



ТВОЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

2021

МОСКВА

ТВОЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

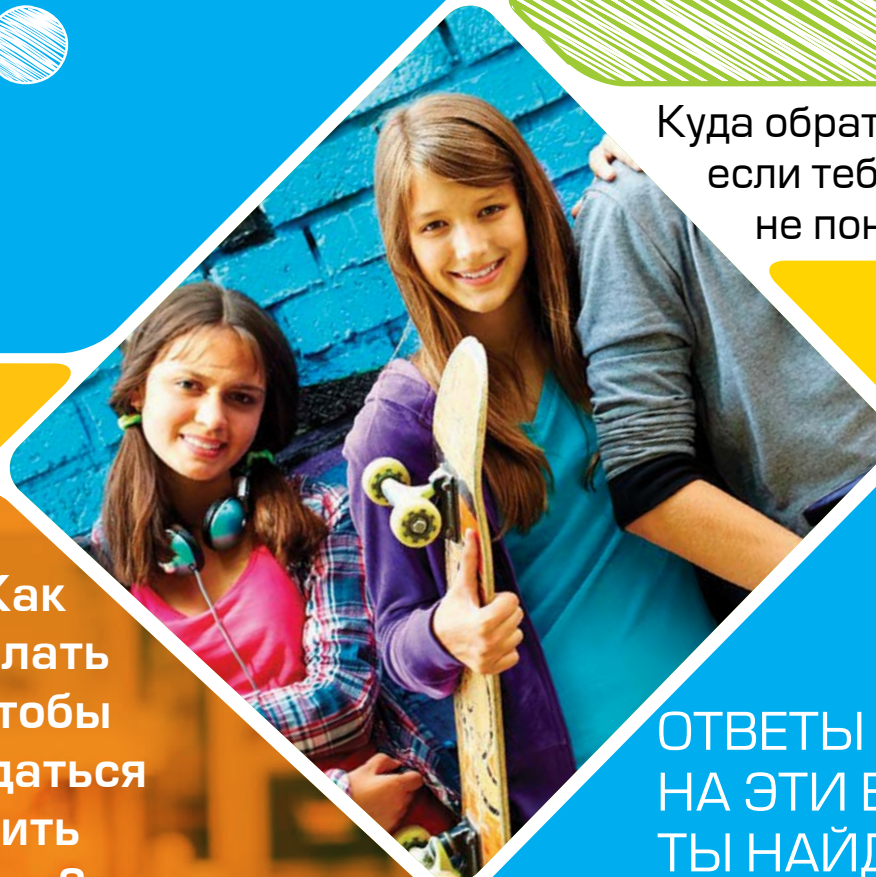
Мир вокруг нас прекрасен
и удивителен
или полон опасностей и угроз?

**ЭТО ЗАВИСИТ ОТ ТВОЕГО
ВИДЕНИЯ ЭТОГО МИРА!**



**ЧТО ДЕЛАТЬ,
ЕСЛИ ТЫ ПОПАЛ
В ТРУДНУЮ
СИТУАЦИЮ?**

**Куда обратиться,
если тебя никто
не понимает?**

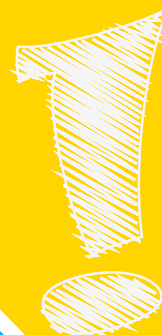


**КАКИЕ РИСКИ ТЕБЯ
ПОДЖИДАЮТ НА ТВОЕМ
ЖИЗНЕННОМ ПУТИ
СЕГОДНЯ,
И КАК ДОСТОЙНО
ПРОТИВОСТОЯТЬ
ИМ?**



**Как
сделать
так, чтобы
наслаждаться
миром и жить
в безопасности?**

**ОТВЕТЫ
НА ЭТИ ВОПРОСЫ
ТЫ НАЙДЕШЬ
В ДАННОЙ ПАМЯТКЕ**



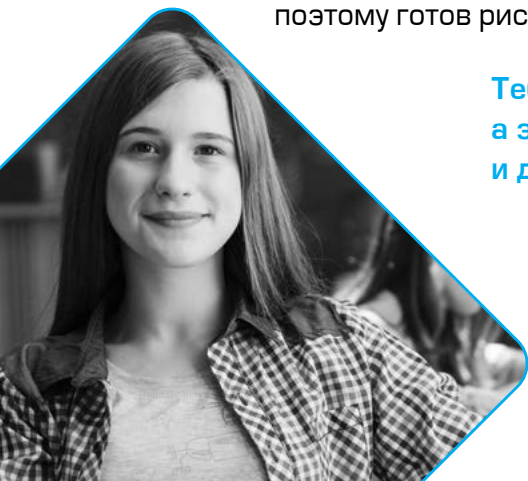
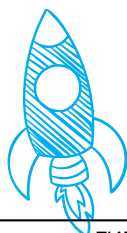


ОСОБЕННОСТИ ТВОЕГО ВОЗРАСТА

Пришло время, когда стремительно и неравномерно в тебе происходят перемены:

- идет физиологическая перестройка: ты интенсивно растешь и изменяешься, что может вызвать недовольство собой, тревогу, плохое настроение;
- идет формирование ценностей: ты стремишься утвердить свои ценности, поэтому спешишь противопоставить себя миру взрослых, иногда ощущаешь полное непонимание как со стороны взрослых, так и со стороны сверстников;
- идет формирование самооценки: ты сравниваешь себя с другими (нередко не в твою пользу), что может приводить к недовольству собой и стремлению всем что-то доказать;
- ты ищешь свое место в жизни и среди людей, поэтому готов рискнуть.

**Тебе важно утвердить свое «Я»,
а это всегда связано с трудностями
и даже опасностями!**



ЧТО СОЗДАЕТ УГРОЗУ ДЛЯ ТВОЕЙ БЕЗОПАСНОСТИ?

Угроза для твоей безопасности существует:

- когда ситуация вызывает у тебя негативные переживания, порождает тревогу и страх, приводит тебя к ощущению беспомощности, переживанию одновременно невозможности так жить дальше и изменить ситуацию;
- когда тебя вовлекают в опасные группы и сообщества, в незаконную деятельность;
- когда нарушаются твои права на благополучие и защиту.





ЕСЛИ ТЕБЕ ТРУДНО

В жизни каждого человека бывают трудные ситуации, когда невозможно самому справиться с собственными переживаниями и не видно выхода из сложившейся ситуации.

Тебе кажется, что тебя никто не понимает?

Ты переживаешь из-за чувства вины, беспомощности, одиночества, испытываешь страх, разочарование, растерянность и неуверенность в себе?

Твое положение настолько тяжело, что жить трудно –

ЗНАЙ! ПОМОЩЬ ЕСТЬ!



ТЫ МОЖЕШЬ СПРАВИТЬСЯ САМ



Если ты не можешь справиться с переживаниями...

Не держи в себе мысли и чувства!


Первые и самые важные в твоей жизни люди — это родители! Помни, что ты всегда можешь найти у них совет, помощь, защиту.

Если по каким-то причинам тебе сложно обсудить проблему с родителями, поговори с психологом в твоей школе или в Центре социальной помощи семье и детям. Он поможет справиться со стрессом, подскажет, как лучше для тебя строить дальнейшие отношения с одноклассниками или родителями либо действовать в иной сложной ситуации.






**ТЫ ВСЕГДА
МОЖЕШЬ ОБРАТИТЬСЯ
В КРУГЛОСУТОЧНЫЕ
СЛУЖБЫ
ЭКСТРЕННОЙ ПОМОЩИ
В ТРУДНЫХ СИТУАЦИЯХ**



**ВСЕРОССИЙСКИЙ
ДЕТСКИЙ
ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ
8-800-2000-122**



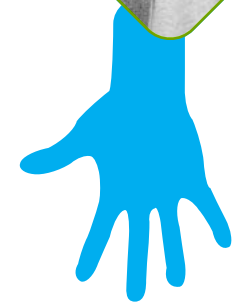
КОГДА ОБЯЗАТЕЛЬНО НУЖНО ОБРАЦАТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ?

К сожалению, бывает, что твои ровесники обратиться к взрослым не решаются, потому что стыдятся поделиться своими переживаниями с чужим человеком, или не верят, что им смогут помочь, или считают это признаком слабости. В результате, попав в сложную ситуацию, ты будешь самостоятельно искать решение и часто поступать опрометчиво. Эти решения могут привести тебя совсем не туда, куда бы ты хотел.



ЗАПОМНИ!

- Если ты подвергаешься насилию в семье или школе...
- Если тебя обижают, унижают сверстники или взрослые...
- Если тебя запугивают или шантажируют, отнимают деньги или вещи...
- Если тебе кажется, что весь мир против тебя...
- Если ты не можешь разобраться в себе и своих чувствах...
- Если тебе кажется, что ты остался совсем один...



**САМОЕ ВРЕМЯ
ОБРАТИТЬСЯ
К СПЕЦИАЛИСТАМ,
КОТОРЫЕ МОГУТ
ПОНЯТЬ ТЕБЯ И ПОМОЧЬ!**



- Как не упасть духом и найти выход из трудной ситуации?
- Как добиться результата, не потеряв свое достоинство?
- Как наладить отношения с родителями, сверстниками?
- Как найти свое место в жизни?
- Как себя вести, чтобы не попасть в беду?



**СПЕЦИАЛИСТЫ ЗНАЮТ
ОТВЕТЫ НА ЭТИ И ДРУГИЕ
ВОПРОСЫ И ВМЕСТЕ С
ТОБОЙ СМОГУТ ОТСТОЯТЬ
ТВОИ ЗАКОННЫЕ ПРАВА НА:**

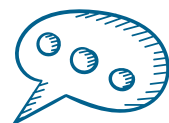
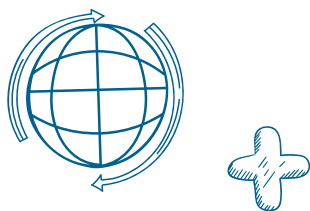


- жизнь;
- уважение твоего человеческого достоинства;
- заботу со стороны родителей и государства;
- защиту от любого вида насилия и жестокости;
- медицинское обслуживание и охрану здоровья;
- получение необходимого образования и др.

**ГЛАВНОЕ – ЗНАЙ:
ТЫ ИМЕЕШЬ ПРАВО
БЫТЬ ПОНЯТЫМ
И ПРИНЯТЫМ!**



КАК ОПРЕДЕЛИТЬ ИНТЕРНЕТ-РИСКИ



НО ВСЕГДА ЛИ ЭТО БЕЗОПАСНО?

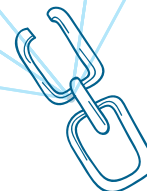
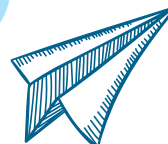
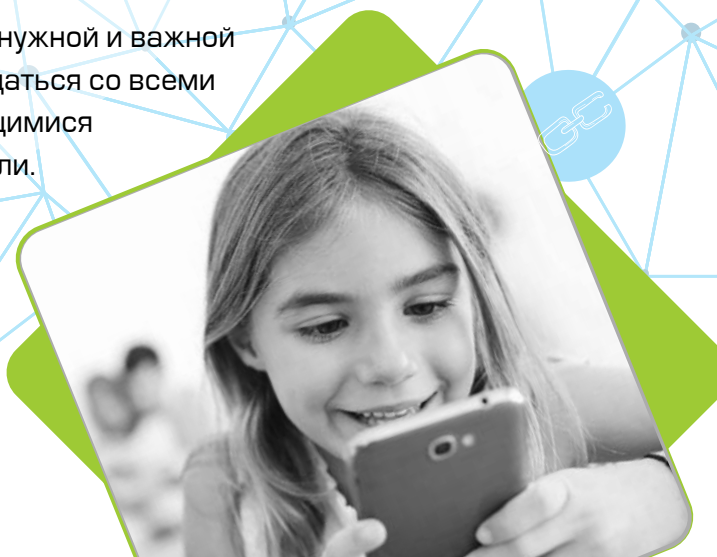
ПОЧЕМУ ИНТЕРНЕТ МОЖЕТ БЫТЬ ОПАСЕН?



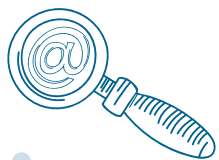
Ты знаешь, что сегодня твоих сверстников часто называют поколением быстрых кнопок, цифровым поколением? И уж точно знаешь, почему! Ваш привычный мир — интернет-среда — такое удобное и логичное жизненное пространство. Интернет — твой незаменимый помощник в учебе и развлечениях. Здесь ты находишь много нужной и важной информации, можешь общаться со всеми своими друзьями, находящимися даже на другом конце Земли.

Информацию в интернете трудно проверять, поэтому злоумышленники могут использовать интернет-пространство для распространения информации, опасной для твоего здоровья, развития и даже жизни.

Через интернет злоумышленники могут получить **ДОСТУП К ТВОЕЙ ЛИЧНОЙ ИНФОРМАЦИИ, СВЕДЕНИЯМ О ТВОЕЙ СЕМЬЕ** и использовать это в преступных целях; вовлечь тебя в опасные игры, группы и сообщества, втянуть в незаконную деятельность; злоупотребить твоим доверием и причинить вред.



КАК ПРОТИВОСТОЯТЬ ИНТЕРНЕТ-РИСКАМ И КАК САМОМУ ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ?



**ИНТЕРНЕТ БЕЗОПАСЕН, ЕСЛИ
ТЫ ИСПОЛЬЗУЕШЬ РАЗРЕШЕННЫЕ
САЙТЫ, УМЕЕШЬ РАБОТАТЬ
С ИНФОРМАЦИЕЙ, КРИТИЧНО
ОТНОСИШЬСЯ К НЕЙ!**

Для обеспечения безопасности
при использовании интернета
соблюдай простые правила

ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА РАБОТЫ В ИНТЕРНЕТ-СРЕДЕ

для
ШКОЛЬНИКОВ
МЛАДШИХ
КЛАССОВ



ВСЕГДА СПРАШИВАЙ РОДИТЕЛЕЙ
о том, что тебя встревожило в интернете.
Они помогут тебе понять, безопасно
это или нет!



