

«Психологическая безопасность: взаимоотношения в школе»»

Пашковская О.П.,
руководитель ЦССП БОУ «Центр образования
и комплексного сопровождения детей»
Минобразования Чувашии

Психологическая безопасность образовательной среды — это процесс обеспечения: сохранения и развития психических функций; личностного роста и социализации участников образовательной среды; максимальной реализации их способностей во взаимодействии, исключая психологическое насилие; неразрывной связи с образовательной средой.

Критерии психологической безопасности образовательной среды:

- ✓ защищённость от психологического насилия;
- ✓ отношение к образовательной среде как к важной и значимой;
- ✓ уровень удовлетворённости основными характеристиками процесса взаимодействия участников образовательных отношений;
- ✓ эффективность деятельности службы сопровождения в системе образования.

Для обеспечения психологической безопасности образовательной среды в школе необходимо:

- ✓ создавать доброжелательный коллектив;
- ✓ обучать коммуникативным и поведенческим умениям;
- ✓ создавать системы поведенческой поддержки.



1

Увидеть тех,
кому нужна
помощь
прямо сейчас



2

Информировать
родителей о
проблеме



3

Убедить
обратиться
за помощью

Р



4

Поддержать
ребенка
и семью



5

Работать
на
предупреждение

Выявление настроений учащихся



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

НАВИГАТОР ПРОФИЛАКТИКИ

ПАМЯТКА ДЛЯ ПЕДАГОГОВ

СОВРЕМЕННОЕ ДЕТСТВО:

новая социальная ситуация развития детей и подростков

возможности развития и социальные риски

СОЦИАЛЬНЫЕ РИСКИ МОГУТ ПРИВОДИТЬ К ПСИХОЛОГИЧЕСКИМ И ИНЫМ ПРОБЛЕМАМ, В ТОМ ЧИСЛЕ ПРОЯВЛЯЮЩИМСЯ В:

• социально-психологической дезадаптации

• разных видах отклоняющегося поведения

Социально-психологическая дезадаптация – это состояние, осложняющее приспособление к социальной среде. Может предшествовать проявлениям отклоняющегося поведения или быть его следствием.

Отклоняющееся (девиантное) поведение – это постоянно, стойко повторяющееся поведение, не соответствующее общепринятым социальным нормам и наносящее ущерб самому человеку, окружающим людям и имуществу.

ВИДЫ ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ:

• раннее проблемное (отклоняющееся) поведение

• агрессивное поведение

• суицидальное (в том числе саморазрушающее) поведение

• риск нападения обучающимся на образовательную организацию

• делинквентное поведение

• рискованное поведение

• аддитивное (зависимое) поведение

ЦВЕТОВАЯ ИНДИКАЦИЯ ПРИЗНАКОВ РИСКОВ

Разговоры о рискованном досуге, картинки и фотографии на подобную тематику в социальных сетях, употребление сленга («засек», «дигитить», «сталкить» и др.), грязная и порванная одежда, ушибы и другие травмы

Нездоровый и/или неопытный внешний вид, прогулы, плохое самочувствие, странное поведение, запах алкоголя и/или иных психоактивных веществ, картинки, записки, видео- и аудиозаписи в социальных сетях, посвященные алкоголю и наркотикам

Воровство, подлоги, вандализм, поджоги, мошенничество, кражи со взломом, вымогательства, грабежи, малое хулиганство, нападения и жесткие действия по отношению к людям или животным, шантаж, принуждение к действиям, жесткие угрозы

Подавленное настроение, порезы, закрытость, низкий уровень коммуникации, картинки в социальных сетях и записки на депрессивную, суицидальную тематику, участие в соответствующих группах, высказывания или записки на тему смерти, отсутствие желания жить

Резкое изменение поведения (стал более закрытым, испуганным или подавленным), внезапное или постепенное снижение успеваемости, отказы посещать школу, жалобы на плохое самочувствие, избегание сверстников и педагогов

Нарушения правил, школьные прогулы, частые случаи обмана, побег из дома, чрезмерное упрямство, открытое непослушание, гневливость, бдительность и др., начинающиеся в возрасте от 5 до 8 лет

