

ПЕРВИЧНАЯ ПРОФИЛАКТИКА
СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ

5 ШАГОВ ПОМОЩИ РЕБЕНКУ

алгоритм помощи ребенку и семье
для образовательных организаций



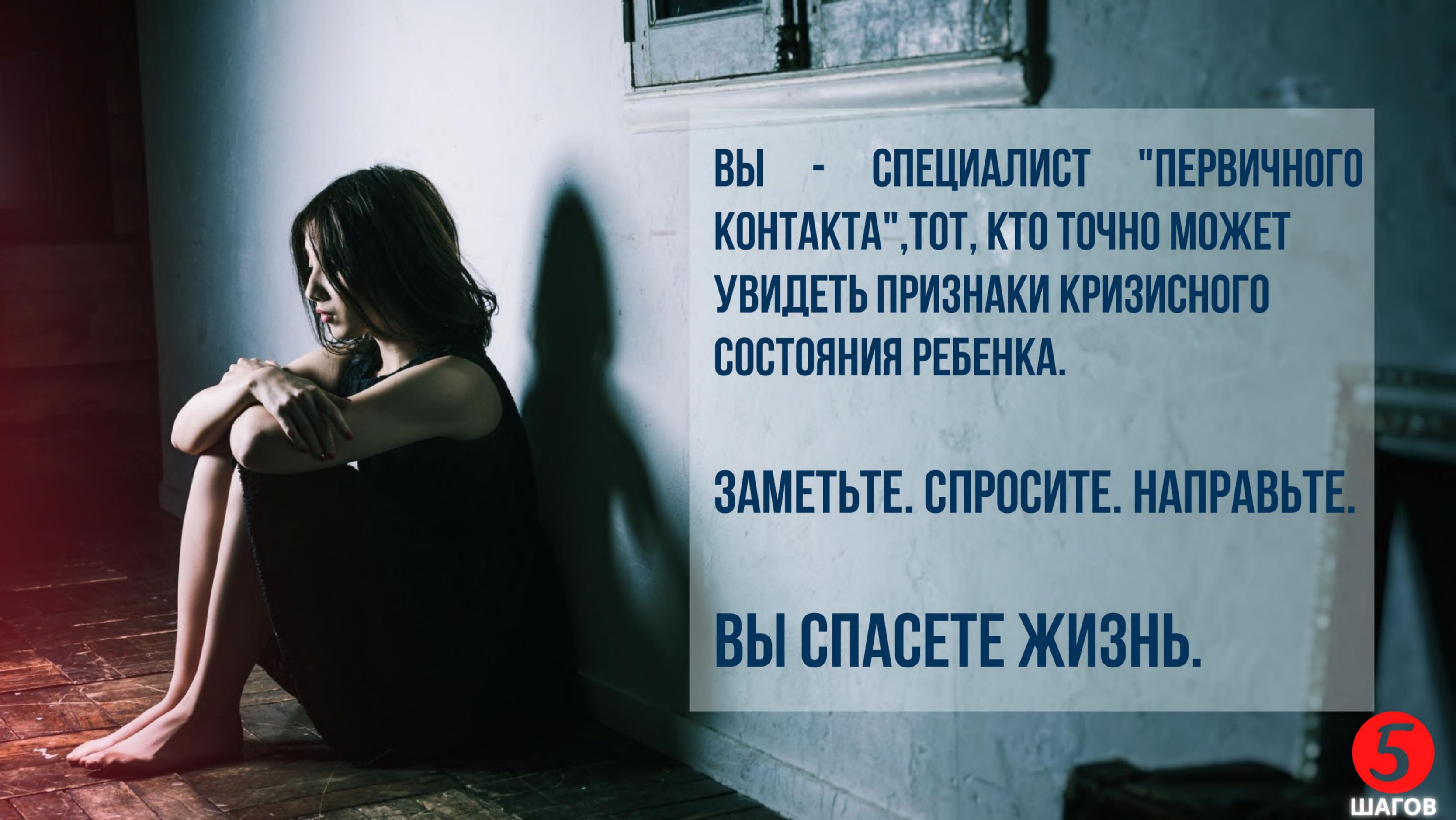
**ОТ КАЖДОГО ИЗ НАС
ЗАВИСИТ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ
БЛАГОПОЛУЧИЕ НАШИХ ДЕТЕЙ**

**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.



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.



Школа в законе

11 фев в 09:46

Ахахах, что??



1.4K 27 77 23K



павук

5 апр в 20:02



1.4K 47 57 21K



павук

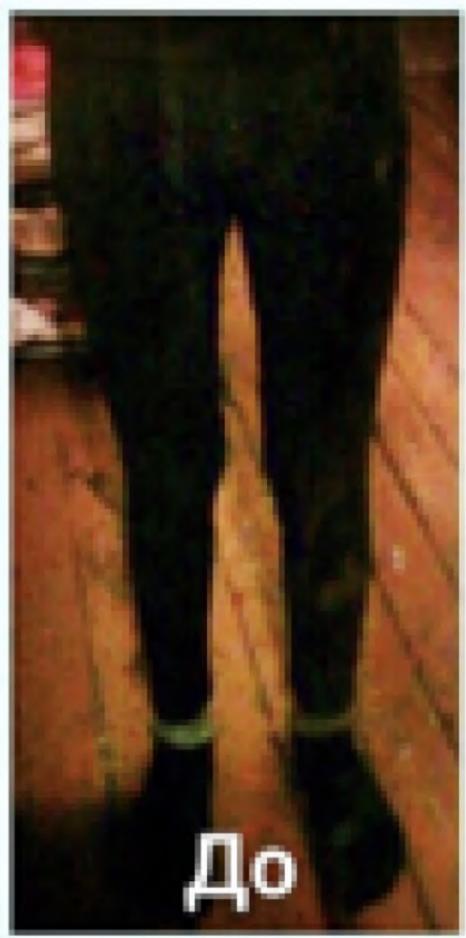
4 апр в 20:43

← 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 твоё 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?