**ДОБАВЛЯЙ
В ДРУЗЬЯ
ТОЛЬКО
ЗНАКОМЫХ
ТЕБЕ ЛЮДЕЙ**



**НЕ ОТПРАВЛЯЙ
ФОТОГРАФИИ
ЛЮДЯМ,
КОТОРЫХ
ТЫ НЕ ЗНАЕШЬ**



**НЕ РАССКАЗЫВАЙ О СЕБЕ
НЕЗНАКОМЫМ ЛЮДЯМ:** где ты живешь,
в какой школе учишься, не давай номер
телефона



**НЕ ВСТРЕЧАЙСЯ ВЖИВУЮ БЕЗ
ВЗРОСЛЫХ С ЛЮДЬМИ ИЗ ИНТЕРНЕТА.**
В интернете многие люди рассказывают
о себе неправду



**НО В ТО ЖЕ ВРЕМЯ, общаясь в интернете,
БУДЬ ДРУЖЕЛЮБЕН С ДРУГИМИ.
НЕ ПИШИ ГРУБЫХ СЛОВ, потому что
ты можешь нечаянно обидеть человека**

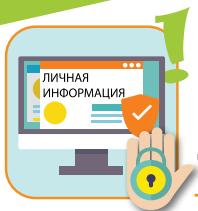


**ЕСЛИ ТЕБЯ
КТО-ТО РАССТРОИЛ
ИЛИ ОБИДЕЛ,
ОБЯЗАТЕЛЬНО
РАССКАЖИ взрослому**



**НЕ НАЖИМАЙ
НА
ПОДОЗРИТЕЛЬНЫЕ
ССЫЛКИ**

ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА РАБОТЫ В ИНТЕРНЕТ-СРЕДЕ



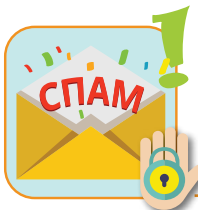
НЕ УКАЗЫВАЙ ЛИЧНУЮ ИНФОРМАЦИЮ ПРИ РЕГИСТРАЦИИ НА САЙТЕ (свое настоящее имя, возраст, город проживания и т. п.), т. к. она может быть доступна незнакомым людям



ИСПОЛЬЗУЙ ВЕБ-КАМЕРУ ТОЛЬКО ПРИ ОБЩЕНИИ С ДРУЗЬЯМИ



НЕ НАЖИМАЙ НА НЕИЗВЕСТНЫЕ ССЫЛКИ



Нежелательные письма от незнакомых людей **НАЗЫВАЮТСЯ «СПАМ»**. Если ты получил такое письмо, не отвечай на него



Если тебе пришло сообщение с незнакомого адреса, не открывай его, **ЭТО МОЖЕТ БЫТЬ ПИСЬМО С ВИРУСОМ**

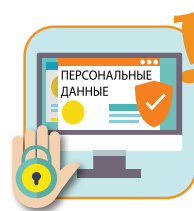


Если тебе приходят письма с неприятным и оскорбляющим содержанием, если кто-то ведет себя по отношению к тебе неподобающим образом, **СООБЩИ ОБ ЭТОМ РОДИТЕЛЯМ ИЛИ ПЕДАГОГУ**



ВСЕГДА СООБЩАЙ ВЗРОСЛЫМ обо всех случаях в интернете, которые **ВЫЗВАЛИ У ТЕБЯ СМУЩЕНИЕ ИЛИ ТРЕВОГУ**

ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА РАБОТЫ В ИНТЕРНЕТ-СРЕДЕ



НЕ РАЗМЕЩАЙ ПЕРСОНАЛЬНУЮ ИНФОРМАЦИЮ В ИНТЕРНЕТЕ (номер мобильного телефона, адрес электронной почты, домашний адрес и личные фотографии)



НЕ ОТКРЫВАЙ ФАЙЛЫ ОТ НЕЗНАКОМЦЕВ, в них могут быть вирусы или фото/видео с агрессивным содержанием



НЕ ОТВЕЧАЙ НА СПАМ (нежелательные электронные письма)



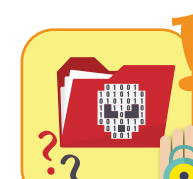
НЕ ДОБАВЛЯЙ НЕЗНАКОМЫХ ЛЮДЕЙ К СЕБЕ В ДРУЗЬЯ: виртуальные знакомые могут быть не теми, за кого себя выдают



НЕ НАЖИМАЙ НА ПОДОЗРИТЕЛЬНЫЕ ССЫЛКИ



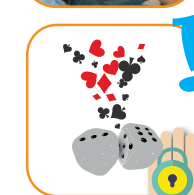
ОСТЕРЕГАЙСЯ ЗАМАНЧИВЫХ ПРЕДЛОЖЕНИЙ РАБОТЫ, когда предлагают солидное вознаграждение за обещание легкой и необременяющей работы



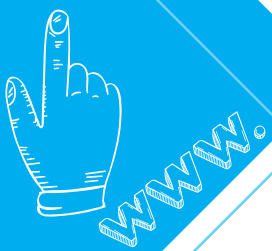
НЕ СКАЧИВАЙ ФАЙЛЫ ИЗ НЕИЗВЕСТНЫХ ИСТОЧНИКОВ



ОБЩАЙСЯ с родителями, педагогами или специалистами твоей школы, если чувствуешь, что ты **ОДИН НЕ МОЖЕШЬ РАЗОБРАТЬСЯ В СИТУАЦИИ В ИНТЕРНЕТ-СРЕДЕ**

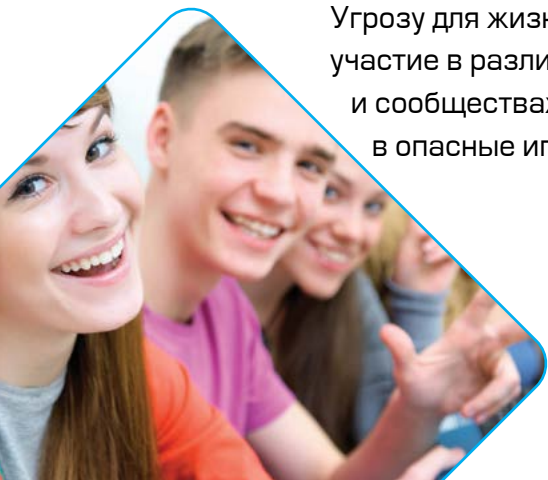
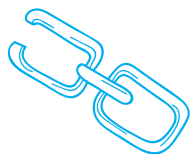


НЕ СОГЛАШАЙСЯ НА ПРЕДЛОЖЕНИЯ ПОИГРАТЬ В АЗАРТНЫЕ ОНЛАЙН-ИГРЫ — подростки не могут играть в эти игры согласно закону



КАК РАСПОЗНАТЬ, КАКИЕ СИТУАЦИИ НЕСУТ РИСКИ И УГРОЗЫ ТВОЕЙ ЖИЗНИ?

Мы привыкли, что это катастрофы, убийства, несчастные случаи. Да, это так. Но не только! Угрозу жизни несут и ситуации, когда ты переживаешь очень сильные негативные эмоции и чувства (тревогу, страх, неверие в свои силы, разочарование и т.п.). Причины таких переживаний у каждого свои: для одного — смена места жительства, переход в другую школу, для другого — болезнь близкого человека или своя собственная, утрата близких людей. Угрозу для жизни может представлять и твое участие в различных «тайных» группах и сообществах, где тебя могут вовлечь в опасные игры.

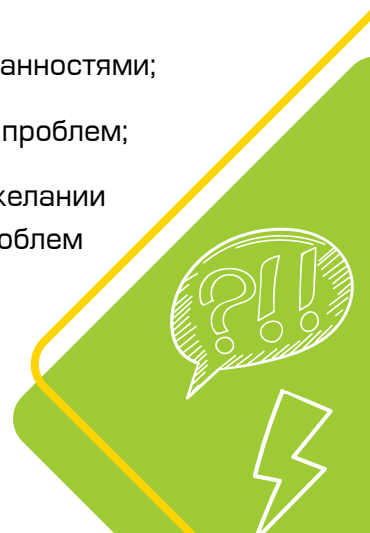



КАК САМОМУ РАСПОЗНАТЬ УГРОЗУ?



УГРОЗА ЕСТЬ, ЕСЛИ...

- ты переживаешь негативные эмоции и чувства на протяжении длительного периода времени, устал от них, чувствуешь замешательство, опустошенность, а они все не проходят;
- у тебя случаются ночные кошмары и бессонница;
- ты чувствуешь одиночество, и у тебя нет человека, с кем можно поделиться своими чувствами, хотя ты нуждаешься в этом;
- тебе кажется, что ваши взаимоотношения в семье ухудшились;
- ты стал хуже справляться со своими обязанностями;
- тебе кажется, что мир сплошь состоит из проблем;
- тебе все надоело, и приходят мысли о нежелании так жить, а уход кажется избавлением от проблем и трудностей.





КАК ПРОТИВОСТОЯТЬ СИТУАЦИЯМ, КОТОРЫЕ МОГУТ НЕСТИ РИСК И ОПАСНОСТЬ ДЛЯ ТВОЕЙ ЖИЗНИ?

1

УЧИСЬ РАБОТАТЬ СО СВОИМИ ЭМОЦИЯМИ

Наше поведение целиком зависит от того, как мы настроены. Вспомни время, когда тебе казалось, что все идет хорошо, когда настроение у тебя было лучше не придумаешь. Надо полагать, в это время ты и уроки не прогуливал, и домашние задания делал вовремя, и контрольные хорошо писал. Если ты играл в школьной команде, у тебя и тут наверняка все получалось. Скорее всего, ты не ссорился с одноклассниками и родителями. Словом, вел себя как человек, которому все в удовольствие.



ЗАПОМНИ!



**ТЫ – ТОТ ЖЕ САМЫЙ ЧЕЛОВЕК,
КОТОРЫМ БЫЛ ПЕРЕД ТРУДНОЙ
СИТУАЦИЕЙ В ЖИЗНИ.**

«СВЕТ В КОНЦЕ ТОННЕЛЯ» ЕСТЬ.

**ЕСЛИ ТЫ СТРАДАЕШЬ СЛИШКОМ СИЛЬНО
ИЛИ СЛИШКОМ ДОЛГО, ТЕБЕ НЕОБХОДИМО
ВОСПОЛЬЗОВАТЬСЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩЬЮ.**



2

БУДЬ ВНИМАТЕЛЕН К ОКРУЖАЮЩИМ



ПОМНИ: мы ведем себя в зависимости от того, что в данный момент чувствуем. И если люди вдруг начинают вести себя непривычно, это верный знак того, что с ними что-то неладно. Если привычное поведение твоего друга почему-то вдруг изменилось, если прошло уже несколько недель, а ты его не узнаешь, значит, с ним что-то произошло. Главные слова тут – «изменилось» и «почему-то вдруг»; существенно в данном случае не то, что он ведет себя не так, как следует, а то, что он ведет себя не так, как вел раньше.

ЕСЛИ ТВОЙ ДРУГ:

- демонстрирует неожиданные смены настроения;
- недавно перенес тяжелую утрату;
- раздает любимые вещи;
- приводит дела в порядок;
- становится агрессивен, бунтует, не желает никого слушать;
- живет на грани риска, совершенно не бережет себя;
- утратил самоуважение...

**Это значит, он не может справиться с трудной
жизненной ситуацией и отчаялся в поиске
выхода из нее.**

3

ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ!

КАК И ГДЕ ПОЛУЧИТЬ ПРОФЕССИОНАЛЬНУЮ ПОМОЩЬ И ПОДДЕРЖКУ?

❓ Как помочь себе или другу отыскать способ выхода из кризисной ситуации?

! Надо преодолеть три «Н» (непреодолимые, нескончаемые, непереносимые проблемы) и бороться с тремя «Б» (беспомощность, бессилие и безнадежность).

❓ Куда пойти?

! К школьному психологу или психологу Центра психологической помощи.

– ПОЗВОНИТЬ ПО ТЕЛЕФОНУ

ТЕЛЕФОННОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ

ТЕЛЕФОННОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ — это беседа с психологом, обеспечивающая анонимность и особую доверительность. Психолог — телефонный консультант способен дистанционно разобраться в твоих проблемах и помочь тебе преодолеть трудности не хуже, чем если бы ты пришел на прием.

ОСНОВНЫМИ ПРАВИЛАМИ РАБОТЫ ДЕТСКОГО ТЕЛЕФОНА ДОВЕРИЯ ЯВЛЯЮТСЯ:

- **АНОНИМНОСТЬ** — ты не обязан представляться, передавать свои личные данные, твой номер телефона не фиксируется.
- **КОНФИДЕНЦИАЛЬНОСТЬ** — телефонный разговор не записывается и никому не передается.
- **ТОЛЕРАНТНОСТЬ** — психолог с уважением отнесется к тебе и твоим проблемам.
- **СВОБОДА РАЗГОВОРА** — ты можешь в любой момент прервать разговор.

ЗНАЙ!
**ЕСТЬ ЛЮДИ, КОТОРЫЕ ТЕБЯ
ВЫСЛУШАЮТ И ПОЙМУТ!**

ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ, ФИЗИЧЕСКОЕ ИЛИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ НАСИЛИЕ



- Если тебя обижают
- Если ты ощущаешь давление и посягательства на твою честь и достоинство
- Если ты находишься в состоянии постоянной эмоциональной напряженности и подавленности
- Если ты терпишь издевательства, молчишь и мечтаешь о том дне, когда закончится этот кошмар

**ЗНАЧИТ, ТЫ ПОДВЕРГАЕШЬ
СВОЮ ЖИЗНЬ СЕРЬЕЗНОЙ ОПАСНОСТИ!**

В ТАКИХ СИТУАЦИЯХ ТЕРПЕНИЕ — НЕ ВЫХОД!



КАЖДЫЙ ЧЕЛОВЕК ИМЕЕТ ПРАВО НА ЗАЩИТУ ЧЕСТИ И ДОСТОИНСТВА!



Необходимо справиться с этой проблемой сегодня и сейчас!

Наиболее правильное решение — немедленно рассказать о происходящем взрослым.

- В первую очередь об этом должны узнать родители или другие взрослые, которые заботятся о тебе. Они обеспечат твою безопасность и помогут пережить случившееся.
- Если ты не можешь сказать о случившемся родителям или они не приняли меры, могут помочь другие специалисты. Например, юрист Центра социальной помощи семье и детям, который вместе с тобой напишет соответствующее заявление в органы правопорядка и станет защищать твои законные права. Помощь тебе также окажут психолог и социальный педагог.

Молчание — это согласие с тем, как с тобой поступают, и разрешение быть несправедливым по отношению к тебе в дальнейшем!

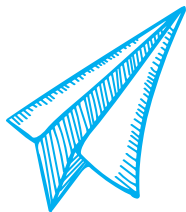




УХОД ИЗ ДОМА

Страшнее всего, когда ты сознательно (как тебе кажется) бросаешь свой дом и становишься беспризорником. Свобода делать, что хочешь, дурманит недолго. Для того чтобы выжить, приходится заниматься попрошайничеством, жить на вокзалах и в грязных подвалах. Тогда ты начинаешь терять здоровье, отставать в развитии, не видеть перспектив своей будущей жизни...

Если нет возможности вернуться домой, обратись в любой приют, органы опеки и попечительства, учреждение социальной защиты (Центры помощи семье и детям, социально-реабилитационные центры для несовершеннолетних, приюты и т.д.) или просто подойди к сотруднику полиции.



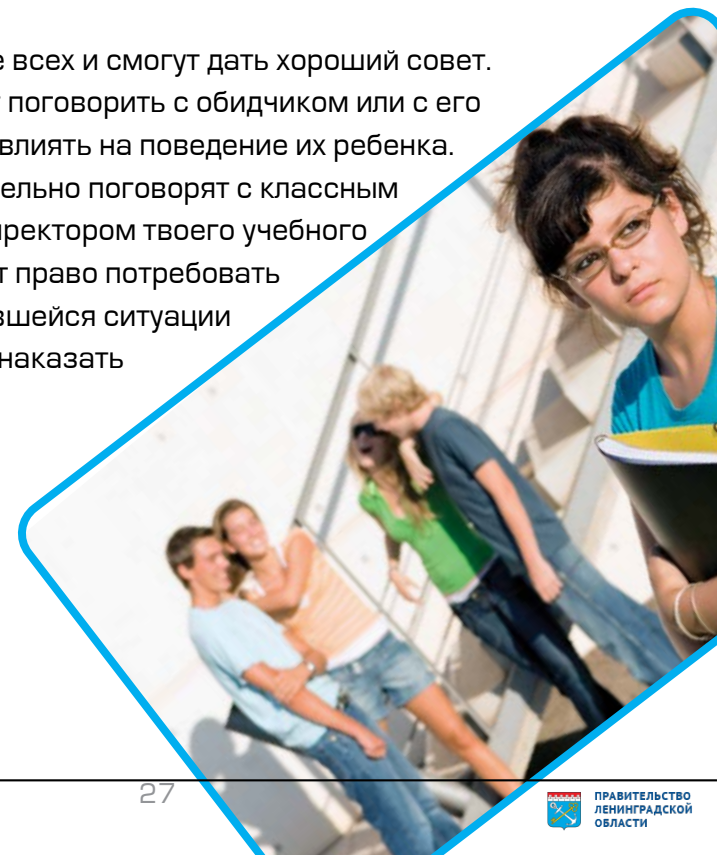
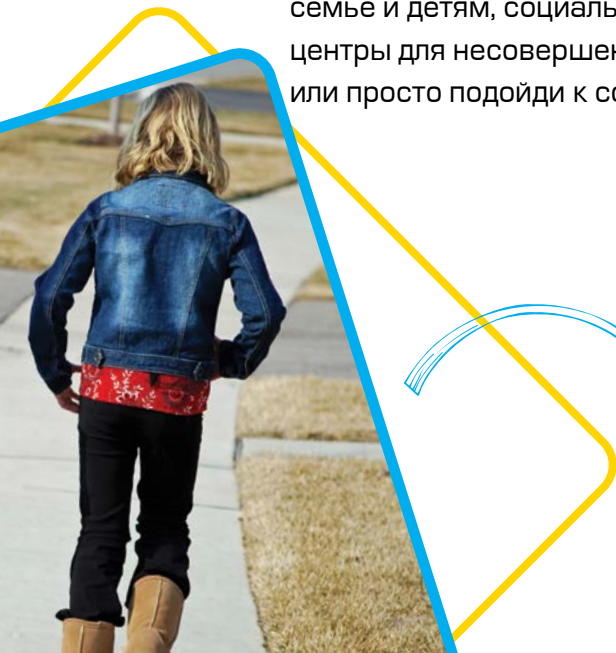
КОНФЛИКТНЫЕ СИТУАЦИИ

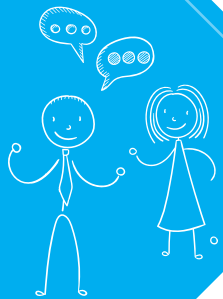
ПРОБЛЕМЫ С ОДНОКЛАССНИКАМИ...

