Маркеры деструктивного, в том числе суицидального поведения несовершеннолетних

ГУ ЯО «Центр помощи детям «Ресурс»

Что такое психологическое благополучие

Это переживание ребёнком своей среды (семьи, школы, круга общения) и себя в ней

как удовлетворительного, приносящего радость и комфорт

Проявляется через:

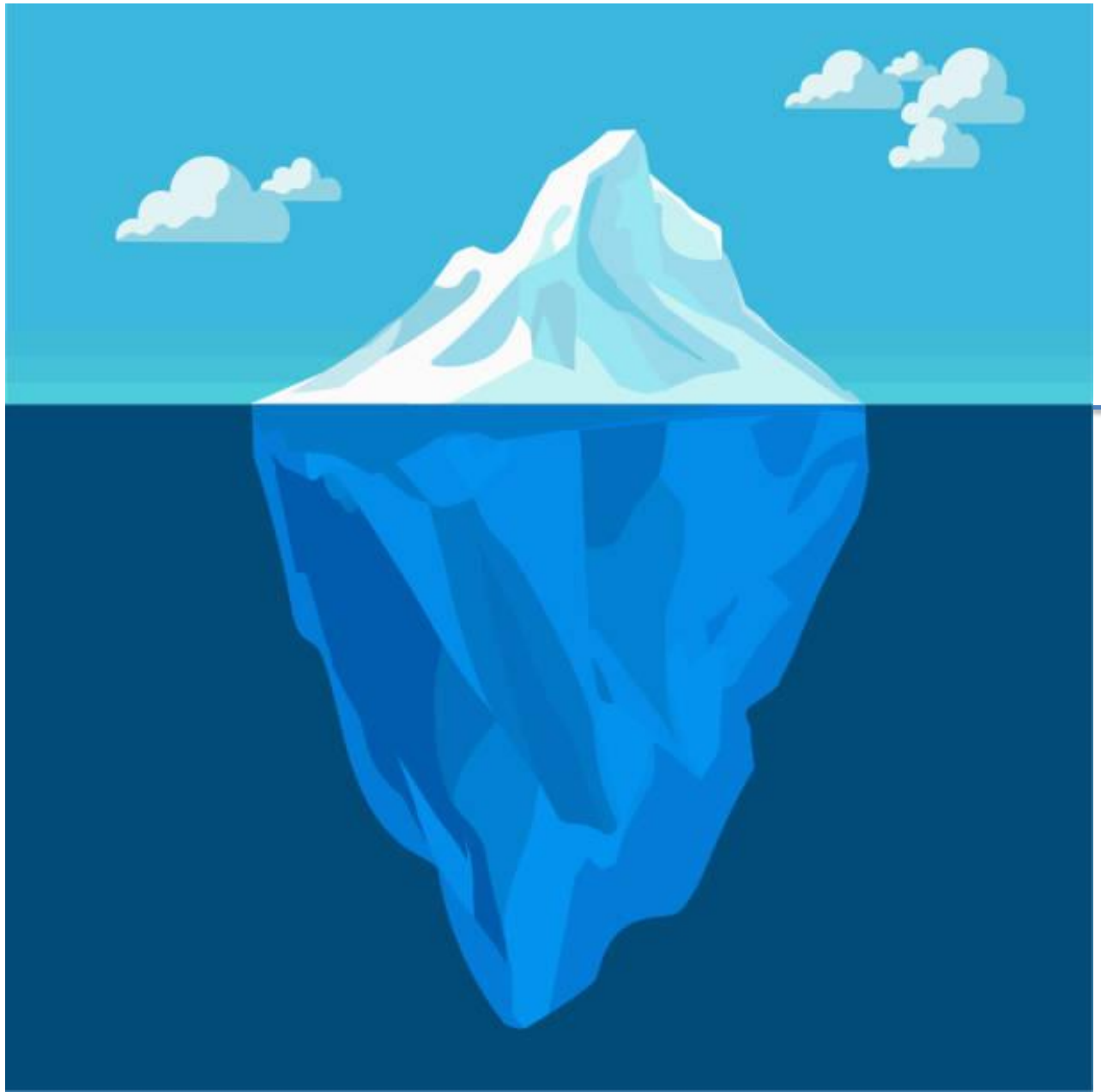
- радость и гордость за достижения
- ощущение поддержки и принятия
- комфорт в семье и школе
- позитивное самовосприятие и доверие к миру