Систематические крики, удары, драки, повреждение имущества, распространение слухов и сплетен, обидные посты в адрес других в социальных сетях, угрозы, травля

Враждебность, высказывание мыслей агрессивного характера, интерес к агрессивным играм и контенту в Интернете, замкнутость, сниженное настроение, суицидальные высказывания, рисунки, попытки самоповреждения

© МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ

1

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

4 СУИЦИДАЛЬНОЕ, САМОПОВРЕЖДАЮЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ

ПАМЯТКА ДЛЯ ПЕДАГОГОВ В СООТВЕТСТВИИ С НАВИГАТОРОМ ПРОФИЛАКТИКИ

ПО ДАННЫМ СТАТИСТИКИ:

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

ПО РЕЗУЛЬТАТАМ ОТЕЧЕСТВЕННЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ:

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ОРГАНИЗАЦИИ являются важнейшими 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, желании прекратить 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, аддитивного 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).

© МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ

1

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

4 СУИЦИДАЛЬНОЕ, САМОПОВРЕЖДАЮЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ

ПАМЯТКА ДЛЯ ПЕДАГОГОВ В СООТВЕТСТВИИ С НАВИГАТОРОМ ПРОФИЛАКТИКИ

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

• устойчивое снижение настроения, переживания своей неуживчивости (бремени для близких людей), одиночества, чувства неполноценности, беспомощности, 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, безнадёжность и беспомощности;

• 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), возбудимость 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 несуйцидального 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

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):

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.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ПЕДАГОГ ЗАМЕТИЛ У ОБУЧАЮЩЕГОСЯ ПРИЗНАКИ КРИЗИСНОГО СОСТОЯНИЯ, САМОПОВРЕЖДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ, НАМЕРЕНИЯ ПОКОНЧИТЬ ЖИЗНЬ САМОУБИЙСТВОМ?

Информирование администрации образовательной организации

Оперативное информирование родителей

Оперативное направление обучающегося (в т.ч. в составе семьи) к педагогу-психологу с целью оценки его актуального психического состояния, оценки риска суицидального поведения, необходимости обращения к профильным специалистам (психолого-медико-социальная помощь)

В случае подтверждения риска - оповещение (под роспись) родителей о возможном риске развития суицидального поведения, вынесении рекомендаций (психологом) о получении профильной психолого-медико-социальной помощи вне образовательной организации

Формирование и реализация плана совместно с педагогом-психологом, родителями несовершеннолетнего индивидуального психолого-педагогического сопровождения обучающегося

Отказ родителей от психолого-педагогического сопровождения/обращения к специалистам органов и учреждений системы здравоохранения

Обеспечение профилактической работы с обучающимися с результатами динамики

Информирование МЧС/МВД, органов опеки и попечительства о возможной угрозе жизни и здоровью несовершеннолетнего

Куда можно обратиться за помощью:

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 - 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» - быть родителем.рф

© МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ

2

маркеры кризисного состояния у детей и подростков



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



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



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



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.



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



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

Что должно насторожить?



Общие характеристики поведения:

- открытые высказывания о желании покончить жизнь самоубийством;
- косвенные намёки на возможность суицидальных действий;
- активная предварительная подготовка, целенаправленный поиск средств;
- фиксация на примерах самоубийств;
- символическое прощание клиента с ближайшими родственниками;
- изменившийся стереотип поведения: несвойственная замкнутость и снижение двигательной активности у подвижных, общительных; возбужденное поведение и повышенная общительность у малоподвижных и молчаливых;
- сужение круга контактов, стремление к уединению.

Что должно насторожить?



Признаки эмоциональных нарушений

- потеря аппетита или импульсивное обжорство, бессонница или повышенная сонливость;
- частые жалобы на соматические недомогания;
- необычно пренебрежительное отношение к своему внешнему виду;
- постоянное чувство одиночества, бесполезности, вины или грусти;
- ощущение скуки при проведении времени в привычном окружении или выполнении работы, которая раньше приносила удовольствие;
- уход от контактов, изоляция от друзей и семьи, превращение в человека одиночку;
- нарушение внимания со снижением качества выполняемой работы;
- погруженность в размышления о смерти;
- отсутствие планов на будущее;
- внезапные приступы гнева, зачастую возникающие из-за мелочей.