Ты устал от насмешек, чувствуешь себя отверженным среди одноклассников и не понимаешь, почему так к тебе относятся? Ты пробовал разобраться в причинах плохого отношения к тебе? Может, что-то в твоём поведении делает тебя уязвимым, или ты относишься к сверстникам с чувством превосходства? Или ты просто не умеешь сдерживать эмоции? Понять причину довольно сложно, и помочь в этом тебе могут взрослые.

В ПЕРВУЮ ОЧЕРЕДЬ ПОГОВОРИ ОБ ЭТОМ С РОДИТЕЛЯМИ.

Они знают тебя лучше всех и смогут дать хороший совет. Кроме того, они могут поговорить с обидчиком или с его родителями, чтобы повлиять на поведение их ребенка. Твои родители обязательно поговорят с классным руководителем или директором твоего учебного заведения. Они имеют право потребовать разобраться в сложившейся ситуации и при необходимости наказать обидчика.





Если родители не повлияли на ситуацию, обратись к классному руководителю или в администрацию твоего образовательного учреждения. Они должны убедить обидчика, что такое поведение недопустимо. Образовательное учреждение не имеет права отмахнуться от твоей проблемы, так как Федеральный закон «Об образовании» обязывает обеспечить уважительное к тебе отношение.

В любом случае можно обратиться к психологу или социальному педагогу в твоем образовательном учреждении или Центре социальной помощи семье и детям. Он вместе с тобой разберется в причинах проблем и выработает такую стратегию твоего поведения, которая обязательно даст положительные результаты.

ПРОБЛЕМЫ В ОБЩЕНИИ С УЧИТЕЛЕМ...

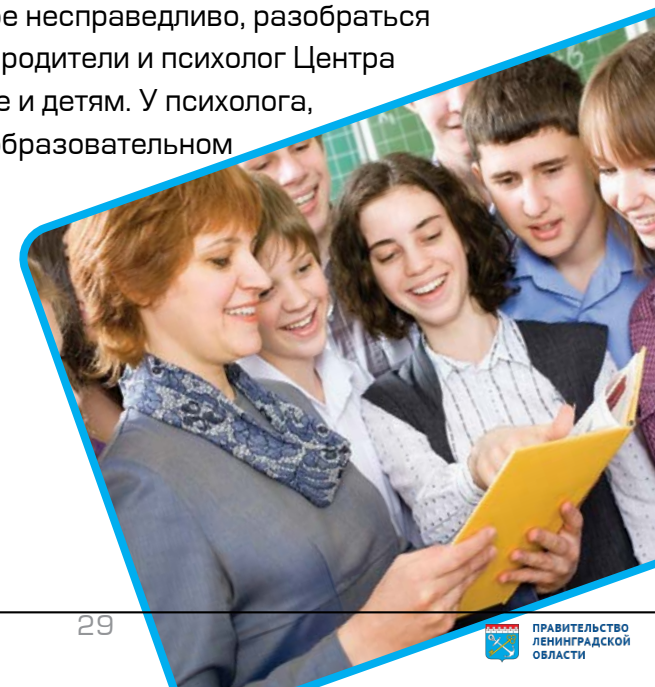
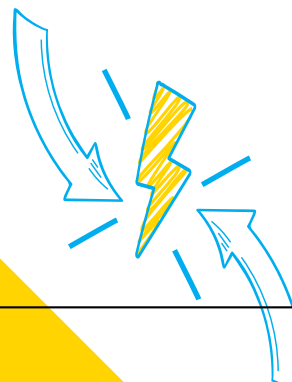
Причины конфликтов с учителем могут быть разными. Но, несмотря на сложные отношения с преподавателем, ты должен получить образование. Это не только твое право, но и обязанность. Твоя задача — научиться разрешать конфликты. И учеба — важный этап получения этого опыта.

Конфликт может быть связан с твоей низкой успеваемостью. Сначала расскажи родителям и классному руководителю о трудностях в учебе. Затем самостоятельно или вместе с классным руководителем и родителями поговори с преподавателем того предмета, по которому у тебя проблемы, и продемонстрируй искреннее желание наверстать учебную программу. Учитель поможет тебе в этом.

Если проблема с успеваемостью очень сложная, тебе не обойтись без помощи администрации образовательного учреждения. Вместе с классным руководителем и родителями нужно обратиться к завучу по учебно-воспитательной работе или директору. Конечно, такая встреча не должна носить характер жалобы на учителя. Администрация окажет тебе содействие в организации дополнительных занятий.


Конфликт может быть вызван неприязнью учителя к тебе. Если причина конфликта — твой неблагоприятный поступок, нужно извиниться перед учителем. Признать свою ошибку непросто. Родители или психолог твоего образовательного учреждения помогут сделать этот трудный шаг.

Если причина неприязни учителя непонятна, или, с твоей точки зрения, он относится к тебе несправедливо, разобраться в конфликте тебе помогут родители и психолог Центра социальной помощи семье и детям. У психолога, не работающего в твоем образовательном учреждении, ты будешь чувствовать себя увереннее и спокойнее.





УЧАСТИЕ В НЕЗАКОННЫХ АКЦИЯХ И МЕРОПРИЯТИЯХ



Тебе предлагают принять участие в какой-нибудь акции или манифестации, организованной каким-либо молодежным движением, или пойти на улицу отметить событие (спортивное или иное)?


Привлекательным выглядит участие во флешмоб-акциях (неизвестный тебе человек в интернете предложил прийти в конкретное место и время и сделать определенное действие).

Тебя могут завлекать в различные экстремистские организации: фашистские, скинхедовские, рассказывая о «романтике», возможности стать «сильным».

Первое, что ты должен сделать — поинтересуйся, какая цель мероприятия, что надо будет делать. Обязательно спроси совета у родителей или классного руководителя, воспитателя, другого взрослого, которому доверяешь.

Радостные события в спорте можно отмечать и по-другому. Когда ты попадаешь в толпу болельщиков, или сочувствующих, или выступающих против чего-либо или кого-либо, ты заражаешься энергией толпы, ее чувствами и намерениями. Здесь уже начинает действовать психология толпы, которой ты не можешь противостоять, и делаешь то, что сам бы никогда не сделал, и за что потом будет стыдно!

**ПОМНИ, ЧТО ЗА ВСЕМИ ТАКИМИ АКЦИЯМИ
СТОЯТ ВЗРОСЛЫЕ СО СВОИМИ ПЛАНАМИ
И НАМЕРЕНИЯМИ, И ТЫ СТАНОВИШЬСЯ ЖЕРТВОЙ
ИХ МАНИПУЛЯЦИИ ПОМИМО СВОЕЙ ВОЛИ!**



1! ПРЕСТУПНОЕ ПОВЕДЕНИЕ ЭТОГО НЕЛЬЗЯ ДОПУСТИТЬ!

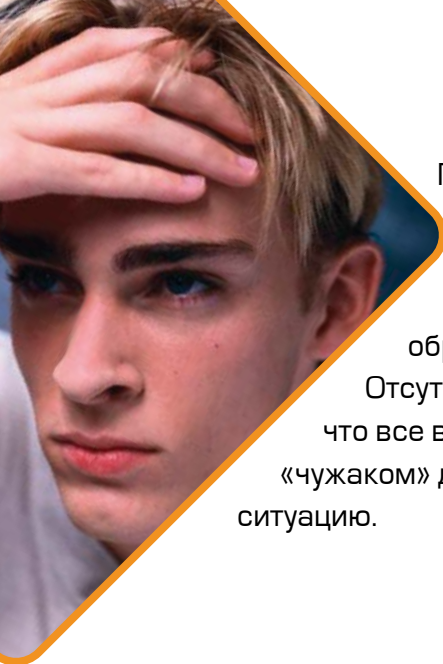
Сегодня в средствах массовой информации, интернете много говорят о проявлениях ксенофобии и нетерпимости, дискриминации как о негативных явлениях. С этим ты можешь столкнуться дома, в школе, во дворе, на улице.

КСЕНОФОБИЯ — это негативная установка, необъяснимый, иррациональный страх и ненависть к чужакам: представителям другой религии (иноверцам), нации, приехавшим из другого региона России или государства (иностранцам) и вообще к любому «чужаку».

Проявляться нетерпимость и ксенофобия могут в разных формах:

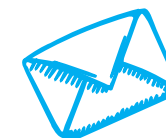
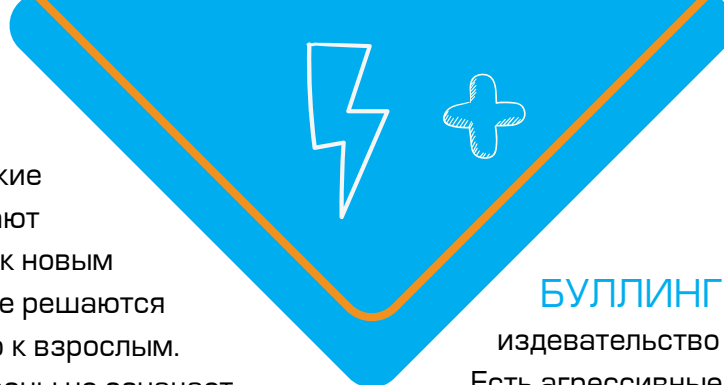
- общие оскорбительные замечания о людях разных национальностей, не направленных на кого-либо лично;
- прямые оскорбления, обращенные к конкретному ребенку как представителю определенной расовой, этнической или религиозной группы;
- всевозможные действия, причиняющие вред ребенку: словесные оскорбления и преследования; настраивание других детей и подростков против жертвы; отбирание и порча вещей жертвы, физическое насилие.





При этом знай, что такие жертвы часто бывают напуганы и готовы к новым издевательствам и не решаются обратиться за помощью к взрослым.

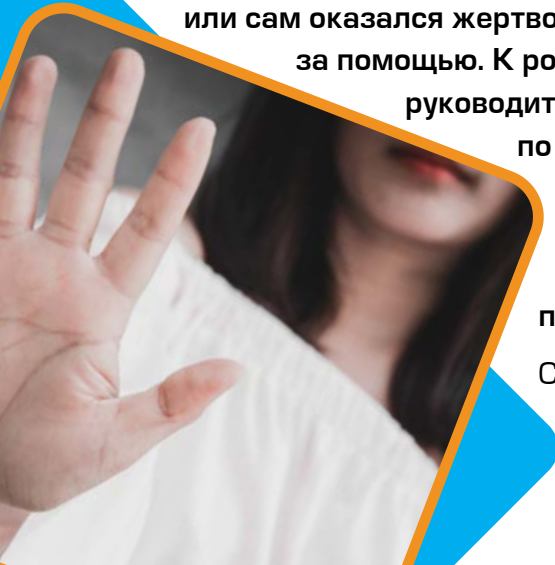
Отсутствие жалоб с их стороны не означает, что все в порядке. Помни, ты тоже можешь стать «чужаком» для других и попасть в аналогичную ситуацию.



ДИСКРИМИНАЦИЯ — это любое различие, исключение или предпочтение, которое отрицает равное существование прав. Оно выражается в неравных отношениях к детям со стороны взрослых, настраивание одних против других, организацию травли.

Если ты стал свидетелем, или вовлечен в такие действия, или сам оказался жертвой, немедленно обратись за помощью. К родителям, классному руководителю, уполномоченному по правам ребенка, в комиссию по делам несовершеннолетних и защите их прав, полицию, позвони по телефону доверия.

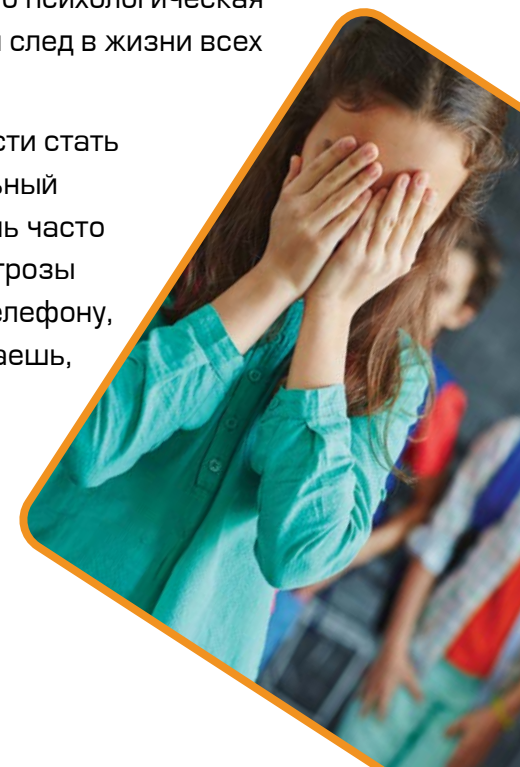
Сам ты не сможешь справиться с ситуацией, а кроме того, это может быть небезопасно для жизни!

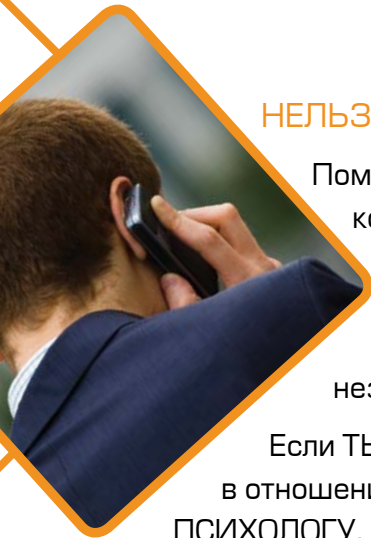


БУЛЛИНГ — это последовательное, систематическое издевательство над более слабыми, застенчивыми, скромными. Есть агрессивные дети, которым доставляет удовольствие издеваться над такими детьми, а другим нравится просто поприкалываться или таким образом завоевать авторитет. Это явление получило название буллинг (от английского bully – хулиган, драчун, задирать, запугивать). Часто буллинг проявляется как травля в отношении ребенка со стороны группы одноклассников.

В буллинге страдают все: и сами агрессоры, и жертва, и их соучастники — наблюдатели. Это психологическая травма, которая оставляет глубокий след в жизни всех участников.

Никто не застрахован от возможности стать жертвой буллинга, даже самый сильный и уверенный в себе подросток. Очень часто преследования, издевательства и угрозы поступают анонимно по сотовому телефону, электронной почте, и ты даже не знаешь, кто их посылает.





НЕЛЬЗЯ ЭТОГО ДОПУСКАТЬ!

Помни: нельзя давать везде свои электронные контакты, телефоны, выкладывать в интернете свои фотографии и контакты.

Если не соблюдать правила безопасности, появляется вероятность стать жертвой незаконных действий.

Если Ты ЧУВСТВУЕШЬ СЕБЯ НЕКОМФОРТНО в отношениях с взрослыми, ОБРАТИСЬ К РОДИТЕЛЯМ, ПСИХОЛОГУ, ПОЗВОНИ НА ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ.