Вывод: устойчивая потеря этих ощущений — первый сигнал неблагополучия

Подростковый возраст — время поиска идентичности и рискованных проб

Деструктивные тенденции развиваются постепенно — важно заметить их рано

Айсберг подростка



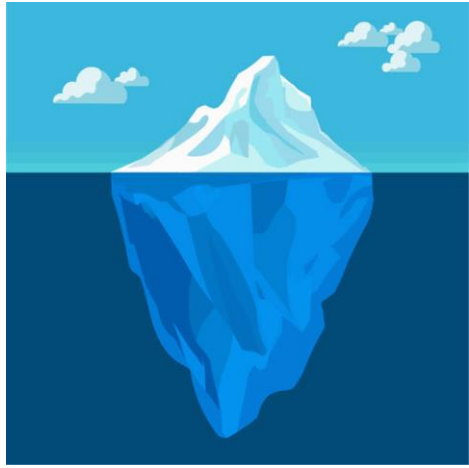
Поведение

Опоздал, нагрубил, закрылся в комнате, взял чужие деньги, ночами сидит в играх, говорит «мне всё равно». Она заметная, на неё легче всего реагировать: ругать, наказывать, ставить условия, отбирать телефон. И именно поэтому взрослые чаще всего работают только с ней.

Потребности

Под водой — 90%: потребности, которые подросток не умеет назвать и которые не видны. Потребность в принятии и тепле. В том, чтобы где-то быть успешным и значимым. В принадлежности — к друзьям, к семье, к «своим». В безопасности и предсказуемости. В самостоятельности и праве голоса. В отдыхе от перегрузки. Взрослый видит опоздание — подросток живёт с ощущением «у меня всё равно ничего не получается».

Айсберг подростка



ВАЖНО:

- **Наказание срезает верхушку — айсберг не уменьшается.**

Больше того: подросток учится прятать его глубже — врать, скрывать, уходить в телефон ещё дальше. Верхушка стала меньше, подводная часть осталась и выросла.

- **Маркер — это точка входа под воду.**

Каждый маркер — это вопрос, а «какая потребность не закрыта?».

- **Когда закрывается подводная часть, верхушка тает сама.**

Если у подростка появился круг, где он успешен, взрослые, которые слушают, и дом, где тепло — опоздания, вспышки и экраны часто уходят без «специальной борьбы».
Проще говоря: взрослые видят айсберг сверху, а подросток живёт изнутри него. Задача взрослого — не срезать верхушку, а спуститься под воду.

Инструмент: экспресс-карта наблюдения

Цель — выявление группы риска на основе признаков неблагополучия

Фиксируем: Ф.И. учащегося, класс, дату заполнения

Оцениваем индикаторы по 7 сферам:

- физическое состояние
- внешний вид
- учебная деятельность
- эмоциональное состояние и общение
- поведение, интересы, речь
- семейная ситуация

Знак «!» — маркеры повышенного риска, требуют немедленного реагирования

Маркер 1. Физическое состояние

Общие признаки:

- сниженный аппетит или постоянная потребность в еде
- дремлет на уроках, признаки недосыпания
- частые простуды, жалобы на боли в животе и голове

Маркеры «!» — повод действовать сразу:

- **синяки, ссадины, следы порезов, ожоги, следы инъекций**
- **замедленная речь**
- **резкое ухудшение координации**
- **расширенные зрачки**

Маркер 2. Внешний вид

Неряшливость, неопрятность в одежде

Одежда не по сезону, не по возрасту, нехватка одежды

Экстравагантный внешний вид:

крашеные волосы, пирсинг, татуировки

одежда с агрессивными надписями и изображениями

Критический маркер «!»:

специфические символы и логотипы анти-витальных групп,

символика запрещённых экстремистских и террористических организаций

Важно: резкая смена стиля — всегда повод для внимательного разговора

Маркер 3. Учебная деятельность

- Опоздания на уроки
- Пропуски занятий без уважительной причины
- Невыполнение домашних заданий
- Потеря интереса к школьному обучению
- Снижение внимательности и сообразительности
- **Снижение успеваемости по двум и более предметам**