**1. Мониторинг психоэмоционального состояния учащихся
(школьный психолог, администрация)**

Систематические замеры психоэмоционального состояния учащихся 6-11 классов с целью ранней диагностики субдепрессивного состояния

2. Наблюдение за внешним видом учащихся (классные руководители, учителя, психолог)

3. Наблюдение за поведением учащихся (классные руководители, учителя, психолог)

4. Наблюдение за поведением учащихся в столовой (учителя, социальные педагоги, работники пищеблока)

5. Получение и анализ продуктов деятельности (классные руководители, учителя)



**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.

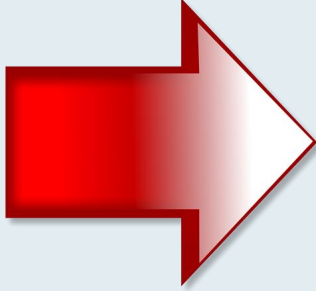
Ребенок расстроен, растерян, подавлен? Не
откладывайте беседу.

Окажите ребенку эмоциональную поддержку и
проясните его намерения прямо сейчас.

Не оставляйте его одного!

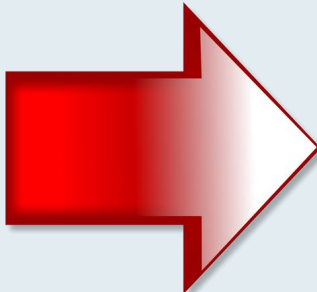


Организация работы с детьми группы (суицидального риска)



2.1. Оказание помощи учащимся группы суицидального риска (психолог, заместитель директора по воспитательной работе, социальный педагог)

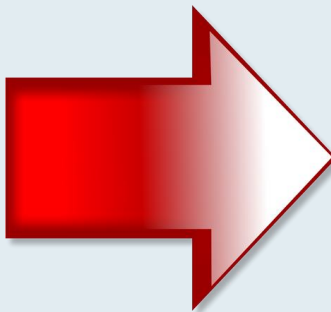
С подростками, имеющими повышенный индекс депрессивности, в школе необходимо организовать проведение дальнейшей индивидуальной психодиагностической и коррекционной работы.



2.2. Информирование педагогов о результатах мониторинга (психолог, классные руководители)

Школьному психологу необходимо информировать классных руководителей о подростках с выявленными депрессивными синдромами.

Нужно организовать для этих детей в школе щадящий режим обучения, комфортную обстановку на уроках, проявить внимание и поддержку со стороны учителей-предметников.



2.3. Работа по нормализации обстановки в семьях детей группы суицидального риска

Социальному педагогу необходимо обследовать семьи подростков с выявленными депрессивными синдромами. При необходимости необходимо принять меры к нормализации обстановки в семьях детей с привлечением инспекторов по делам несовершеннолетних. Комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав, узких специалистов: специалистов по социальной работе комплексного центра социального обслуживания населения

Превентивные меры по профилактике эмоционального неблагополучия учащихся

1. Формирование у учащихся навыков асертивного поведения (психолог)

Школьному психологу необходимо проводить практические занятия с элементами тренингов с учащимися на формирование стрессоустойчивости, отработку техник принятия решения в ситуации выбора, навыков решения конфликта.

2. Обучение учащихся навыкам оказания помощи сверстнику и самопомощи (психолог, учителя, заведующая библиотекой, классные руководители)

Необходимо обучение подростков навыкам релаксации, саморегуляции, снижения психоэмоционального напряжения в стрессовой ситуации. На уроках нужно проводить минутки психологической разгрузки, особенно в конце четверти и учебной недели. Использовать при проведении упражнений волонтерский принцип взаимного обучения - привлекать к проведению упражнений по очереди всех учащихся класса.