ЗНАЙ: вокруг тебя всегда много специалистов, которые обязаны по закону помочь тебе справиться с ситуацией и найти из нее выход! ВСЕГДА МОЖНО НАЧАТЬ С ТЕЛЕФОННОГО ЗВОНКА!



КАКИЕ СПЕЦИАЛИСТЫ ПОМОГУТ, ЕСЛИ ТЫ ОКАЗАЛСЯ В ОПАСНОСТИ?



В ситуации опасности ты можешь обратиться к следующим специалистам:

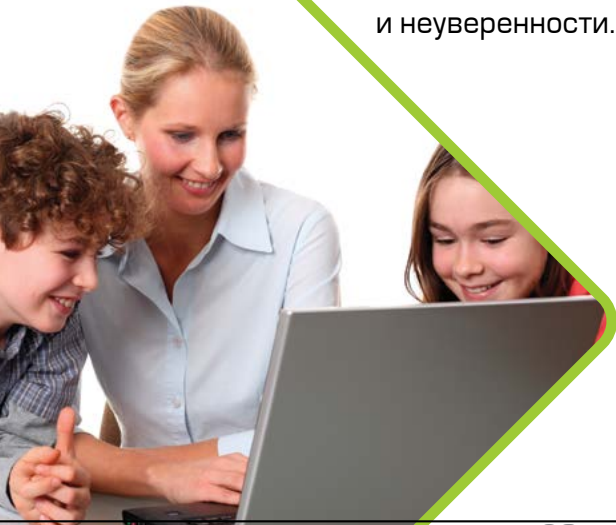
ЮРИСТ — это специалист, который предпримет все необходимые действия, если нарушены твои законные права и интересы. Он доходчиво расскажет о положенных тебе льготах и помощи со стороны государства (социальных услугах), объяснит, как правильно написать заявление или заполнить анкету и, если понадобится, будет отстаивать твои интересы. Юрист подскажет, как тебе лучше поступить в той ситуации, в которой ты оказался, с точки зрения соблюдения твоих интересов. Он разъяснит тебе твои законные права и обязанности.





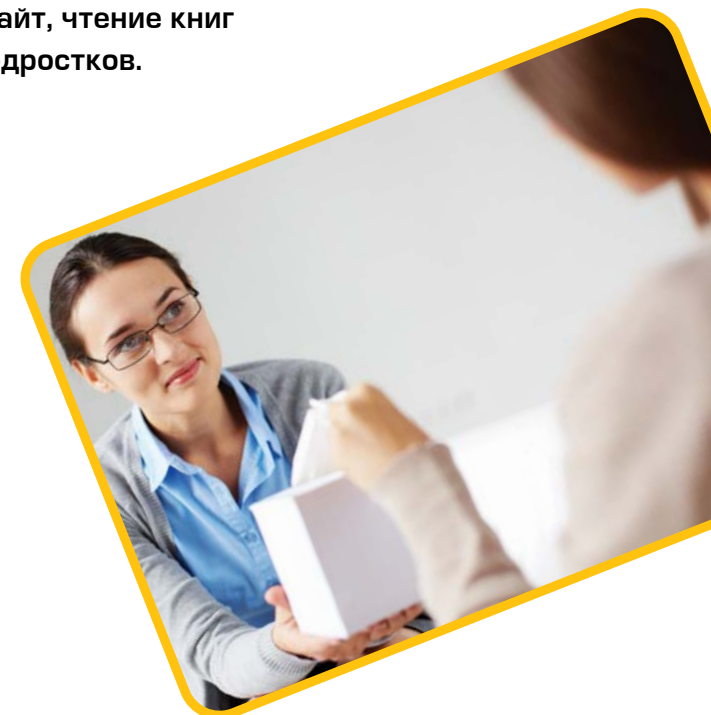
СОЦИАЛЬНЫЙ ПЕДАГОГ — это специалист, призванный быть посредником между тобой и обществом (образовательным учреждением, семьей и т. д.) в любой сложной ситуации. Проще говоря, социальный педагог отстаивает твои интересы перед взрослыми. Он обязан доходчиво объяснить, какие действия необходимо произвести, чтобы разрешить твою проблему. Такой специалист хорошо ориентируется в законодательстве, может посоветовать, как уладить конфликт, знает, какие учреждения и организации оказывают ту или иную помощь и где они находятся.

Социальный педагог поможет тебе обратиться в нужную организацию, оформить необходимые документы, получить пособия и материальную помощь, преодолеть барьер нерешительности и неуверенности.

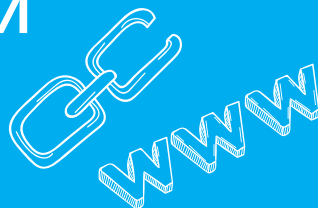


ПСИХОЛОГ — это специалист, который помогает разобраться в самом себе: в своих эмоциях и переживаниях, в причинах проблем во взаимоотношениях с ровесниками, взрослыми и т. д. Он помогает самостоятельно принять решение, подходящее в данной ситуации именно тебе. С психологом ты можешь поговорить о потере контакта с родителями, о конфликтах в семье, о непонимании твоих желаний, о жестоком обращении, принуждении или о том, что сегодня является самым важным для тебя.

ПОМНИ: общение с психологом может быть самым разным: личная консультация, разговор по телефону, через сайт, чтение книг по психологии для подростков.



ПОЛЕЗНЫЕ ССЫЛКИ

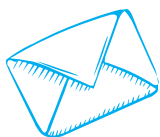


**ВСЕРОССИЙСКИЙ
ДЕТСКИЙ
ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ
8-800-2000-122**

Психологическое консультирование, экстренная и кризисная психологическая помощь для детей в трудной жизненной ситуации, подростков и их родителей (бесплатно, круглосуточно)



**ФОНД ПОДДЕРЖКИ ДЕТЕЙ,
НАХОДЯЩИХСЯ В ТРУДНОЙ
ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ**



fond-detyam.ru



**ИНФОРМАЦИОННЫЙ ПОРТАЛ О ВСЕХ
ВИДАХ ЗАВИСИМОСТЕЙ, СВЯЗАННЫХ
С КОМПЬЮТЕРНЫМИ И МОБИЛЬНЫМИ
УСТРОЙСТВАМИ**

netaddiction.ru/1

ЛИНИЯ ПОМОЩИ «ДЕТИ ОНЛАЙН».

detionline.com/helpline/risks

**Специализированные страницы сайта ФГБУ
«ЦЕНТР ЗАЩИТЫ ПРАВ И ИНТЕРЕСОВ ДЕТЕЙ»:**

«ПОДДЕРЖКА ДЕТСТВА»,

«ТВОЕ ПРАВО»,

«ИНФОРМАЦИОННАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ»,

«ЦЕННОСТЬ ЖИЗНИ»:

www.fcprc.ru



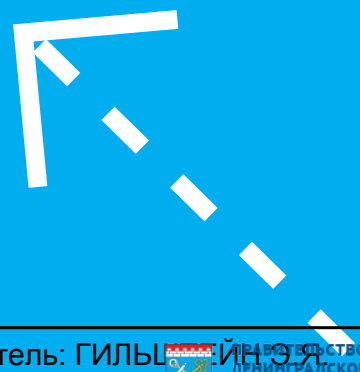
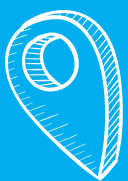
ТВОЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

Памятка для подростков

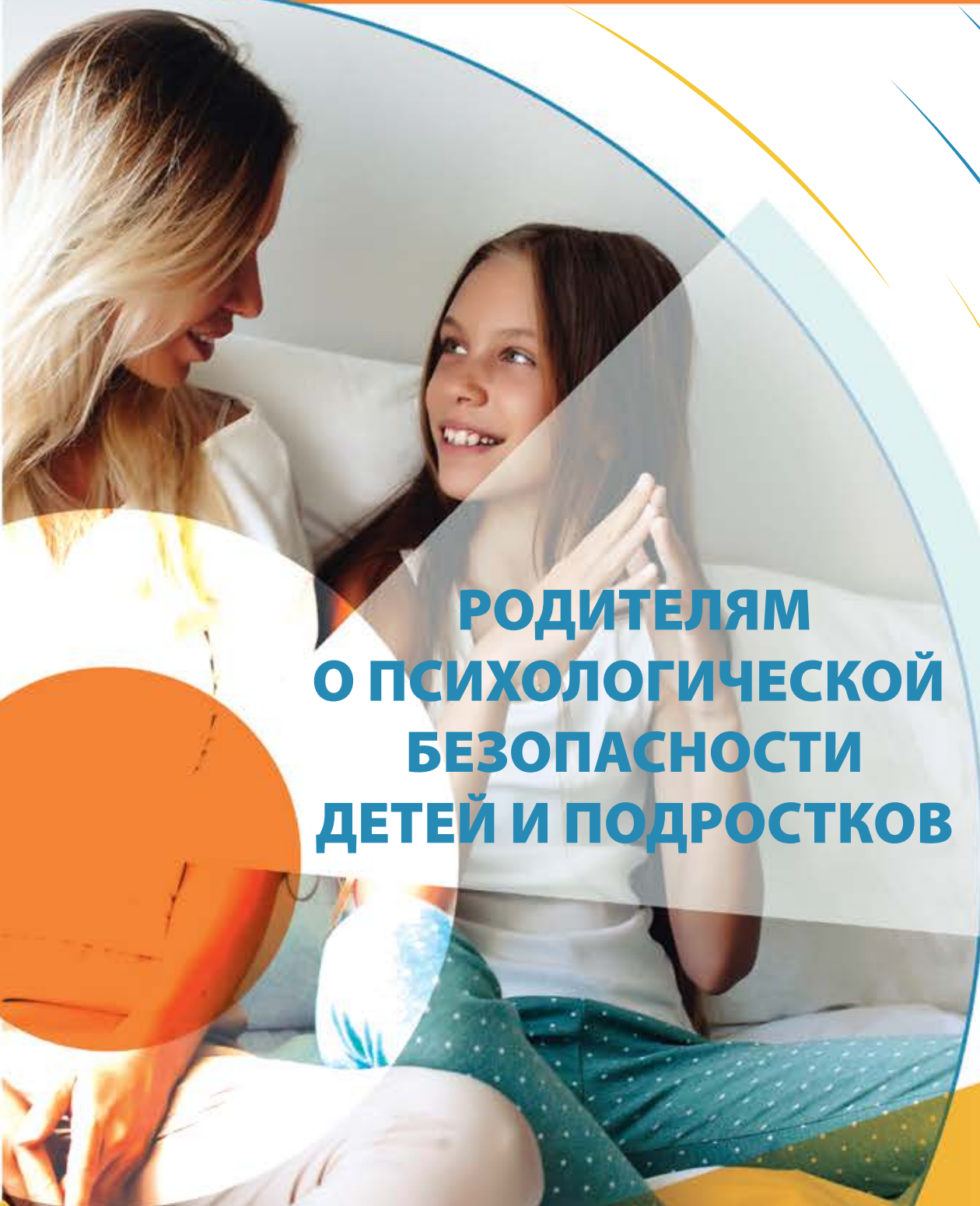
Авт.–сост.:
Е.Г. Артамонова, В.Б. Салахова
2-е издание

УДК 159.9.37.013.77
ББК 74.00
Т 27

ISBN 978-5-906748-21-8



ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ



РОДИТЕЛЯМ О ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

2021

Министерство просвещения Российской Федерации
Департамент государственной политики в сфере защиты прав детей

ФГБУ «Центр защиты прав и интересов детей»

**РОДИТЕЛЯМ
О ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ
ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ**

ПАМЯТКА

2-е издание

Москва, 2021

УДК 159.9.37.013.77

ББК 74.00

Р 60

Р 60 Родителям о психологической безопасности детей и подростков. Памятка / Авт.-сост.: Артамонова Е.Г., Ефимова О.И., Калинина Н.В., Салахова В.Б. — 2-е изд. — М.: Группа МДВ, 2021. — 32 с.

ISBN 978-5-906748-22-5

Памятка для родителей содержит просветительские и информационные материалы об особенностях и сложностях детско-подросткового возраста, рисках асоциального и суицидального поведения, интернет-угрозах и «ловушках».

В памятке также представлены полезные ресурсы, на которых родители могут получить дополнительную информацию и консультацию специалистов по вопросам воспитания, развития и социализации детей.

ISBN 978-5-906748-22-5

ББК 74.00

УДК 159.9, 37.013.77

- © Минпросвещения России, 2021.
- © ФГБУ «Центр защиты прав и интересов детей», 2021.
- © Артамонова Е.Г., Ефимова О.И., Калинина Н.В., Салахова В.Б., 2021.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	4
1. «Психологический портрет» современных детей и подростков и психологическая безопасность	6
Особенности подросткового возраста	7
Реакция на жизненные проблемы	8
2. Интернет-риски	10
Какие риски подстерегают детей за светящимся экраном	11
Как защитить ребенка от интернет-рисков	12
3. Суицидальные риски	14
Факторы суицидального риска у детей и подростков	15
4. Риски асоциального поведения	25
Факторы рисков и основные признаки асоциального поведения у детей и подростков: обратите внимание!.....	26
Полезные ссылки	29

РОДИТЕЛЯМ О ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

ВВЕДЕНИЕ

Обеспечение среды для благополучного и безопасного детства — один из основных национальных приоритетов России, и одно из важнейших его условий — обеспечение психологической безопасности детей и подростков.

В условиях глобальных перемен в жизни нашего общества наряду с позитивными преобразованиями, к сожалению, усиливается и ряд негативных тенденций (социально-экономическая нестабильность, безработица, социальная и психологическая дезориентация и дезадаптация, сложная криминальная обстановка и др.). Наиболее восприимчивым к принятию негативных ценностных и поведенческих установок оказывается именно подростковый возраст.

Проблема взаимодействия отцов и детей, а точнее подростков и их родителей, возникает практически в каждом поколении и представляет собой вечное столкновение взглядов и интересов. Однако в современном обществе в последнее время наблюдается тенденция того, что поведение многих подростков не только доставляет хлопоты родителям, но и представляет собой опасность для общества. Почему в нормальных и благополучных семьях растут малолетние преступники и хулиганы? На этот вопрос мы и постараемся ответить.

В представленных рекомендациях вы найдете полезный материал в следующих тематических разделах:

1. «Психологический портрет» современных детей и подростков и психологическая безопасность.
2. Интернет-риски в детско-подростковой среде.
3. Суицидальные риски — риски для жизни и здоровья детей и подростков.
4. Риски асоциального поведения в детско-подростковой среде.
5. Полезные ссылки и ресурсы.

Дети и подростки в силу своего возраста, особенностей развития, страха или стресса иногда не могут сами обратиться за помощью. Кроме того, они могут бояться распространения информации о произошедшей с ними ситуации, воздействии тех или иных угроз, влияющих на их психологическое и физическое состояние. Из-за этого ребенок, оказавшийся в беде, часто остается один на один со своими проблемами.

Поэтому так важно правильно и своевременно распознать симптомы надвигающейся опасности и, конечно, знать, как действовать, чтобы помочь ребенку, если он оказался в сложной жизненной ситуации, что делать, чтобы обеспечить его психологическую безопасность.

**«ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ПОРТРЕТ»
СОВРЕМЕННЫХ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ
И ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ**



ОСОБЕННОСТИ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА

Подростковый возраст — непростой этап перехода от детства к взрослости, для которого существуют свои особенности и закономерности, знание и учет которых важен для предотвращения возможных угроз их психологической безопасности. В этом возрасте наблюдается резкий рост таких поведенческих характеристик, как агрессивность, недисциплинированность, конфликтность, неумение владеть собой, в которых нередко кроются истоки подростковых асоциальных форм поведения.

Свойственная этому возрасту двойственность и противоречивость чувств и ощущений проявляется во всех сферах жизнедеятельности, и ее можно считать нормой, так как она обусловлена естественными противоречиями в условиях развития подростка:

- неравномерностью развития функциональных систем организма, половым созреванием и связанными с этими процессами переживаниями;
- стремлением к самостоятельности и отсутствием возможностей для ее воплощения;
- наличием двух значимых сфер жизнедеятельности индивида: коллективных установок сверстников и установок родителей.