Считаем маркером, если изменения **устойчивы** и **не объясняются объективными причинами**

Маркер 4. Эмоции и отношения

Эмоциональное состояние:

- перепады настроения: от внезапной эйфории к отчаянию
- длительная апатия, слёзы, запуганный и подавленный вид
- длительная раздражительность, злость

Отношения с другими:

- замкнутость, отказ от общения, отсутствие друзей в классе
- отдаление от семьи и близких
- общение с теми, кто употребляет ПАВ или состоит на учёте
- отвержение сверстниками, драки, грубость со взрослыми

«!» — жестокость к людям или животным, физическое насилие со стороны сверстников

Маркер 5. Поведение, интересы, речь

Поведение:

- частые нарушения дисциплины и правил школы
- **«!» — действия с риском для здоровья, уходы из дома, воровство**
- лжёт и жульничает, избегая ответственности
- резкое изменение обычного поведения, не может перестроиться

Интересы:

- нет возрастных увлечений, кроме компьютерных игр и интернета
- **«!» — интерес к лекарствам, оружию, шок-контенту**

Речь:

- **специфический жаргон, термины из фармакологии, слова насильственного содержания**
- **«!» — нездоровая заинтересованность смертью, оправдание насилия**

Маркер 6. Семейная ситуация

- Слабый контроль со стороны родителей (законных представителей)
- Отсутствие поддержки, холодность в отношениях
- **«!» — факты жестокого обращения, насилия со стороны взрослых**
- **Социально опасное положение семьи**

Напоминание:

- один маркер — повод наблюдать
- **сочетание маркеров из разных сфер — повод действовать**
- **маркеры «!» — действовать незамедлительно**

Ещё один источник маркеров: социально-психологическое тестирование

- Результат — не «диагноз» и не «приговор»: методика измеряет условия и показывает соотношение факторов риска и факторов защиты.
- **Для педагога: экспресс-карта фиксирует «верхушку айсберга» — поведение, СПТ помогает увидеть «подводную часть» — потребности и установки.**

Высокие значения шкал риска (8–10 стэнов) — сигнал «!»

Низкие значения шкал защиты (1–3 стэна) — тоже маркер

Внимание — не одна шкала, а сочетание: высокий риск при слабых защитах.

Кейс 1. Ситуация: семиклассница с вейпом в туалете

Ситуация:

- на перемене второй раз за неделю завуч замечает девочку 7 класса с вейпом в школьном туалете, в компании старшеклассниц;
- девочка стала резче в ответах, держится с новой компанией, прежних подруг «отодвинула»;
- родители заняты, реагируют наказаниями — отбирают телефон.

Кейс 1. Ситуация: семиклассница с вейпом в туалете

Маркеры по экспресс-карте:

- «!» поведение: действия с риском для здоровья — употребление никотиносодержащей продукции
- эмоции и отношения: отдаление от прежних друзей, сильное влияние новой группы
- семейная ситуация: слабый контроль, наказания вместо разговора

Маркеры по шкалам СПТ (пример для разбора):

- высокие: подверженность влиянию группы, принятие асоциальных (аддиктивных) установок
- низкие: принятие родителями (ПР), принятие одноклассниками (ПО)

Кейс 1. Что делать

1. Индивидуальный разговор классного руководителя без обвинений — «мне важно, что с тобой происходит».
2. Сообщить школьному психологу и социальному педагогу; сверить наблюдения с результатами СПТ.
3. Встреча с родителями — создание союза: спокойный разговор о компании, о вейпе, о доверии и правилах дома.
4. Проговорить родителям риски: никотин в этом возрасте влияет на развитие; жидкость может быть неизвестного состава — при сомнениях врач, а не лекция.
5. Профилактика в классе: занятие о давлении группы, проигрывание способов отказа; понятные правила и последствия для всех.
6. Составление индивидуального плана профилактической работы – обязательно включить поиск успешных зон.
7. Контроль через 2–4 недели: цель — чтобы у девочки появились «свои» взрослые и занятия, где её принимают.

Чего не делать: публично отчитывать и объявлять всем классом — она уйдёт в группу ещё дальше; наказания срезают верхушку айсберга.