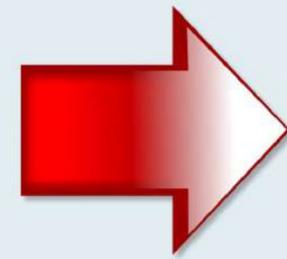
У вас есть **социально-психологическое тестирование**.

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

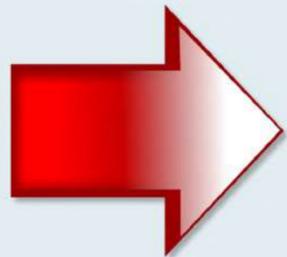
У педагога-психолога есть **психодиагностические методики**, направленные на выявление признаков кризисного состояния.



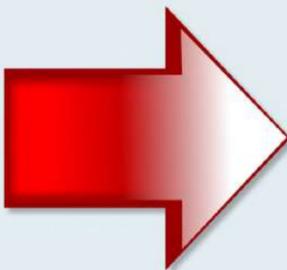
Мотивируйте на прохождение социально-психологического тестирования (информация для родителей)



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.

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



**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;

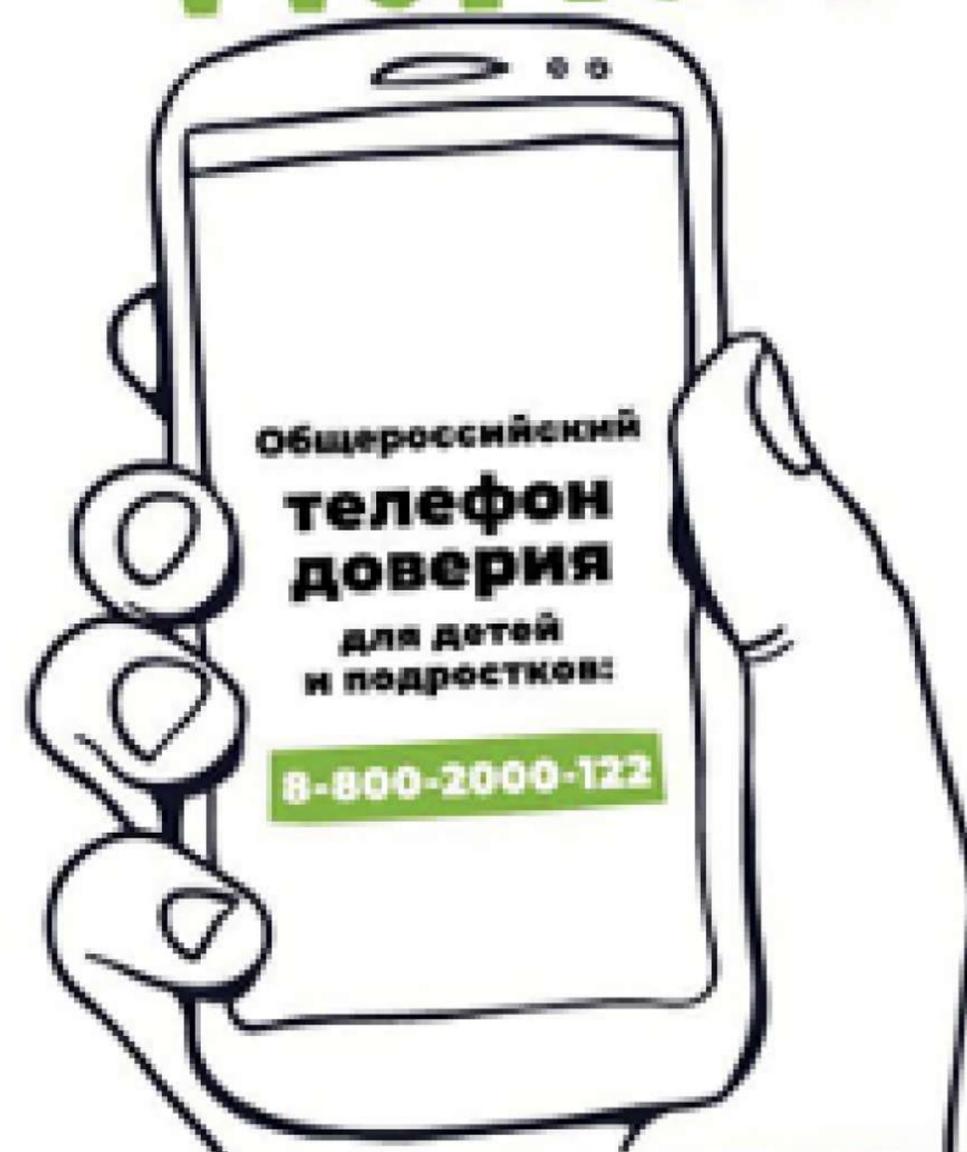
В ШКОЛЕ ДОЛЖНЫ БЫТЬ:

- 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



Ваш помощник



Я - родитель

www.ya-roditel.ru

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