РЕАКЦИЯ НА ЖИЗНЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ

ЧТО МОЖЕТ СТАТЬ НЕБЛАГОПРИЯТНЫМИ ЖИЗНЕННЫМИ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАМИ?

- переживание обиды, одиночества, собственной ненужности, отчужденности и непонимания;
- действительная или мнимая утрата любви родителей, неразделенное чувство влюбленности, ревность;
- переживания, связанные со сложной обстановкой в семье, со смертью, разводом или уходом родителей из семьи;
- чувства вины, стыда, оскорбленного самолюбия, самообвинения (в т. ч. связанного с насилием в семье, т. к. зачастую подросток считает себя виноватым в происходящем и боится рассказать об этом);
- боязнь позора, насмешек или унижения;
- страх наказания (например, в ситуациях ранней беременности, серьезного проступка или правонарушения), страх последствий неуспешного выполнения какой-либо деятельности (например, неуспешной сдачи экзаменов);
- любовные неудачи, трудности в сексуальных отношениях, беременность;
- чувство мести, злобы, протеста, угроза или вымогательство;
- желание привлечь к себе внимание, вызвать сочувствие, избежать неприятных последствий, уйти от трудной ситуации, повлиять на другого человека;
- сочувствие или подражание товарищам, кумирам, героям книг или фильмов, следование моде;
- нереализованные потребности в самоутверждении, в принадлежности к значимой группе.

Поведение подростков зачастую бывает непредсказуемым, за короткий период они могут продемонстрировать абсолютно противоположные реакции:

- целеустремленность и настойчивость могут сочетаться с импульсивностью;

- неумная жажда деятельности может смениться апатией, отсутствием стремлений и желаний что-либо делать;
- повышенная самоуверенность, безапелляционность в суждениях быстро сменяются ранимостью и неуверенностью в себе;
- развязность в поведении порой сочетается с застенчивостью;
- романтические настроения нередко граничат с цинизмом, расчетливостью;
- нежность, ласковость бывают на фоне недетской жестокости;
- потребность в общении сменяется желанием уединиться.

В этот период подросток начинает осваивать пространство вокруг себя и не всегда имеет возможность конструктивной деятельности, которая раскрыла бы силу его «Я». Он переживает период поиска форм проявления своей силы и энергии в сочетании со снижением интеллектуальной активности, его состояние «готовности к подвигу» может приводить к девиантным проявлениям. Даже в своем успешном развитии при благоприятных условиях подростковый возраст несет в себе асоциальный потенциал.

ИНТЕРНЕТ-РИСКИ



В современном мире, где действительность разделена на две плоскости — виртуальную и реальную, возможность столкнуться с рисками значительно возрастает, т. к. часть из них присутствует в реальной действительности, а часть обнаруживается в виртуальной.

Часто мы информируем детей о реальных рисках на улице, среди людей, забывая, что подобные риски могут угрожать им и в виртуальном пространстве. Информационная безопасность ребенка на сегодняшний день является такой же важной и актуальной темой и обязанностью родителя, которую необходимо выполнять по отношению к своему ребенку, как и соблюдение дорожной безопасности, сохранение ценности здоровья, соблюдение правил и законов и т.д.

КАКИЕ РИСКИ ПОДСТЕРЕГАЮТ ДЕТЕЙ ЗА СВЕТЯЩИМСЯ ЭКРАНОМ?

- чрезмерная увлеченность интернет-пользованием, компьютерными играми, серфингом, онлайн-казино;
- риск вовлечения в экстремистские или иные опасные сообщества и группы;
- риск стать жертвой мошенников и понести финансовые и моральные затраты;
- риск встретиться с агрессией, грубостью или травлей в социальных сетях;
- риск попадания на сайты, содержащие информацию, наносящую вред неокрепшей психике и эмоциональному самочувствию ребенка.

КАК ЗАЩИТИТЬ РЕБЕНКА ОТ ИНТЕРНЕТ-РИСКОВ?

Для того, чтобы помочь ребенку справиться с интернет-рисками, необходимо в первую очередь понять, что единственно возможным вариантом помощи является ваше участие в жизни ребенка, включая и виртуальную реальность, «онлайн-мир» ребенка. Зачастую родитель не хочет разбираться в том, что же на самом деле делает ребенок, находясь за компьютером, и предпочитает, отстранившись, прочитать нотации или грубо пресечь попытки использования интернета ребенком. Такое родительское поведение усугубляет желание ребенка углубиться в свою увлеченность, где «родитель ничего не понимает». Нежелание родителя понимать причины, подталкивающие ребенка к чрезмерному пользованию интернетом, воспринимается ребенком как нежелание вести диалог с ним, отказ от общения, отказ понимать его. При этом ребенок чувствует себя непонятым своим родителем, думает, что родитель не хочет, не желает, не может общаться с ним. Нередко такие мысли сопровождаются чувствами печали, одиночества, досады, от которых ребенок спасается, снова погружаясь в приятный и понятный ему виртуальный мир, где замыкается этот круг непонимания. Как выйти из этого круга, наносящего урон состоянию и поведению ребенка?

ЧТО ДЕЛАТЬ НЕЛЬЗЯ:

- вешать ярлыки на ребенка (например, фраза «Да ты болен!»);
- обвинять, ругать и стыдить ребенка (например, фразы «Ты тратишь свою жизнь понапрасну!», «Лучше бы погулять сходил/почитал/поиграл» и т.д.);
- угрожать ребенку, требовать от него мгновенных изменений;
- сравнить ребенка с другими детьми (например, фразы «Посмотри на своего соседа, он не сидит сутками за компьютером!», «А вот твоя одноклассница все успевает, потому что не играет в компьютерные игры!» и т.д.).

ИЗБЕГАЙТЕ ОСУЖДАЮЩИХ КОММЕНТАРИЕВ В ТАКИХ СФЕРАХ, КАК:

- современные технологии и интернет;
- игры и их производители;

- интернет-серверы;
- друзья ребенка и другие дети;
- родители друзей ребенка;
- школа;
- гены.

ЧТО ДЕЛАТЬ НУЖНО:

- наблюдайте за своими детьми внимательно и с интересом;
- постарайтесь понять, что они чувствуют, как они мыслят;
- поставьте себя на их место;
- искренне интересуйтесь тем, что вовлекает их в игру;
- искренне интересуйтесь, что им нравится в играх.

РОДИТЕЛЯМ НЕОБХОДИМО ПОНИМАТЬ:

- Что их детям нравится в играх?
- Какие приложения и технологии используются для этого? Какие игры сейчас современные?
- Как играть в эти игры?
- Сколько времени дети проводят, играя в эти игры?
- Когда их дети играют в игры?
- Где они играют?
- С кем они играют?

НАЙДИТЕ ОТВЕТЫ НА СЛЕДУЮЩИЕ ВОПРОСЫ:

- Каким образом интернет и онлайн-игры служат моему ребенку? (дают ему чувство заботы о нем, свободы, принадлежности, цели и т.д.)
- Что ему/ей нравится в виртуальном пространстве и играх? (мастерство, дружба, структура, сообщество, проблемы, конкуренция и т.д.)

- Чем в эмоциональном и психологическом плане привлекательно общение в виртуальном пространстве и игры для него/нее? (сообщество, отношения, чувство волнения и радости и т. д.)
- Чего он/она может пытаться избегать в мире реальном?
 - в собственном мире (проблемы со школой, семьей, друзьями, восприятием своего тела, отношениями с противоположным полом);
 - в эмоциональном мире (депрессия, тревога, низкая самооценка);
 - в духовном (духовная опустошенность, экзистенциальный вакуум, вопросы бытия).
- Каковы могут быть другие причины обращения к интернету?

СПОСОБЫ ПОГОВОРИТЬ С РЕБЕНКОМ:

- проявлять искреннее любопытство и интерес к их онлайн-жизни;
- присоединитесь к ним в их интересах;
- не принижайте их виртуальную жизнь (она так же реальна для них, как и их настоящая жизнь);
- не уменьшайте важность интернета и других передовых технологий. Это современный мир, в котором они растут, он не плохой и не хороший, он существует, и его не избежать;
- не запрещайте интернет;
- договоритесь о временных лимитах и доверяйте ребенку в соблюдении этих договоренностей;
- обучите детей навыкам самоконтроля, чтобы они могли устанавливать себе рамки, находясь вне дома;
- предлагайте «офлайновые» действия (вне интернета), которые могут быть интересны в дополнение к (а не вместо!) онлайн-деятельности.

ПРИСОЕДИНЯЙТЕСЬ К СВОЕМУ РЕБЕНКУ

- Попросите его/ее показать вам, что ему/ей нравится в интернете.
- Проявляйте уважение к их интересам.

- Просите, чтобы они показали вам, как это работает.
- Если вы готовы, играйте онлайн со своим ребенком. Пусть он/она научат вас.

ПРИМЕЧАНИЕ. Это может показаться отталкивающим или склоняющим к интернет-зависимости, но это также может быть каналом для начала диалога с ребенком. Ведь вы как взрослый можете установить время для игры, можете объяснять все опасности и трудности, поджидающие играющего в интернете, а значит, можете контролировать и учить этому ребенка!

ЧТО ДЕЛАТЬ В СЛУЧАЕ ОБНАРУЖЕНИЯ ИНТЕРНЕТ-УГРОЗ ВАШЕМУ РЕБЕНКУ?

- Прежде всего попытайтесь установить достоверность информации об интернет-угрозе.
- Не принимайте срочных жестких мер по проверке пребывания детей в группах и социальных сетях!
- Обратитесь в образовательную организацию, где учится ребенок, в органы управления образованием или ближайшее отделение полиции.
- Обнаружив в интернете сайты с опасным содержанием или узнав, что от кого-то исходит угроза жизни и благополучию ребенка, обратитесь в подразделение по делам несовершеннолетних, оперативную часть полиции или Роспотребнадзор.

Многие родители, поддавшись панике, запрещают своим детям пользоваться интернетом, устанавливая тотальный контроль их жизни и общения, требуют признаний ребенка в том, в каких группах он состоит, и немедленного выхода из всяких групп. Все это приводит к обострению конфликтов в семье, к росту взаимонепонимания и, как следствие, к эмоциональному отдалению ребенка. А ведь именно отсутствие доверия в семье, в общении с близкими и значимыми людьми является первопричиной подверженности ребенка всевозможным негативным воздействиям, включая воздействие через интернет. Главное, что мы должны понимать, что даже самые жесткие меры запретительного характера не гарантируют полную защиту детей и подростков от нежелательных воздействий.

СУИЦИДАЛЬНЫЕ РИСКИ



Общей причиной подросткового суицида является социально-психологическая дезадаптация, возникающая под влиянием острых психотравмирующих ситуаций, нарушения взаимодействия личности с ее ближайшим окружением. Однако для подростков это чаще всего не тотальные нарушения, а нарушения общения с близкими, с семьей.

ФАКТОРЫ СУИЦИДАЛЬНОГО РИСКА У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

Почему подросток совершает суицид? Основные мотивы суицидального поведения у детей и подростков:

- Переживание обиды, одиночества, отчужденности и непонимания.
- Действительная или мнимая утрата любви родителей, неразделенное чувство и ревность.
- Переживания, связанные со сложной обстановкой в семье, со смертью, разводом или уходом родителей из семьи.
- Чувства вины, стыда, оскорбленного самолюбия, самообвинения (в т. ч. связанного с насилием в семье, т. к. зачастую подросток считает себя виноватым в происходящем и боится рассказать об этом).
- Боязнь позора, насмешек или унижения.
- Страх наказания (например, в ситуациях ранней беременности, серьезного проступка), нежелание извиниться.
- Любовные неудачи, сексуальные эксцессы, беременность.
- Чувство мести, злобы, протеста, угроза или вымогательство.
- Желание привлечь к себе внимание, вызвать сочувствие, избежать неприятных последствий, уйти от трудной ситуации, повлиять на другого человека.
- Сочувствие или подражание товарищам, кумирам, героям книг или фильмов.

На первое место среди мотивов суицидального поведения подростков выходят мотивы, связанные с семьей. А психологический смысл суицидального поступка чаще всего — это обращение к другому. Недаром «...самоубийство — мольба о помощи, которую никто не услышал...».

ОСОБЕННОСТИ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

- Детская повышенная впечатлительность и внушаемость, способность ярко чувствовать и переживать, склонность к колебаниям настроения, слабость критических способностей, эгоцентрическая устремленность обуславливают импульсивность в принятии решения, в том числе и суицидального характера.
- Гнев, протест, злоба или желание наказать себя и других также могут лежать в основе развития суицидального поведения.
- Для подростков характерны повышенная склонность к самоанализу, пессимистическая оценка окружающего и своей личности, что также может спровоцировать суицидальный поступок.
- Эмоциональная нестабильность, присущая почти четверти здоровых подростков, и неумение ослабить эмоциональное напряжение также могут привести к суицидальным действиям.
- Дети, а нередко и многие подростки, совершая суицид, прямо не предусматривают смертельного исхода. Это происходит из-за неадекватного понимания «смерти», которая в младшем возрасте обычно воспринимается весьма абстрактно, как что-то временное, похожее на сон, не всегда связанное с собственной личностью. Часто младшие школьники думают, что смерть является наказанием за плохие дела, они считают смерть маловероятной, не осознают ее возможности для себя, не считают необратимой. Для подростков смерть становится более очевидным явлением. Но они фактически отрицают ее для себя, экспериментируя с опасными веществами или вовлекаясь в другую привлекательную, но рискованную активность. В дальнейшем подросток принимает мысль о своей смерти, но, преодолевая возникшую тревогу, отрицает реальность этой возможности.

- В развитии суицидального поведения подростков немаловажную роль играет подражание (копирование образцов поведения) и повышенная внушаемость, в силу которой возможны групповые суицидальные попытки.
- Для подростков характерно наличие взаимосвязи попыток самоубийств с отклоняющимся поведением: побегами из дома, прогулами школы, ранним курением, мелкими правонарушениями, конфликтами с родителями, алкоголизацией, наркотизацией, сексуальными эксцессами и т.д.

ВНЕШНИЕ ИНДИКАТОРЫ СУИЦИДАЛЬНОГО РИСКА. ВНИМАНИЕ, «ЗНАКИ»!

Несмотря на то что подростков в ситуации, с их точки зрения, неразрешимой переполняет чувство безнадежности, безысходности, они могут неосознанно «сигнализировать» окружающим о своих намерениях. Подоплека всех их действий такова, чтобы найти кого-нибудь, кто принесет им чувство облегчения и безопасности. Чтобы не упустить возможность помочь подростку, тем самым предотвратить формирующееся суицидальное поведение, нужно быть внимательными к этим «знакам»:

- высказывания о нежелании жить: «Было бы лучше умереть», «Не хочу больше жить», «Я больше не буду ни для кого проблемой», «Тебе больше не придется обо мне волноваться», «Хорошо бы заснуть и не проснуться», «Мне нельзя помочь», «Скоро все закончится», в т. ч. шутки, иронические замечания о желании умереть, о бессмысленности жизни;
- фиксация на теме смерти в литературе, живописи, музыке; частые разговоры об этом, сбор информации о способах суицида (например, в интернете);
- активная предварительная подготовка к выбранному способу совершения суицида (например, сбор таблеток, хранение отравляющих веществ);
- сообщение друзьям о принятии решения о самоубийстве (прямое и косвенное); косвенные намеки на возможность суицидальных действий, например, помещение своей фотографии в черную рамку, употребление в переписке, разговорах просуицидальных высказываний, символов;
- раздражительность, угрюмость, подавленное настроение, проявление признаков страха, беспомощности, безнадежности, отчаяния, чувство

одиночества («меня никто не понимает, и я никому не нужен»), сложность контролирования эмоций, внезапная смена эмоций (то эйфория, то приступы отчаяния);

- негативные оценки своей личности, окружающего мира и будущего, потеря перспективы будущего;
- постоянно пониженное настроение, тоскливость. Ребенок считает, что у него ничего не получится, он ни на что не способен. Ребенок подавлен, безразличен, иногда ощущает вину перед окружающими;
- необычное, нехарактерное для данного ребенка поведение (более безрасудное, импульсивное, агрессивное; несвойственное стремление к уединению, снижение социальной активности у общительных детей и, наоборот, возбужденное поведение и повышенная общительность у малообщительных и молчаливых). Возможно злоупотребление алкоголем, психоактивными веществами;
- стремление к рискованным действиям, отрицание проблем;
- снижение успеваемости, пропуск занятий, невыполнение домашних заданий;
- символическое прощание с ближайшим окружением (раздача личных вещей, фото, подготовка и выставление ролика, посвященного друзьям и близким); дарение другим вещей, имеющих большую личную значимость;
- попытка уединиться: закрыться в комнате, убежать и скрыться от друзей (при наличии других настораживающих признаков).