Кейс 2. Ситуация: девятиклассник сдал пустые листы

Ситуация:

- раньше — ровный «четвёрочник», за последний месяц перестал выполнять домашние задания;
- на контрольных сдаёт пустые листы, на вопросы учителей отвечает «мне всё равно»;
- выборочно пропускает первые уроки, остальную дисциплину не нарушает.

Кейс 2. Ситуация: девятиклассник сдал пустые листы

Маркеры:

- учебная деятельность: устойчивое невыполнение заданий, отказ от контрольных без объективных причин
- эмоции: длительная апатия, потеря интереса
- поведение: резкое изменение обычного поведения, не может перестроиться
- СПТ (пример для разбора): высокая тревожность и фрустрация, низкие самоэффективность и принятие родителями

Гипотезы, которые проверяем:

- страх провала и выученная беспомощность: пустой лист «безопаснее» плохого ответа
- перегрузка и страх ОГЭ, выгорание; ночная активность в играх, недосып
- конфликт в семье или в классе (*смотрим социометрию*); депрессивное состояние

Кейс 2. Что делать

1. Индивидуальный разговор без давления: «я вижу, тебе стало тяжело с учёбой. Что изменилось?» — дать договорить, не читать мораль.
2. Подключить психолога: диагностика эмоционального состояния; при признаках депрессии (апатия дольше 2 недель, сон, аппетит, разговоры о бессмысленности) — рекомендовать родителям консультацию врача.
3. Разговор с родителями: снизить давление и ожидания на этот период, восстановить режим сна, поговорить о семье без взаимных обвинений.
4. Тактически по учёбе: посильные задания, ситуации успеха, право пересдать, поддержка по «провальным» предметам.
5. Предметный разговор о выборе после школы, чтобы учёба снова получила смысл.
6. Не бросать после первого улучшения: контроль через 2–4 недели; при отсутствии сдвига — школьный консилиум, подключение соцпедагога.

Чего не делать: публично стыдить, сравнивать с одноклассниками, «строго спросить за пустые листы» — это закрепляет отказ.

Организация работы по предупреждению суицидального поведения

УТВЕРЖДЕНЫ
постановлением комиссии
по делам несовершеннолетних
и защите их прав при
Правительстве Ярославской
области от 15.10.2021 № 8/5
(с изм. от 19.12.2023 № 4/7,
от 16.09.2026 № 6/6)

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
для органов и учреждений системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних Ярославской области о порядке межведомственного взаимодействия и обмена информацией по предупреждению суицидального (аутоагрессивного) поведения детей и при выявлении суицидов несовершеннолетних

