение. В подростковом возрасте предпочтительной формой взаимодействия является заключение договоренностей. Если ограничение необходимо, не пожалейте времени на объяснение его целесообразности.
- Способствовать созданию дружелюбной поддерживающей атмосферы в классе, ориентировать учеников на совместную деятельность и сотрудничество. Всегда внимательно выслушивать жалобы детей, помогая им разобраться в возникшей ситуации.

- Обращать внимание на ситуации, когда один или несколько учеников явно демонстрируют какой-либо вид аддиктивного поведения (чаще курение или употребление алкоголя), проведите разъясняющую беседу с ним лично, поговорите с родителями, для дополнительной помощи обратитесь к педагогу-психологу и социальному педагогу.
- Классный час используйте как место и время поговорить о личных интересах каждого ученика, ненавязчиво пропагандируя здоровый образ жизни
- Важно поддерживать диалог с подростками, оставлять возможность, чтобы при необходимости ученик мог обратиться к вам в трудной жизненной ситуации.
- Способствовать развитию умения у обучающегося отстоять свою точку зрения в дискуссиях со взрослыми, это поможет ему отказать в ситуации предложения употребления психоактивных веществ.

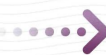
КУДА ЕЩЕ МОЖНО ОБРАТИТЬСЯ ПЕДАГОГУ



Здоровая Россия. Проект Минздрава России.

**8-800-200-0-200** Бесплатная горячая линия

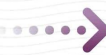
Консультации по вопросам здорового образа жизни, отказа от курения табака, употребления алкоголя и наркотиков.  
Сайт проекта: <http://www.takzdorovo.ru/>



Горячая линия «Ребёнок в опасности» Следственного комитета Российской Федерации.

**8-800-100-12-60#1**

Дети, их родители, а также все неравнодушные граждане, обладающие информацией о совершенном или готовящемся преступлении против несовершеннолетнего или малолетнего ребенка, могут позвонить по бесплатному, круглосуточному номеру телефона из московского региона России.



Всероссийский Детский телефон доверия (бесплатно, круглосуточно)

**8-800-2000-122**

Психологическое консультирование, экстренная и кризисная психологическая помощь для детей в трудной жизненной ситуации, подростков и их родителей, педагогов и специалистов в организациях Вашего муниципального образования/субъекта Российской Федерации.

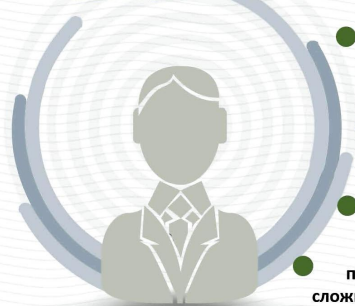
КУДА МОЖНО НАПРАВИТЬ РОДИТЕЛЕЙ:



- Портал [Растимдетей.рф](http://Растимдетей.рф) - бесплатная консультационная помощь родителям по вопросам развития, воспитания и образования детей в возрасте от 0 до 18 лет, профилактики социального сиротства.

- Психологический университет для родителей «Быть родителем» - [бытьродителем.рф](http://бытьродителем.рф)



ПОДРОСТКОВЫЙ  
ВОЗРАСТ:

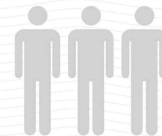
- стремление к чему-то неизвестному, рискованному, героическому
- активный поиск способов утверждения своего «Я»
- стремление объединяться в группы
- получать оценку от сверстников
- поиск новых ощущений, сложных и интенсивных занятий

## НАУЧНЫЕ ДАННЫЕ:

лонгитюдное исследование  
опасного поведения  
среди подростков



35 стран мира



результат: в возрасте до 15 лет почти

30% молодых людей включены  
в ту или иную модель рискованного поведения

АКТИВНО РАЗВИВАЮТСЯ РАЗЛИЧНЫЕ  
ФОРМЫ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УВЛЕЧЕНИЙ  
(ЭКСТРЕМАЛЬНОГО ДОСУГА) МОЛОДЕЖИ:

**ЗАЦЕПИНГ (ТРЕЙЛСЕРФИНГ)** –  
езда между или под вагонами,  
на хвостовом вагоне или крыше поезда



**РУФИНГ («КРЫШОЛАЗАНИЕ»)** –  
передвижение по высотным точкам зданий  
и/или выполнение на них трюков  
(например, сальто на краю крыши)



**ДИГГЕРСТВО** –  
непрофессиональное исследование  
искусственных подземных сооружений  
(например, бомбоубежищ,  
закрытых станций метро)



**СТАЛКЕРИНГ (СТАЛКИНГ, СТАЛКЕРСТВО)** –  
исследование заброшенных,  
недостроенных и охраняемых объектов



**ОПАСНОЕ СЕЛФИ** –  
вид фотографирования себя, при котором  
выбор места или объекта для фотографии  
связан с повышенной опасностью  
(например, вид на строительном кране на одной руке,  
фотография с огнестрельным оружием)

СТЕПЕНЬ ВОВЛЕЧЕННОСТИ В ВИДЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ,  
СВЯЗАННЫЕ С ПОВЫШЕННОЙ ОПАСНОСТЬЮ И РИСКОМ,  
ОБУСЛОВЛЕНА:

возрастными закономерностями

личностными особенностями подростка

характером взаимоотношений в семье

неэффективностью досуговой системы

модными у подростков тенденциями и т.д.

КАКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПОВЕДЕНИЯ  
ПОДРОСТКА  
МОГУТ НАСТОРОЖИТЬ  
ПЕДАГОГА:

- сленг (залаз, сходянг, заброс, пойдем дигать, запал объекта и т.п.). Следует иметь в виду, что сленг достаточно быстро меняется
- участие в группах и форумах, посвященных ружингу, диггерству, сталкингу, зацепингу, или объектам, интересующим представителей перечисленных групп
- появление на страницах в социальных сетях фотографий и видео (не обязательно своих), сделанных на крышах зданий, строительных кранах, в подземных сооружениях, и т.п.
- по совокупности с перечисленными признаками – грязь на одежде (например, черные следы сажи), наличие спецовки и берцов в гардеробе, специальные инструменты в рюкзаке (резиновые или строительные перчатки, разводной ключ, налобный фонарь и т.п.), специфический запах («запах железной дороги»), экшен-камера
- подросток избегает обсуждений своего досуга или, напротив, подробно делится информацией, бравирует перед окружающими и другими детьми своими увлечениями

## ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ЗАМЕТИЛИ У ПОДРОСТКА ПРИЗНАКИ РИСКОВАННОГО ПОВЕДЕНИЯ



если Вы заметили хоть один из признаков или получили информацию от третьих лиц – не спешите делать окончательные выводы об экстремальности увлечений (например, экшен-камеры пользуются популярностью у разных людей)



понаблюдайте за подростком, ненавязчиво и «между делом» интересуйтесь, как он проводит свободное время



проведите мониторинг социальных сетей, как самого учащегося, так и других учеников класса и его друзей (фотографии или видео могут появиться у кого-то из одноклассников, а не непосредственно у самого подростка)



важно убедиться в том, что в данной ситуации поведение подростка не носит демонстративный характер. Вовлеченные в субкультуру, как правило, тщательно скрывают свой род деятельности от окружающих (не заводят страницы под своим настоящим именем, не показывают лица, закрывают альбомы и список групп и т.д.)



узнайте у других преподавателей, наблюдали ли они у данного учащегося указанные признаки, но не сообщайте о том, с какой целью интересуетесь



если Вы классный руководитель, свяжитесь с родителями (законными представителями) обучающегося и поделитесь своими наблюдениями

## ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ТОЧНО ЗНАЕТЕ ЧТО У ОБУЧАЮЩЕГОСЯ РИСКОВАННОЕ ПОВЕДЕНИЕ



проведите индивидуальную беседу с подростком с целью установления мотивации и оценки степени угрозы для его жизни и здоровья



вынесите этот случай на психолого-педагогический консилиум с другими специалистами школы: педагогом-психологом, социальным педагогом



установите связь с законными представителями учащегося.