ГРУППЫ СУИЦИДАЛЬНОГО РИСКА — ЭТО ПОДРОСТКИ:

- находящиеся в сложной семейной ситуации (болезненный развод родителей, предпочтение родителями одного ребенка по отношению к другому, жестокое обращение в семье, психически больные родственники);
- испытывающие серьезные проблемы в учебе;
- не имеющие друзей;
- не имеющие устойчивых интересов, хобби;
- склонные к депрессиям (имеющие психические заболевания);

- перенесшие тяжелую утрату;
- остро переживающие несчастную любовь (разрыв высокозначимых любовных отношений);
- имеющие семейную историю суицида (или ставшие свидетелями суицида, или сами пытавшиеся покончить с собой);
- употребляющие алкоголь, психоактивные вещества;
- имеющие недостатки физического развития, инвалидность, хронические соматические заболевания;
- совершившие уголовно наказуемый поступок (характеризующиеся криминальным поведением) или ставшие жертвой уголовного преступления (в т. ч. насилия);
- попавшие под влияние деструктивных религиозных сект или молодежных течений.

КАК ПОМОЧЬ В КРИЗИСНОЙ СИТУАЦИИ?

Родители, близкие детей могут привить ребенку навыки преодоления, совладания со сложными ситуациями, научить справляться со стрессом. Для того, чтобы снизить воздействие стрессогенных факторов, научить ребенка самостоятельно справляться со стрессом, родителям необходимо:

- Сохранять и поддерживать благоприятную, спокойную, доброжелательную атмосферу в семье. Доброжелательное спокойствие членов семьи поможет убедить подростка, что не все потеряно, есть выход.
- Всегда воспринимать проблемы и переживания ребенка серьезно, какими бы несущественными они ни казались. Поддерживайте в ребенке уверенность в том, что если что-то не получается, то не оттого, что он неудачник, а потому, что так складываются обстоятельства, и вы сопереживаете его чувствам и готовы всегда прийти на помощь, если он эту помощь готов принять.
- Стараться регулярно общаться, разговаривать с ребенком на темы, связанные с его переживаниями, чувствами, эмоциями. Стараться строить (не навязывать) перспективы будущего совместно с подростком.

- Рассказывать о своих переживаниях, мыслях, честные истории из жизни, в том числе и о преодолении вами и знакомыми трудных, казавшихся неразрешимыми жизненных ситуаций. Обычный разговор по душам способен заставить подростка поверить в свои силы. Посочувствуйте, скажите, что вы понимаете, как ему сейчас трудно. Дети, которые чувствуют поддержку и искреннее сочувствие родителей, справляются со стрессом быстрее.
- Не препятствовать подростку в принятии самостоятельных решений (не влияющих на жизнь и здоровье его и других людей). Научите ребенка, прежде чем принять любое решение, просчитать последствия своих действий и меру ответственности, которую он готов взять на себя за реализацию этого решения. Постарайтесь задавать открытые вопросы, чтобы ребенок смог подумать и ответить, не ограничиваясь односложным «да» или «нет» (например, «Какие «за» и «против» этого решения?», «На что это больше всего повлияет?», «Что подсказывает твоя интуиция?»).
- Научить ребенка выражать свои эмоции в социально приемлемых формах (агрессию — через активные виды спорта, физические нагрузки; душевные переживания — через доверительный разговор с близкими, приносящий облегчение). Часто подростку сложно рассказывать о своих переживаниях родителям или сверстникам. С этой целью предложите ребенку завести тетрадь, в которой подросток будет рассказывать о своих переживаниях. Выложив эмоции на бумагу, он почувствует облегчение, освободившись от негативных мыслей.
- Поощрять физическую активность ребенка. Стресс — это прежде всего физическая реакция организма, поэтому эффективно бороться с ним ребенку поможет любая деятельность, требующая физических усилий: всевозможные виды спорта, пение, танцы... Старайтесь не вынуждать подростка тратить силы на то, что ему не интересно, но постарайтесь определить совместно с подростком, каким активным дополнительным занятием он хотел бы заниматься.
- Поддерживать и стимулировать творческий ручной труд подростка. Даже если вам кажется, что он «впадает в детство» и ничего полезного не делает (рисование, плетение «фенечек», украшение одежды, склеивание моделей), все это является своеобразной «разрядкой», несет успокоение,

через работу воображения подросток отвлекается от негативных переживаний, повседневных проблем.

- Заботиться о том, чтобы подросток «принимал» свое тело, не отвергал свои телесные ощущения. Старайтесь сохранять контакт с взрослеющим ребенком, в том числе на телесном уровне (объятия, прикосновения, поглаживания).
- Поощрять ребенка к заботе о близких (старшее поколение, младшие дети, домашние питомцы). Приятные необходимые обязанности, ощущение, что «кто-то от меня зависит», «без меня не справится», «я нужен кому-то», являются в жизни дополнительным ресурсом для подростка.
- Поддерживать семейные традиции, ритуалы. Семейные ритуалы можно и нужно трансформировать с течением времени, чтобы младшее поколение с удовольствием участвовало в них, а не воспринимало их как неотвратимое, скучное, бесполезное времяпрепровождение.
- Стараться поддерживать режим дня подростка (сон, режим питания). Чаще давайте подростку возможность получать радость, удовлетворение от повседневных удовольствий (вкусная еда, принятие расслабляющей ванны, красивая одежда, поход на концерт, в кафе и т.д.).

ЧТО ДЕЛАТЬ В СИТУАЦИИ УГРОЗЫ?

- Вызовите подростка на разговор, скажите ему, что вас беспокоят изменения его настроения, поведения, что вы его очень любите и хотите помочь.
- Задавайте вопросы, давайте возможность высказаться, будьте честны в своих ответах. Подростка необходимо уверить, что он может говорить о своих переживаниях без стеснения, даже о таких отрицательных эмоциях, как ненависть, горечь, злоба или желание отомстить.
- Подчеркивайте временный характер проблем, вселяйте надежду. Упомяните о вещах, важных для ребенка, вспоминайте ситуации, когда ребенок был успешным, когда он справился с трудной ситуацией.
- Ищите конструктивные выходы из ситуации. Стройте совместные планы на будущее. Попросите ребенка совместно с вами поразмыслить над альтерна-

тивными решениями, которые, возможно, кажутся на первый взгляд невыполнимыми, абсурдными, которые еще не приходили подростку в голову.

- Заверьте ребенка в своей поддержке в любой трудной для него ситуации. Договоритесь о том, что впредь, оказавшись в критической ситуации, он не будет предпринимать каких-либо действий, прежде чем не поговорит с вами, чтобы вы еще раз смогли обсудить дальнейшие пути решения.
- Обратитесь в образовательную организацию, где учится ребенок, поговорите с классным руководителем, школьным психологом.
- Не бойтесь обратиться за помощью к специалистам: психологу, психиатру, а также в службы экстренной помощи в трудных ситуациях: на Всероссийский Детский телефон доверия (8–800–2000–122), телефонную линию «Ребенок в опасности» Следственного комитета РФ (8–800–200-19-10).

Раздел 4

РИСКИ АСОЦИАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ



ФАКТОРЫ РИСКА И ОСНОВНЫЕ ПРИЗНАКИ АСОЦИАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ: ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ!

Причин возникновения асоциального поведения множество: воспитание, наследственность, обучение, социальная среда. Но можно выделить ряд факторов, которые вкуче друг с другом влияют на возникновение и развитие асоциальных форм поведения в подростковом возрасте.

1) Биологический: проявляется в виде физических особенностей, к примеру, внешняя непривлекательность, различные дефекты слуха, речи.

2) Психологический: проявляется в психоневрологических отклонениях, а также зависит от темперамента и состояния личности — это и повышенная внушаемость, и психопатия, и наличие повышенной возбудимости нервной системы.

3) Социальный: выражается в отношении подростка с обществом (в том, как он общается с семьей и друзьями).

Несмотря на то что факторов и причин возникновения асоциального поведения у подростка множество, избежать его вполне реально. Чем раньше родители начинают профилактику проявления асоциальных форм поведения у детей, тем больше шансов, что ребенок вступит во взрослую жизнь, минуя это состояние.

ПРОФИЛАКТИКА И КОРРЕКЦИЯ АСОЦИАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ

Зная основные причины того, почему поведение ребенка начинает отклоняться от нормы, можно предотвратить проявление асоциальных форм поведения. Однако родители должны помнить, что предупреждение

девиантного поведения — это прежде всего доверие в семье и близкое общение с ребенком. Именно семейные конфликты зачастую приводят к непоправимым последствиям.

Начинать профилактику необходимо с раннего возраста, с детства объяснять ребенку, что такое хорошо и что такое плохо. Ребенок в первую очередь ищет понимание и поддержку у родителей, в отношениях с подростком обязательно должно присутствовать доверие. При этом у ребенка не должно быть ощущения вторжения в его дела, он добровольно должен впускать вас в свою личную жизнь. На примере различных жизненных ситуаций ребенку необходимо объяснять, что проблемы нужно решать, а не бежать от них.

КАЖДЫЙ РОДИТЕЛЬ ОБЯЗАН ЗНАТЬ:

1. С кем дружит ваш ребенок, в каких компаниях он бывает.
2. Кто его лучший друг или подруга.
3. Чем увлекается, какие у него интересы.

РОДИТЕЛИ ОБЯЗАНЫ ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ, ЕСЛИ РЕБЕНОК:

1. Вам грубит, дерзит, уходит из дома, не ставя вас об этом в известность.
2. Вам лжет.
3. Требуется у вас деньги.
4. Становится зависимым от алкоголя.
5. Перестает общаться и не реагирует на ваши требования.
6. Не справляется со школьной программой из-за прогулов, несделанной домашней работы.

ЧТО ДЕЛАТЬ ДЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ И КОРРЕКЦИИ АСОЦИАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ?

- Информировать ребенка и повышать его психологическую грамотность относительно тех внутриличностных проблем, с которыми он столкнулся. Здесь могут помочь научные данные, опыт других людей и т. п. (см. полезные ссылки).

- Важно слушать и слышать ребенка и рассказывать ему, что вы прошли через те же самые проблемы, что и он. Это не только будет развивать доверие, но и хорошо разрядит обстановку (прием «воспитание метафорой». Самый простой и действенный способ найти общий язык с подростком — общаться с ним на языке метафор).
- Необходимо учить ребенка справляться с жизненными трудностями, с личными переживаниями и стрессовыми ситуациями и помогать ему выстраивать правильные жизненные приоритеты.
- Необходимо признавать и уважать в каждом ребенке личность, способствовать свободному развитию и совершенствованию его душевного мира.
- Крайне важно, чтобы ребенок никогда не чувствовал себя одиоко, у него должна быть уверенность в себе и близких.
- Помогать ребенку найти тот вид деятельности, где он сможет реализовать себя и будет успешен. Занять ребенка в различных секциях, отдать ребенка в спорт или творческую группу. Нужно направить его интересы и энергию в положительное русло.
- Использовать конструктивные и адекватные меры поощрения и наказания. Не злоупотреблять наказаниями и запретами.
- Необходимо развивать познавательный интерес ребенка. Вовлекать его в разные виды деятельности.
- Необходимо разговаривать и объясняться с ребенком, но не ставить условий, не требовать идеального поведения.
- Комплексно вводить изменения в режим дня, в окружение и досуг подростка.
- Замечать даже незначительные изменения в поведении, так как сначала асоциальное поведение проявляется эпизодически.
- Необходимо находить сильные стороны и качества подростка и правильно их использовать и развивать. В ребенка необходимо верить — это главное. Великое значение имеет для трудного подростка испытать счастье, радость от успеха. Это величайший стимул к самосовершенствованию.
- Если самостоятельные способы найти общий язык с трудным ребенком не представляется возможным, нужно обратиться к помощи психолога. Профессиональная консультация поможет ребенку разобраться в себе и уладить внутрисемейные конфликты.

ПОЛЕЗНЫЕ ССЫЛКИ

ПОЛЕЗНЫЕ РЕСУРСЫ

1. Навигатор для современных родителей — федеральный портал информационно-просветительской поддержки родителей Растимдетей.рф. <http://www.растимдетей.рф>
2. Горячая линия по оказанию помощи родителям (бесплатно, с 9.00 до 18.00 по рабочим дням): 8–800–555–89–81.
3. Всероссийский Детский телефон доверия: 8–800–2000–122. Психологическое консультирование, экстренная и кризисная психологическая помощь для детей в трудной жизненной ситуации, подростков и их родителей (бесплатно, круглосуточно).
4. Телефонная линия «Ребенок в опасности» Следственного комитета РФ: 8–800–200–19–10. Дети, их родители, а также все равнодушные граждане, обладающие информацией о совершенном или готовящемся преступлении против несовершеннолетнего или малолетнего ребенка, могут позвонить по бесплатному круглосуточному номеру телефона.
5. Я — родитель. <http://www.ya-roditel.ru>
6. Фонд поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации. <http://fond-detyam.ru>
7. Информационный портал о всех видах зависимостей, связанных с компьютерными и мобильными устройствами. <http://netaddiction.ru/1>
8. Линия помощи «Дети ОНЛАЙН». <http://detionline.com/helpline/risks>
9. Специализированные страницы сайта ФГБУ «Центр защиты прав и интересов детей»: «ПОДДЕРЖКА ДЕТСТВА», «ТВОЕ ПРАВО», «ИНФОРМАЦИОННАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ», «ЦЕННОСТЬ ЖИЗНИ». <http://www.fcprc.ru>

ЛИТЕРАТУРА ПО ТЕМЕ

1. *Акимова М.К., Козлова В.Т.* Психологические особенности индивидуальности школьников: Учет и коррекция. М.: Издательский центр «Академия», 2002.
2. *Астапов В.М.* Обучение и воспитание детей «группы риска». М., 1996.
3. *Вроно Е.М.* Поймите своего ребенка. М.: Дрофа, 2002.
http://pedlib.ru/Books/6/0236/6_0236-1.shtml
4. *Гиппенрейтер Ю.Б.* Общаться с ребенком. Как? М: ЧеРо, Сфера, 2003.
<http://umka.pw/Nachal/gippenreyter.pdf>
5. *Михайловская И.Б., Вершинина Г.В.* Трудные ступени: профилактика антиобщественного поведения. М.: Просвещение, 1990.
6. Особенности обучения и психологического развития школьников 13–14 лет / под ред. И.В. Дубровиной. М.: Педагогика, 1988.
7. Памятка для родителей. Кризисные ситуации в жизни подростка: как пережить их вместе. <http://childhelpline.ru/wp-content/uploads/Памятка-для-родителей-профилактика-кризисных-состояний-у-подростка.pdf>
8. *Помиратьева Н.В.* Семьи с детьми: экономическое положение, социальная поддержка. М., 1996.
9. *Солдатова Г., Рассказова Е., Зотова Е., Лебешева М., Роггендорф П.* Дети России онлайн: риски и безопасность. Результаты Международного проекта EU Kids Online II в России. http://detionline.com/assets/files/helpline/RussianKidsOnline_Final%20ReportRussian.pdf
10. Сценарий Всероссийского родительского собрания: «Профилактика интернет-рисков и угроз жизни детей и подростков». <http://fcprc.ru/materials-category/vserossijskoe-roditelskoe-sobranie>
11. Что нужно знать родителям о подростковых суицидах? Под ред. Вихристюк О.В. М., 2015.
12. *Штольц Х.* Каким должен быть ребенок? Пер. с нем. М.: Просвещение, 1987.