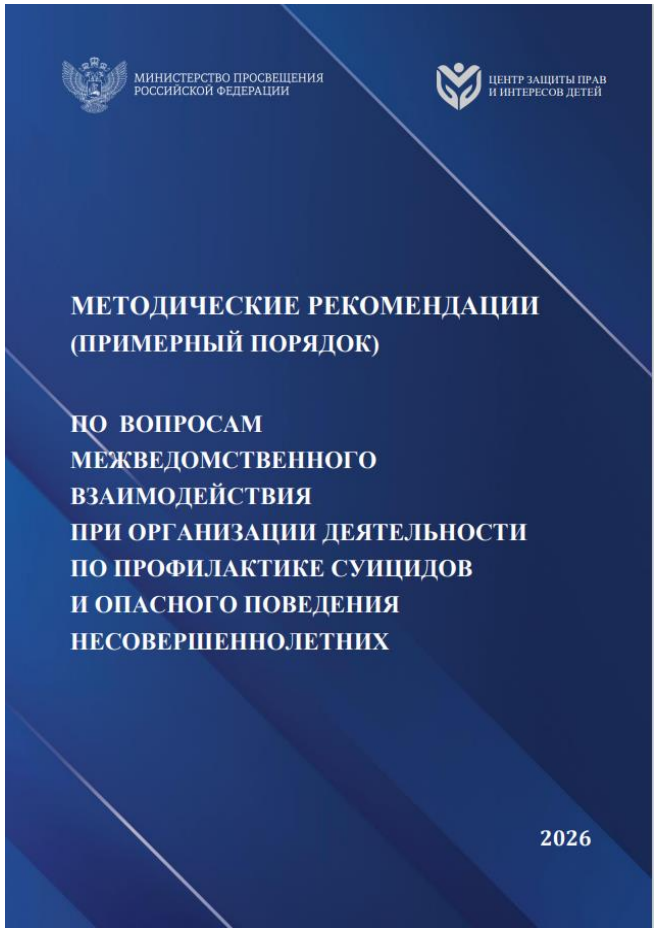
1. Общие положения

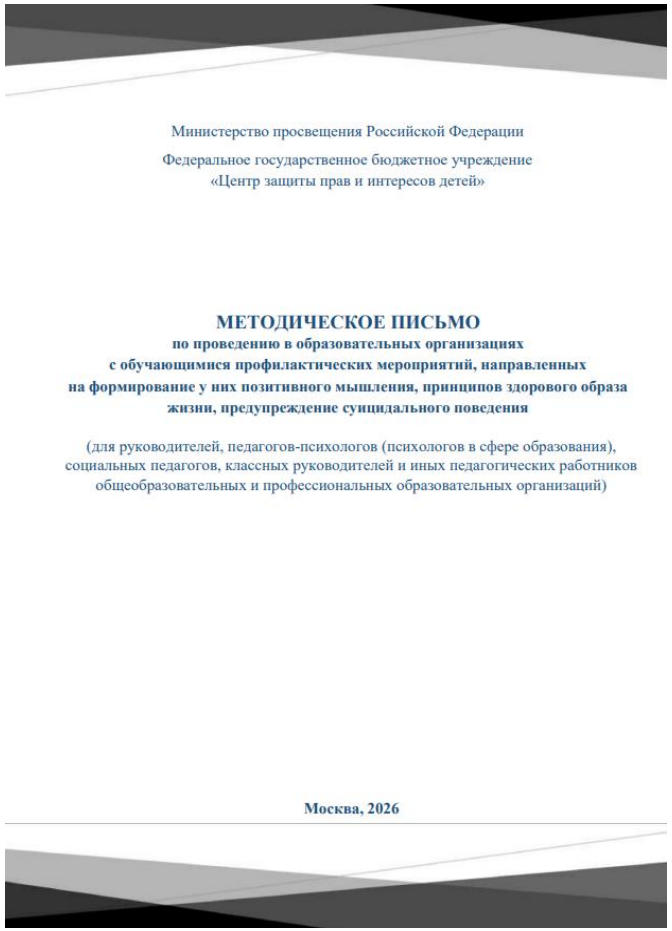
1.1. Настоящие методические рекомендации разработаны в целях улучшения положения детей в Ярославской области, создания благоприятных условий для сохранения их жизни и здоровья, выявления и предупреждения детских суицидов, снижения негативного влияния совершенного несовершеннолетним суицида на психоэмоциональное состояние его окружения, обеспечения защиты прав и законных интересов несовершеннолетних путем определения порядка межведомственного взаимодействия и обмена информацией органов и учреждений системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних (далее – органы и учреждения системы профилактики) по предупреждению суицидального поведения детей и при выявлении суицидов несовершеннолетних.

1.2. Правовую основу деятельности по предупреждению суицидального (аутоагрессивного) поведения несовершеннолетних составляют: Федеральный закон от 24 июля 1998 года № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации», Федеральный закон от 24 июня 1999 года № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» (далее – Федеральный закон от 24 июня 1999 года № 120-ФЗ), Федеральный закон от 27 июля 2006 года № 152-ФЗ «О персональных данных», Федеральный закон от 21 ноября 2011 года № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации», Закон Ярославской области от 05 июля 2013 г. № 40-з «О комиссиях по делам несовершеннолетних и защите их прав в Ярославской области», иные нормативные правовые акты Российской Федерации и Ярославской области, касающиеся вопросов профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних.

1.3. Основными задачами межведомственного взаимодействия по предупреждению суицидального (аутоагрессивного) поведения детей и при выявлении суицидов несовершеннолетних являются:

- установление причин совершения детского суицида, суицидальной попытки, аутоагрессивного поведения и принятие мер по их устранению;
- предупреждение ситуаций, угрожающих жизни и здоровью





Заключение

- Раннее выявление — залог успешной помощи ребёнку
- Систематическое наблюдение важнее разовых проверок
- Междисциплинарное взаимодействие: классный руководитель + психолог + семья
- Профессиональная бдительность — основа профилактики
- Помним: за каждым маркером стоит ребёнок, которому нужна поддержка