3. Формирование у учащихся жизнеутверждающих установок (психолог, учителя, заведующая библиотекой, классные руководители)

4. Профилактика эффекта эмоционального заражения (классные руководители, учителя)

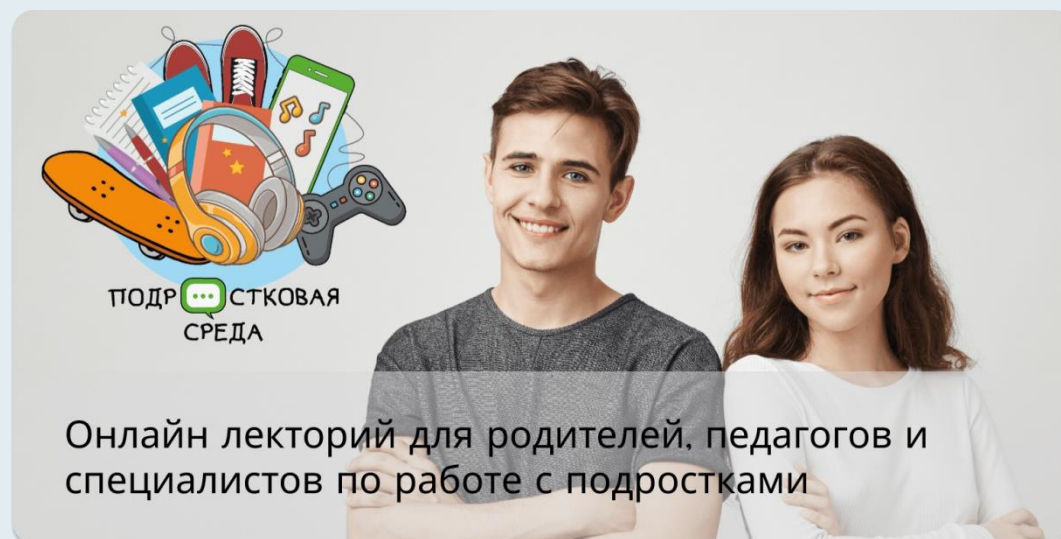
5. Повышение компетентности педагогических работников в области профилактики суицидального поведения учащихся (психолог)

Превентивные меры по профилактике эмоционального неблагополучия учащихся

6. Повышение компетентности родителей в области профилактики суицидальных настроений детей. В образовательном учреждении необходимо проводить тематические родительские собрания о возрастных особенностях подростков, влияющих на общий эмоциональный фон и провоцирующих суицидальные настроения. Желательна организация практических занятий для родителей в рамках родительского всеобуча, на которых подлежат рассмотрению популярные мифы и заблуждения родителей в области саморазрушающего поведения их детей. Также возможны родительские собрания по ученическим параллелям, информирующие родителей об особенностях суицидального поведения младшего возраста (парасуицидах, самоповреждениях, импульсивных и аффективных суицидах). Необходимо разъяснять родителям, что особого, специального типа суицидального характера ребенка не существует, любой подросток при определенных обстоятельствах способен на суицидальное действие, поэтому соответствующие знания им необходимы.

7. Организация пространства (администрация, руководитель социально-психологической службы, заместитель директора по воспитательной работе)

Администрации учебных заведений необходимо использовать в своей работе принцип открытости и доступности в общении с детьми. Установить в школе «Сундучки доверия», на стенде в вестибюле школы вывесить часы приема учеников и родителей по личным вопросам. На видном месте в школе необходимо разместить плакаты с адресами и телефонами служб помощи.