ДЛЯ ЗАМЕТОК



РОДИТЕЛЯМ О ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

Памятка

Авт.-сост.:

Артамонова Е.Г., Ефимова О.И., Калинина Н.В., Салахова В.Б.

2-е издание

**ФГБУ «Центр защиты прав
и интересов детей»**

115093, г. Москва, ул. Люсиновская, д. 51

<http://www.fcprc.ru/>

Издательство ООО «Группа МДВ»

<http://www.mdv-group.ru/>





**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
(МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ)**

Каретный Ряд, д. 2, Москва, 127006
Тел. (495) 539-55-19; факс (495) 587-01-13; e-mail: info@edu.gov.ru
ОГРН 1187746728840; ИНН/КПП 7707418081/770701001

01 июня 2021 г.

№ 07-3054

Высшие исполнительные органы
государственной власти субъектов
Российской Федерации

Комиссии по делам
несовершеннолетних и защите
их прав субъектов Российской
Федерации

О представлении информации
Протокол заседания Правительственной
комиссии от 1 апреля 2021 г. № 28,
раздел I, пункт 2

В соответствии с протоколом заочного заседания Правительственной комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав Минпросвещения России совместно с Минобрнауки России, МВД России, Росмолодежью поручено проанализировать и обобщить региональные практики работы в сфере профилактики буллинга (травли) несовершеннолетних, в том числе в отношении обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, включая форматы мероприятий антибуллинговых кампаний, а также инструменты мониторинга социально-психологического климата в образовательной среде.

В рамках исполнения указанного поручения Министерство направляет информационные материалы о положительном опыте работы в данном направлении деятельности для сведения.

Приложение: на 17 л. в 1 экз.

Ответственный секретарь
Правительственной комиссии
по делам несовершеннолетних
и защите их прав, директор
Департамента государственной
политики в сфере защиты прав
детей Минпросвещения России

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат F5C6830E5EE9E74F0E7B936C4A3D83320A5A83D0
Владелец Фальковская Лариса Павловна
Действителен с 27.03.2020 по 27.06.2021

Л.П. Фальковская

Хабибуллин И.И.
(495) 587-01-10, доб. 3043

Информация

о региональных практиках работы в сфере профилактики буллинга (травли) несовершеннолетних, в том числе в отношении обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, включая форматы мероприятий антибуллинговых кампаний, а также инструментах мониторинга социально-психологического климата в образовательной среде

Задача по созданию и поддержанию безопасной среды в образовательных организациях предполагает необходимость не только изучения различных аспектов отношений между участниками образовательных отношений, одним из которых выступает феномен буллинга (травли), но и выработку соответствующих мер.

По информации Минобрнауки России, проблема буллинга долгое время не находила отражения в научных исследованиях. Согласно локальным исследованиям в студенческой среде буллинг встречается реже, чем в школе: на него жалуются около 20% студентов (в сравнении с 50 – 70% в школе). Распространенность буллинга в образовательных организациях высшего образования оказывается ниже, чем в профессиональных образовательных организациях (33% против 73% соответственно).

Согласно данным МВД России, сведения о фактах буллинга не предусмотрены ведомственной статистической отчетностью, но на особом контроле в органах внутренних дел находятся происшествия криминального характера в образовательных организациях: в 2020 г. сотрудниками полиции рассмотрено 6 319 таких сообщений, выявленных в ходе приема граждан, организованного повсеместно силами сотрудников подразделений по делам несовершеннолетних и участковых уполномоченных полиции с целью реализации мер, направленных на раннее выявление противоправного поведения, оказание адресной профилактической работы в образовательных организациях.

Изучение МВД России случаев буллинга показывает, что практически всем случаям травли предшествуют затяжные негативные межличностные отношения, которые развиваются на глазах сверстников, педагогов и родителей.

В большинстве регионов данная проблематика успешно решается сотрудниками полиции во взаимодействии с заинтересованными субъектами

системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних (далее – система профилактики).

По информации Минздрава России оценки включенности подростков в кибербуллинг варьируются, доходя, по некоторым данным, до 90%. Значительное число подростков, пострадавших от кибербуллинга, сами становятся «кибербуллерами», что увеличивает распространенность этого явления. Воздействие кибербуллинга на психику подростков сходно с влиянием буллинга и может быть весьма деструктивным, однако его психологические и клинические последствия нуждаются в более детальном изучении.

Минпросвещения России проанализирована деятельность системы профилактики по предупреждению буллинга (травли) на основе сведений, представленных комиссиями по делам несовершеннолетних и защите их прав (далее – комиссии) 85 субъектов Российской Федерации.

Результаты проведенного мониторинга показали, что меры по предотвращению травли (буллинга) в регионах и непосредственно на территории муниципальных образований реализуются в рамках программ, направленных на:

профилактику безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних (Красноярский край, Брянская, Оренбургская, Челябинская области и иные);

обеспечение безопасности жизнедеятельности, общественного порядка; реализацию семейной и молодежной политики; развитие образования (Республика Дагестан, Мурманская, Пензенская, Псковская области и иные).

В ряде субъектов Российской Федерации реализуются специализированные межведомственные документы. Например, в Приморском крае – межведомственный «Комплексный план мероприятий, направленных на профилактику буллинга в общеобразовательных и специальных учреждениях Приморского края».

Существует практика включения соответствующих мероприятий также в иные межведомственные комплексные планы (Республика Марий Эл, Алтайский край, Ямало-Ненецкий автономный округ и иные), концепции обеспечения информационной безопасности несовершеннолетних (Красноярский край, Ленинградская, Свердловская, Тамбовская, Тульская области и иные), комплексы мер по совершенствованию системы профилактики суицида среди

несовершеннолетних (Архангельская, Воронежская, Курская области, Ханты-Мансийский автономный округ – Югра и др.) и иные.

Так, в Республике Мордовия и Ульяновской области реализуются комплексы мер по развитию системы обеспечения безопасного детства, в рамках которых предусмотрены мероприятия по разработке и внедрению в образовательных организациях программ, направленных на профилактику буллинга и кибербуллинга (травли и кибертравли).

В целях повышения эффективности межведомственного взаимодействия органов и учреждений системы профилактики в субъектах Российской Федерации разработаны документы, позволяющие системно использовать имеющиеся ресурсы при выявлении фактов буллинга (травли). Например, в республиках Бурятия и Карелия, Красноярском, Хабаровском краях, Саратовской области разработаны методические рекомендации педагогическим работникам по предотвращению буллинга (травли), содержащие алгоритм действий в случае выявления травли среди сверстников в образовательной организации, технологии реагирования на выявленные факты буллинга (травли), порядок работы с жертвами и обидчиками.

Общепрофилактическая работа по вопросам предупреждения буллинга (травли), в том числе кибербуллинга (кибертравли), организованная в отношении несовершеннолетних, их родителей (законных представителей), педагогических коллективов, осуществляется по следующим направлениям.

1. Разработка и реализация психолого-педагогических программ по профилактике буллинга и кибертравли.

Например, в Новосибирской области реализуются программы: «Травли – нет!» (по развитию эмпатии и навыков конструктивного общения), «Тинэйджер» (по организации летнего отдыха детей «группы риска», работы профильного отряда); тренинги: «Кибермоббинг и кибербуллинг несовершеннолетних» (тренинг по повышению толерантности и профилактике травли в пространстве современных интернет-технологий).

2. Формирование инструктивно-методических материалов.

В целях выработки эффективных предупредительных мер по предотвращению буллинга (травли), обеспечения безопасности детства при содействии ЮНЕСКО и ведущих профильных экспертов в 2016 году подготовлены методические пособия

для педагогических работников «Предотвращение насилия в образовательных учреждениях» и «Школа без насилия».

В 2019 году в адрес руководителей органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации, осуществляющих государственное управление в сфере образования, Минпросвещения России направлены методические пособия под редакцией академика Российской академии образования А.А. Реана по противодействию и профилактике буллинга (травли) (для детей, их родителей, педагогов) в целях использования при организации профилактической работы в образовательной организации.

С учетом методик, представленных в указанных материалах, в регионах ведется работа по их применению, адаптации к региональным условиям, наполнению практическими разработками.

Так, в Еврейской автономной области разработаны «Информационные материалы для обучения добровольцев, направленные на защиту детства и профилактику асоциальных явлений в детской и подростковой среде», включающие сценарии профилактических занятий «Скажи насилию – НЕТ!», «Сказка о гадком утенке или что такое «буллинг». В Краснодарском крае для участников образовательных отношений подготовлены «Методические рекомендации по профилактике буллинга (травли) в общеобразовательных организациях».

В Саратовской области для повышения эффективности совместных действий во все образовательные организации и территориальные органы МВД России направлен разработанный Саратовским институтом развития образования алгоритм действий образовательных организаций в случае выявления фактов насилия, буллинга (кибербуллинга) среди обучающихся.

В Краснодарском крае для участников образовательного отношений разработаны «Методические рекомендации по профилактике буллинга (травли) в общеобразовательных организациях», включающие методики для выявления буллинга (травли), способы создания благоприятных условий безопасного образовательного пространства, формирования культуры конструктивного общения

3. Организация родительского всеобуча.

Минцифры России в целях повышения цифровой грамотности родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся запущен информационный портал «Учеба.онлайн», содержащий специализированные модули, посвященные обеспечению информационной безопасности личности и защите детей в сети Интернет, по которым прошли обучение 173 тыс. родителей (законных представителей) несовершеннолетних.

В Республике Бурятия проводятся тематические родительские собрания: «Буллинг – новое название старой проблемы», с использованием раздаточного материала «Что делать, если ваш ребенок столкнулся с буллингом?», «Алгоритм действий при обнаружении буллинга в классе», психологические тренинги «Мы вместе», осуществляется тестирование родителей на платформе «Вовлечены ли ваш ребенок в ситуацию с буллингом?».

4. Повышение уровня медиаграмотности детей, формирование умения самостоятельно противостоять современным вызовам и угрозам: манипулированию, рекламе асоциального поведения, вовлечению в негативные сообщества в сети Интернет.

Одной из успешных практик информирования школьников о потенциальных рисках и угрозах является проведение в образовательных организациях на территории Российской Федерации при поддержке Минцифры России и Минпросвещения России ежегодного «Единого урока по безопасности в сети Интернет». По сведениям Минцифры России, в 2020 году в мероприятиях Единого урока приняли участие 29,4 тыс. образовательные организации, 444 тыс. педагогических работников, 6 524 тыс. обучающихся и 1 056 тыс. родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся. В рамках Единого урока проходит Всероссийская контрольная работа по информационной безопасности, в которой в 2020 году приняло участие 2 702 тыс. детей и подростков.

Всероссийский образовательный проект «Урок цифры», организованный при участии Минпросвещения России и Минцифры России, совместно с «Яндекс», «Лаборатория Касперского», Mail.Ru Group, «1С», Сбербанк, в 2020 г. включал акцию «Безопасность будущего», в которой приняло участие 1 360 тыс. детей, 21 тыс. учителей и 16 тыс. родителей.

Дистанционные программы повышения квалификации по различным аспектам обеспечения информационной безопасности детей и организации обучения цифровой грамотности и информационной безопасности в образовательных организациях на портале «Единыйурок.рф» прошли 124 тыс. педагогических и руководящих работников образовательных организаций.

Результатом данной работы стало увеличение числа образовательных организаций, в которых обучение основам информационной безопасности организовано на системном уровне в рамках профильных учебных дисциплин в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами и примерными образовательными программами общего образования, а также отмечается рост тематических занятий и мероприятий в рамках дополнительного образования и внеурочной деятельности (в 2020 г. – 22 401; в 2019 г. – 15 093).

Кроме того Минцифры России совместно с Росмолодежью обобщены и направлены в субъекты Российской Федерации лучшие региональные практики по организации работы с подростками и молодежью в сети Интернет (включая популярные социальные сети и мессенджеры), в том числе обеспечивающие повышение уровня медиаграмотности.

5. Организация применения методик медиации и технологий восстановительного правосудия в отношении несовершеннолетних в образовательных организациях.

Согласно данным мониторинга, проведенного Минпросвещения России, общее количество служб медиации (примирения) в 2019/20 учебном году в субъектах Российской Федерации составила 25 тыс. служб, численность специалистов данных служб – 79 тыс. человек.

Например, в Московской области в 2019 г. службами школьной медиации образовательных организаций было отработано 3 560 конфликтных ситуаций, из них положительно разрешены 3 448 случаев.

Продуктивное разрешение сложных ситуаций буллинга (травли) в значительной степени зависит от грамотного психологического сопровождения обучающихся, от уровня взаимодействия педагога-психолога с педагогическим коллективом, родителями и участниками травли.

Заслуживает внимания представленный опыт Липецкой области об организации работы с участниками конфликтов, а также подростками, допустившими попытки суицида, педагогов-психологов областного Центра развития семейных форм устройства, социализации детей, оставшихся без попечения родителей, и профилактики социального сиротства «Семья» по проведению занятий, направленных на профилактику девиантного поведения, реабилитацию несовершеннолетних. В 2020 году специалистами указанного Центра проведено 11 индивидуальных и групповых занятий с 42 несовершеннолетними, в том числе с подростками, находящимися в центре временного содержания для несовершеннолетних правонарушителей органа внутренних дел, на темы: «Я и мои ценности», «Внимание конфликт!», «Система представлений о себе», «Я – личность», «Я и моя семья».

Аналогичная работа осуществляется в республиках Башкортостан, Марий Эл, Татарстан, Хабаровском крае, Брянской, Владимирской, Иркутской, Кировской областях, Кемеровской области – Кузбасс, Мурманской, Нижегородской, Псковской, Тамбовской, Ульяновской, Челябинской, Ярославской областях и иных.

В Камчатском крае при организации индивидуальной профилактической работы, а также психолого-педагогической, социально-реабилитационной работы с жертвами и иными участниками буллинга (травли) психологами проводятся следующие мероприятия:

с жертвой буллинга (травли) – деятельность по коррекции эмоционального состояния, самооценки, формированию навыков уверенного поведения и общения;

с буллером (агрессором) – деятельность по коррекции эмоционально-волевой сферы (снижение агрессии, формирование навыков бесконфликтного поведения); обучение навыкам просоциального поведения; социально-педагогическая работа по вовлечению агрессоров во внеклассную работу, дополнительную деятельность;

со свидетелями буллинга (травли) – деятельность по адаптации обучающихся к изменению уровня образования, деятельность классного руководителя по оптимизации межгрупповых отношений.

С указанными участниками буллинга (травли) также проводятся следующие профилактические мероприятия: классные часы по развитию толерантности в коллективе, развитию морально-нравственной сферы личности

несовершеннолетнего, формированию чувства самоуважения и уважения к окружающим, а также проведение школьной службой примирения мероприятия «Круг сообщества» с классом.

Для родителей (законных представителей) участников буллинга (травли) организуются консультации педагога-психолога, социального педагога и классного руководителя, проводятся родительские собрания по информированию родительской общественностью о феномене буллинга (причинах, признаках, способах реагирования).

В субъектах Российской Федерации принимаются меры по предупреждению буллинга (травли) в отношении обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

Так, например, в Новосибирской области реализуется проект «Комплексное психолого-педагогическое и социальное сопровождение обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в условиях коррекционной школы-интерната, как эффективное средство профилактики девиантного поведения несовершеннолетних». Данный проект ориентирован на обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью коррекционной школы-интерната, специалистов сопровождения, педагогов, воспитателей, работающих в образовательной организации, родителей (законных представителей) и лиц их замещающих. Новизна указанного проекта заключается в формировании четкого алгоритма психолого-педагогического сопровождения обучающихся в рамках психолого-педагогического консилиума.