Если они не знают о его увлечениях, аккуратно объясните всю ситуацию, попросите их не ругать ребенка.

Выработайте единую стратегию поведения.

Возможно, что семье нужна дополнительная психологическая и/или социальная помощь



выработайте индивидуальную траекторию помощи с обязательным привлечением законных представителей и возможным привлечением родителей или законных представителей обучающегося и возможным привлечением различных специалистов

## РИСКОВАННОЕ ПОВЕДЕНИЕ ОНЛАЙН:



- чрезмерное использование и длительное (более 6 часов) ежедневное пребывание в Интернете
- стремление скрывать свою онлайн-активность или чрезмерное бравирование этим
- проблемное использование Интернета (предпочтение онлайн-коммуникации, навязчивое использование Интернета и когнитивная поглощенность жизнью в сети)
- повышенное стремление к заработку онлайн и/или некритичное отношение к предложениям об онлайн-доходах, и недостаточный прогноз возможных последствий
- неконтролируемая оплата (донат) в онлайн-играх (в том числе многопользовательских) или поиск денег для совершения онлайн-покупок в ходе игрового процесса, сопровождающийся тревогой, раздражительностью и стремлением скрыть от взрослых цель использования денег
- поглощенность компьютерными или онлайн-играми с чрезмерно агрессивными сюжетами
- повышенный интерес к ненадлежащему контенту (в том числе публикация или перепосты шок-контента) или ненадлежащее использование Интернета и социальных сетей
- увлеченность запрещенными сайтами, движениями и пабликами в социальных сетях, а также контентом, связанным с рискованным поведением
- расторможенное поведение в Интернете или социальных сетях, проявляющееся в сдвиге норм поведения и иллюзии анонимности (то, что ребенок не позволяет себе в офлайн, допускает в онлайн, например, кибербуллинг по отношению к другим, троллинг, флейминг и т.д.)
- ведомость и внушаемость в ситуации онлайн-коммуникации с пользователями сети Интернет и социальных сетей, трудности в распознавании манипулятивного контента или манипулятивных онлайн-коммуникаций

## ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ РАЗГОВОРА С ОБУЧАЮЩИМСЯ

до беседы изучите тот вид деятельности, которым увлекается подросток



во время беседы:

– используйте спокойный доброжелательный тон

– избегайте осуждения, оценивания и нравоучений. Дайте понять, что вы,

в первую очередь, беспокоитесь за его безопасность и не ставите своей целью наказать

– предоставьте подростку возможность высказаться, поделиться своими ощущениями и переживаниями по поводу его увлечений. Это поможет определить мотивацию и на основе этого выстроить план работы с этим подростком и/или его семьей

– убедитесь в том, что подросток полностью осознает, как административные риски, так и опасность для жизни и здоровья. Для этого задавайте открытые вопросы (например, «Как ты считаешь, есть ли какая-то опасность в твоих увлечениях?», «Могут ли тебя поймать? Кто? А что будет, если тебя поймут?» и т.д.)

КУДА МОЖНО  
ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ



КУДА МОЖНО  
НАПРАВИТЬ РОДИТЕЛЕЙ:



Всероссийский Детский телефон доверия (бесплатно, круглосуточно)

**8-800-2000-122**

Психологическое консультирование, экстренная и кризисная психологическая помощь для детей в трудной жизненной ситуации, подростков и их родителей, педагогов и специалистов в организациях Вашего муниципального образования/субъекта Российской Федерации.

• Портал [Растимдетей.рф](http://Растимдетей.рф) - бесплатная консультационная помощь родителям по вопросам развития, воспитания и образования детей в возрасте от 0 до 18 лет, профилактики социального сиротства.

• Психологический университет для родителей «Быть родителем» - [бытьродителем.рф](http://бытьродителем.рф)