РосПодрОс



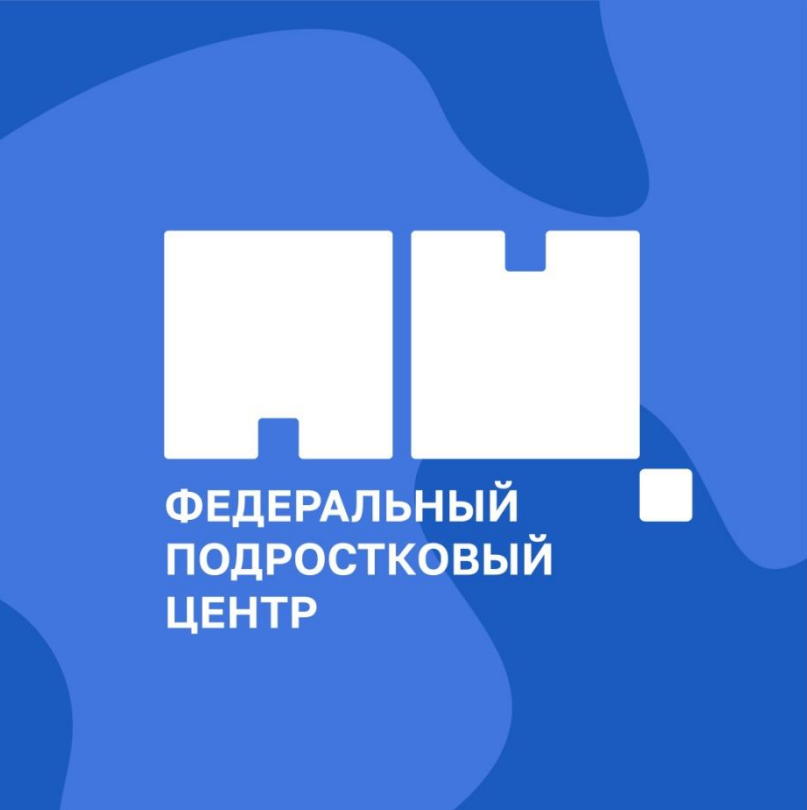
Тематика вебинаров

- конфликты подростков с родителями, учителями, сверстниками;
- «Подростки в сети» - интернет-зависимость, поведение в сети и кибербезопасность;
- профориентация и самоопределение подростков;
- профессиональная психологическая помощь подросткам;
- формирование и развитие у современных подростков духовно-нравственных ценностей и семейных традиций;
- травматический опыт подростка и работа с последствиями и др.

Лекторий «Подростковая среда» - это:

- **два модуля** – для родителей и для специалистов по работе с подростками;
- **спикеры** – ведущие практикующие специалисты в области психологии, педагогики, медиации, социологии;
- **практико-ориентированные технологии** и рабочие инструменты по воспитанию, коммуникациям и работе с современными подростками.





МАЙ	ПН	ВТ	ср	ЧТ	ПТ	сб	ВС
КАЛЕНДАРЬ ВЕБИНАРОВ			1 Праздник	2	3	4	5
	6 Арт-практики для работы с подростками	7	8 Вдохновение, надежда, ожидание Что помогает? Что разрушает?	9	10	11	12
	13 Подростки в конфликте с законом	14	15 Психологически безопасная образовательная среда	16	17	18	19
	20 Трудоустройство подростка	21	22 Половое созревание подростка	23	24	25	26
	27 Расстройство пищевого поведения у подростка	28	29 Формирование законопослушного поведения с помощью игр	30	31		

Институт воспитания | ФГБНУ ИИДСВ



Открытые уроки

- 2023
- 2022
- 2021
- 2020

Открытые родительские собрания

- 2023
- 2022
- 2021

Разместите
номер
телефона доверия
в доступных для
детей местах

**ЗДЕСЬ ТЕБЕ
ПОМОГУТ!**



АНОНИМНО • БЕСПЛАТНО • КРУГЛОСУТОЧНО

Информационная и
консультативная
поддержка родителей



Ваш помощник



Я - родитель

www.ya-roditel.ru

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



ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ФЕДЕРАЛЬНЫЙ КООРДИНАЦИОННЫЙ ЦЕНТР ПО ОБЕСПЕЧЕНИЮ
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ В СИСТЕМЕ ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ОРГАНИЗАЦИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ОКАЗАНИЮ ЭКСТРЕННОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ ОБУЧАЮЩИМСЯ В СИСТЕМЕ ОБРАЗОВАНИЯ



Научно-методическое обеспечение психолого-педагогического сопровождения образовательной деятельности



Рассмотрен отечественный опыт оказания экстренной психологической помощи, а также основные направления психолого-педагогического сопровождения обучающихся, находящихся в кризисном эмоциональном состоянии.

Важным содержательным элементом данного учебно-методического пособия являются представленные алгоритмы действия педагога-психолога при работе с родителями и детьми, находящимися в кризисном состоянии.