В Ростовской области в Морозовском районе организована работа по профилактике школьного буллинга среди обучающихся всех возрастных категорий, в том числе детей с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в соответствии с планами воспитательной работы, профилактическими программами:

МБОУ СОШ № 3 – «Секреты успешных людей»;

МБОУ СОШ № 6 – «Профилактика буллинга и кибербуллинга»;

МБОУ Ново-Павловская СОШ, МБОУ Вольно-Донская СОШ – программа по профилактике буллинга «Каждый важен».

Дополнительно на базе муниципального бюджетного учреждения Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Гармония» г. Волгодонска функционируют 2 городских семейных клуба: «Счастье вместе» для родителей, принявших на воспитание в свою семью ребенка, оставшегося без попечения родителей и «Солнечный лучик» для родителей и детей с инвалидностью. Непосредственно с родителями проводятся тренинги и консультации, где рассматриваются вопросы профилактики жестокого обращения и насилия в отношении несовершеннолетних, налаживания положительных детско-родительских отношений.

На территории Ульяновской области социальную и психологическую помощь семьям с детьми, а также детям, подвергшимся жестокому обращению, буллингу оказывают 8 специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, в том числе:

6 социально-реабилитационных центров для несовершеннолетних;

2 социальных приюта для детей и подростков;

ГАОУСО «Центр социально - психологической помощи семье и детям «Семья» в г. Ульяновске, на базе которого организована работа 26 отделений.

Кроме того, социальные услуги семьям и детям предоставляют три учреждения социального обслуживания (ОГБУСО «Комплексный центр социального обслуживания «Доверие» в г. Димитровграде, ОГБУСО «Парус надежды» в рабочем поселке Кузоватово, ОГБУСО «Комплексный центр социального обслуживания» в рабочем поселке Павловка) и 3 реабилитационных центра для детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья (ОГКУСО «Реабилитационный центр для детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья в г. Димитровграде», ОГКУСО «Реабилитационный центр «Восхождение» в селе Большие Ключищи, ОГКУСО «Реабилитационный центр для детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья «Подсолнух» в г. Ульяновске).

Работа в указанном направлении также осуществляется в Кировской, Ленинградской, Омской областях и иных регионах.

По информации ФСИН России во всех воспитательных колониях профилактика буллинга (травли) обеспечивается путем вовлечения осужденных

в полезную занятость при взаимодействии с педагогами общеобразовательных организаций, которые принимают активное участие в воспитательной работе с осужденными, проводят кружковую, внеклассную работу, совместно с воспитателями принимают участие в проведении культурно-массовых мероприятий.

С 2010 г. Фондом поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, реализуется Всероссийский проект «Детский телефон доверия» с единым общероссийским телефонным номером 8-800-2000-122, к которому на 1 января 2021 г. в 85 субъектах Российской Федерации подключено 218 организаций.

По информации Минтруда России, за 2020 г. на указанный детский телефон доверия поступило 885,9 тыс. обращений (в том числе 411,0 тыс. – от детей и подростков, 125,3 тыс. – от родителей и лиц, их замещающих, 349,6 тыс. – от иных граждан), из них: по вопросу систематической травли ребенка – 1 407, в том числе 956 – от детей и подростков, 329 – от родителей и лиц, их замещающих, 122 – от иных граждан.

Одним из аспектов эффективной работы по профилактике буллинга (травли) является повышение квалификации специалистов органов и учреждений системы профилактики по вопросам выявления буллинга (травли), применения примирительных технологий, организации антибуллинговой работы в детском коллективе, с несовершеннолетними, их родителями; обучение формам и методам выявления рисков обозначенного поведения и их профилактики.

Вопросы профилактики буллинга (травли) включены в региональные программы повышения квалификации «Формирование психологически комфортной и безопасной образовательной среды», «Профилактика негативных проявлений среди обучающихся образовательных организаций в современных условиях», «Управление конфликтами в образовательных организациях», «Профилактика буллинга в образовательных организациях» и иные. По данным мониторинга эффективности деятельности психологических служб в системе образования в субъектах Российской Федерации, организованном Минпросвещения России в ноябре 2021 г., более 1 050 педагогов-психологов общеобразовательных

организаций и профессиональных образовательных организаций в 35 субъектах Российской Федерации освоили указанные программы в 2019/20 учебном году.

Так, например, в Волгоградской области в ГАУ ДПО «Волгоградская академия последипломного образования» во все программы повышения квалификации педагогических работников включены тематические модули по профилактике конфликтных ситуаций (буллинга) в образовательных организациях; кризисных состояний и деструктивного поведения у детей и подростков; экстремизма в молодежной среде; по созданию школьных служб примирения.

К деятельности по профилактике буллинга (травли) привлекаются социально ориентированные некоммерческие организации, общественные объединения.

Важную роль в системе воспитания играет деятельность Общероссийской общественно-государственной детско-юношеской организации «Российское движение школьников» (далее – РДШ). Принимая участие в проектах, реализуемых РДШ, школьники получают возможность активно включаться в общественную жизнь страны, формировать гражданскую позицию, основываясь на идеалах добра и справедливости, в том числе через систему личностного и социального роста.

В 2020/21 учебном году в рамках комплекса мероприятий, направленных на продвижение междисциплинарных проектов и программ, РДШ реализуется Всероссийский проект «Информационная культура и безопасность», участники которого получают базовые знания в вопросах безопасности и общения в сети Интернет, создают сайты своих образовательных организаций, наполняют их памятками и материалами по противодействию буллингу, интернет-угрозам, мошенничеству, фейкньюс и иными.

В Ямало-Ненецком автономном округе в работе по профилактике буллинга (травли) участвуют представители гражданского общества и религиозных конфессий на основании соглашения о социальном партнерстве между Правительством Ямало-Ненецкого автономного округа и Управлением Салехардской епархии Русской Православной Церкви (Московский Патриархат), а также между Правительством Ямало-Ненецкого автономного округа и Центральным Духовным Управлением Мусульман России.

По информации, представленной субъектами Российской Федерации, одной из трудностей, возникающей при организации деятельности по профилактике буллинга (травли), является скрытый характер протекания начальной стадии процесса травли. Если прямое насилие можно объективно наблюдать, то косвенная агрессия распознается на этапе, когда жертва испытывает психологические последствия травли или обращается за помощью к третьему лицу.

В целях выявления признаков травли на ранней стадии педагогами-психологами, совместно с классными руководителями посредством наблюдения, опросов, тестирования проводится диагностика явлений буллинга (травли) в образовательной среде.

Например, в Республике Тыва для выявления случаев буллинга (травли) педагоги-психологи школ совместно с классными руководителями проводят психологическое тестирование с использованием методики выявления распространенности и специфики жестокого обращения в образовательной среде (Опросник Д. Олвеуса «Буллинг»).

В Кабардино-Балкарской Республике при проведении опросов, тестирования и диагностических исследований по выявлению фактов буллинга (травли) несовершеннолетних, общеобразовательными организациями применяется диагностика психоэмоционального состояния учащихся, их личностных особенностей, коммуникативной сферы, уровня тревожности и агрессии; анкетирование по выявлению жертв буллинга (травли), «Групповая сплоченность», «Мой уровень комфортности в классе».

В муниципальном образовании город Новый Уренгой Ямало-Ненецкого автономного округа в общеобразовательных организациях проведен городской мониторинг на выявление уровня буллинга в образовательной среде. В качестве инструментария использован опросник риска буллинга по методике А.А. Бочавер, В.Б. Кузнецовой.

В указанном исследовании приняли участие обучающиеся 7-11 классов общеобразовательных организаций города в количестве 5 024 человек. Результаты мониторинга представлены на заседаниях городских методических объединений социальных педагогов и педагогов-психологов образовательных организаций, комиссий.

По итогам исследования выявлено, что 37,1% обучающихся чувствуют себя в группе общеобразовательной организации небезопасно, 56,8% – благополучно, 22,9% – ощущают разобщенность, 36,4% – чувствуют себя равноправными членами группы.

По результатам мониторинга с целью разработки методических материалов «Алгоритмы оказания эффективной социально-психологической помощи детям в кризисные периоды школьной жизни» была создана междисциплинарная проблемно-творческая группа специалистов социально-психологических служб образовательных организаций. В 2019 г. указанные методические материалы были представлены на городском психолого-медико-педагогическом консилиуме и направлены специалистам служб психологического сопровождения образовательных организаций.

В Тульской области ГУ ДПО «Областной центр «ПОМОЩЬ» проводится мониторинг «Социально-педагогическое исследование по соблюдению прав детей в государственных общеобразовательных учреждениях, подведомственных министерству образования Тульской области», целью которого является изучение вопроса о соблюдении прав детей в образовательной организации, в том числе соблюдение прав на уважение человеческого достоинства, на защиту от всех форм физического или психического насилия, оскорбления или злоупотребления, грубого обращения или эксплуатации, включая сексуальные злоупотребления.

Основными задачами указанного исследования определены:

выявление детей, подвергающихся физической, вербальной агрессии как стороны сверстников, так и со стороны членов педагогического коллектива в образовательной организации;

изучение межличностных отношений в детском коллективе.

Для реализации поставленных задач используется диагностический инструментарий: анкета по соблюдению прав детей, метод социометрии Д. Морено, цветовой тест отношений А. Эткинда.

За период с 2017 по 2019 годы изучены результаты диагностики 548 обучающихся 1–5 классов 12 образовательных организаций Тульской области. Исследование позволило обучающимся, подвергшимся со стороны сверстников

выявить физическим наказаниям, избиению (12,2%) и оскорблениям и унижению (20,8%).

По результатам указанного мониторинга для сотрудников всех образовательных организаций, участвовавших в исследовании, составлены рекомендации по устранению возможных случаев жестокого обращения и недопущению их дальнейшего возникновения. В перечень рекомендаций включены: организация занятий по обучению детей и подростков навыкам безопасного выражения своих эмоций, эмпатии, уважения интересов и состояний других людей, саморегуляции, формированию навыков конструктивного разрешения возникающих конфликтов. Для включения изолированных детей в детский коллектив педагогам рекомендовано вовлечение их в общую социально-значимую деятельность, создание атмосферы их успешности, работа с теми характерологическими чертами детей, которые являются причиной их изоляции.

В Республике Мордовия в целях выявления фактов буллинга педагогами-психологами образовательных организаций проводится психологическое тестирование с использованием методик: «Личная агрессивность и конфликтность» Е.П. Ильина, П.А. Ковалева, «Опросник агрессивности» А. Ассингера, «Личностная и ситуативная тревожность» Ч.Д. Спилбергера, Ю.Л. Ханина, «Изучение эмоционально-психологического климата в коллективе» Г.А. Карповой.

Результаты тестирования показали следующее:

1) к различным формам насилия относятся отрицательно 98% обучающихся, безразлично – 2%;

2) 23% обучающихся сталкивались с насилием со стороны одноклассников в форме оскорблений, игнорирования и того негативного отношения, с физическим насилием – 5%;

3) 9% обучающихся хотя бы однократно наблюдали буллинг по отношению к другим, сами сталкивались с кибербуллингом – 16%; на вопрос «Как часто Вы издеваетесь над одноклассниками? (угрожаете, бьете, кричите, вымещаете злобу, обвиняете в чем-то и т.д.)» ответили «часто» – 0%, «редко» – 27%, «никогда» – 73%;

4) в качестве основных причин буллинга обучающиеся выбирали ответы «желание самоутвердиться», «вымещение злобы на других», «видимое отличие обижаемого от остальных»;

5) в ситуации, связанной с жестоким обращением со стороны одноклассников/учителей, 78% обучающихся обратились бы к родителям либо друзьям, остальные 22% выбрали ответы «к классному руководителю/учителю», «к специалистам», «к другому человеку».

Таким образом, результаты тестирования в Республике Мордовия показали в целом сформированное негативное отношение обучающихся к проявлениям буллинга, понимание причин и признаков его проявлений, знание возможностей его раннего пресечения.

В целях выявления фактов кибербуллинга (кибертравли) несовершеннолетних в субъектах Российской Федерации принимаются меры по организации мониторинга информации в сети Интернет.

Например, в Архангельской области мониторинг сети Интернет осуществляется в соответствии с разработанным специалистами ГБУ АО «Центр «Надежда» алгоритмом, включающим следующие действия педагога: анализ аккаунта подростка, круга его подписчиков и подписок; определение круга общения в социальных сетях; выявление признаков девиантного поведения подростка; выявление информации, запрещенной для распространения среди детей.

ГУ МВД России по Пермскому краю во взаимодействии с Ресурсным центром профилактики деструктивного влияния информации на несовершеннолетних в Пермском крае, созданным на базе региональной общественной организации «ПравДА вместе», по итогам 2020 года выявлено 164 несовершеннолетних, проявляющих интерес к негативным сообществам, 55 из них поставлены на профилактический учет в органах внутренних дел.

По представленной субъектами Российской Федерации в Минпросвещения России информации, к числу основных причин, условий буллинга (травли), в том числе в сети Интернет, можно отнести:

особенности внешности ребенка;

особенности личности жертвы буллинга (травли) (низкая самооценка, неумение выстраивать гармоничные отношения с людьми, размытые личные границы, низкие коммуникативные навыки);

активное противопоставление себя коллективу со стороны жертвы буллинга (травли);

социальное неравенство обучающихся (обеспеченность и финансовая состоятельность семьи ребенка);

сложности в адаптации ребенка в новой образовательной организации, классном коллективе;

недостаточность профессиональных навыков, компетенций у классных руководителей, педагогов по педагогическому сопровождению учебного коллектива, разрешению межличностных конфликтов.

В аналитическом докладе «Агрессивное поведение в образовательной среде» по итогам анализа результатов теоретических и эмпирических исследований по проекту «Разработка современной концепции комплексной профилактики агрессивного поведения в образовательной среде», проведенного ФГБНУ «Институт изучения детства, семьи и воспитания Российской академии образования», отмечается, что одной из главных причин агрессии детей социальные педагоги назвали неблагополучную ситуацию в семье: отсутствие воспитания со стороны родителей (81% опрошенных); конфликтная семья (73% опрошенных); социально опасное положение семьи (66% опрошенных); отношение родителей к ребенку (60% опрошенных); деструктивное поведение одного из родителей (57% опрошенных); трудная жизненная ситуация семьи (42% опрошенных); негативизм матери (40,2% опрошенных); негативизм отца (39% опрошенных).

Минобрнауки России отмечает, что действенной мерой по защите прав в указанных случаях является обращение в комиссию по урегулированию споров между участниками образовательных отношений, в связи с чем представляется целесообразным принятие дополнительных мер по освещению работы комиссии по урегулированию споров между участниками образовательных отношений как одного из способов разрешения ситуации буллинга.

Таким образом, органы исполнительной власти субъектов Российской Федерации, органы и учреждения системы профилактики в соответствии со своей

компетенцией содействуют ребенку в реализации и защите его прав и законных интересов в вопросах профилактики буллинга посредством принятия соответствующих нормативных правовых актов, проведения методической, информационной и иной работы с ребенком по разъяснению его прав и обязанностей, порядка защиты прав, установленных законодательством Российской Федерации, а также посредством поощрения исполнения ребенком обязанностей, поддержки практики правоприменения в области защиты прав и законных интересов ребенка.

Лист согласования к документу № 19-33389/2022 от 28.10.2022

Инициатор согласования: ГИЛЬШТЕЙН Э.Я. Начальник сектора по организационно-техническому обеспечению деятельности областной комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав Департамент образования в сфере общего образования и защиты прав детей. (Комитет общего и профессионального образования Ленинградской области)

Согласование инициировано: 27.10.2022 20:10

Краткое содержание: О направлении рекомендаций по проведению мероприятий в рамках Единого родительского дня

ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ

Тип согласования: **последовательное**

№	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания/Комментарии
1	Голубев И.А.		ЭП Подписано 28.10.2022 08:39	-