



МОСКОВСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПСИХОЛОГО-
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Профилактика кризисных состояний как инструмент предотвращения девиантного поведения

Психолог сектора экстренного реагирования
и психологического консультирования Федерального
координационного центра по обеспечению развития психолого-
педагогической помощи в системе образования Российской
Федерации,
член Общероссийской профессиональной психотерапевтической
лиги и Ассоциации когнитивно-поведенческой психотерапии,
профайлер-полиграфолог,

Саулина Людмила Владимировна

План выступления



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



01

Кризисная ситуация.
Кризисное состояние.
Определение.

02

Роль профилактики
кризисных состояний в
предотвращении
девиантного поведения

03

Признаки кризисного
состояния у нападавших
на образовательные
организации

04

Профилактика кризисных
состояний

05

Направления деятельности
по первичной профилактики

06

Методические материалы

Кризисное состояние: определение



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Особое выходящее за рамки повседневной жизни состояние, возникающее в ответ:

на субъективно
значимую для
человека
психотравмирующую
ситуацию, которая
уже произошла,
происходит или
существует
угроза ее
возникновения

на какие-либо
внешние или
внутренние
причины и
обстоятельства,
психические и
психологические
травмы

на проблему, от
которой он не может
уйти и
которую не может
разрешить в быстрое
время привычным
способом



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Кризисная ситуация: определение

проблема, которую
личность не может
разрешить
привычным способом

В кризисной ситуации
существующие
средства достижения
целей непродуктивны,
а новые средства еще
не сформированы

Ситуации, которые могут быть кризисными для несовершеннолетнего:

1

**Объективная оценка ситуации
взрослым может сильно отличаться
от мнения несовершеннолетнего**

любая ситуация, переживаемая
как обидная, оскорбительная,
несправедливая, глубоко ранящая

2

несчастливая любовь/разрыв
отношений с партнером

3

ссора/острый конфликт со
значимыми взрослыми
(родители, учителя)

4

травля или отвержение,
запугивание, издевательства со
стороны сверстников, травля в
интернете, в социальных сетях

5

тяжелая жизненная
ситуация (смерть близкого
человека, особенно матери,
тяжелое заболевание)

6

разочарование в своих
успехах в школе или другие
неудачи на фоне высоких
требований, предъявляемых
окружением или семьей



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Профилактика кризисных состояний играет ключевую роль в предотвращении девиантного поведения

К каким неблагоприятным
последствиям приводит кризисное
состояние?

Нарушение эмоциональной регуляции

Гиперактивация лимбической системы
Торможение в префронтальной коре

Нарушение эмоциональной регуляции

Усиление импульсивности
Снижение рациональности
Снижение страха наказания
Отсутствие осознания последствий своих действий

Нарушение адаптационных механизмов личности

Дисбаланс между внутренними потребностями и внешними препятствиями
Повышение уровня фрустрации и дезадаптации (повышенная конфликтность, снижение эмпатии, вспыльчивость)
Существующие копинг-механизмы непродуктивны
Активизация дезадаптивных психологических защит (агрессия, регрессия, аутоагрессия)
Фиксация девиантных стратегий поведения

Признаки кризисного состояния у нападавших на образовательные организации



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Психологические особенности несовершеннолетних, обвиняемых в нападениях на учебные заведения (исследование ФГБУ «НМИЦ ПН им. В.П. Сербского» Минздрава России):



Формирование агрессивного и аутоагрессивного поведения (суицидальные мысли и намерения) началось задолго до совершения противоправных действий



Взаимодействие с одноклассниками вызывало неудовлетворенность, выраженное напряжение и дистресс



Обучающийся оказывался изолированным, изгоем, мишенью эпизодических шуток и насмешек со стороны одноклассников



Тяжело переживалось
Основная роль в группе: изолированный, не уважаемый, не принимаемый и не понимаемый сверстниками



Сформировалась негативная Я-концепция
О своих переживаниях обучающиеся не сообщали педагогам или родителям



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Признаки кризисного состояния у нападавших на образовательные организации

Психологические особенности несовершеннолетних, обвиняемых в нападениях на учебные заведения (исследование ФГБУ «НМИЦ ПН им. В.П. Сербского» Минздрава России):

Для обучающихся были характерны:

повышенный уровень личностной тревожности

депрессивные тенденции

неустойчивая самооценка, ее существенная зависимость от внешних обстоятельств

пессимистическое восприятие будущего

ожидание негативного и враждебного отношения со стороны окружающих

подозрительность

неуверенностью в себе

ранимость и обидчивость

повышенная чувствительность
склонность к накоплению отрицательных переживаний

эмоциональная ригидность

Однако открытое агрессивное поведение для обследованных подростков было в основном не характерно

Признаки кризисного состояния у нападавших на образовательные организации



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Маркеры кризисного состояния у нападавших на школы, выявляемые как в социальных сетях, так и при личном общении: VK, Telegram – посты, VK-сторис, переписка, Telegram-канал

Враждебность Депрессия

«No lives matter»
«Delete my life 05.09.17»
«Жить незачем»
«Жизнь —
ошибка/шутка/бесмысленна»
«Биомусор/рабы»
«Школа — тюрьма»
«Финальная игра»

Угрозы Планы

«Всех убью»
«Подожгу школу»
списки целей (учителя/классы)
«Реванш за унижения»
«Я отомщу всем»

Жалобы Изоляция

«Все меня ненавидят»
«Одноклассники — уроды,
издеваются»
«Сижу один, никому не нужен.
Ненавижу праздники»
«Учителя достали, издеваются
каждый день»
«Школа — сплошная травля,
меня все прессуют»
«Никто не понимает, одинокий
на всю школу»
«Друзей нет, все фейк»

Манифесты

«Школа № , дата, захожу с
оружием, расстрел классов по
очереди, выход через
запасной»
«Сегодня убью огромное
количество биомусора и
застрелюсь»
«Я выше толпы биомусора,
уничтожу слабых»
«Паркер из Колумбайна
провалил эвакуацию; Галявиев
не учел охрану — мой план
идеален»

Признаки кризисного состояния у нападавших на образовательные организации



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Маркеры кризисного состояния у нападавших на школы, выявляемые как в социальных сетях, так и при личном общении: Telegram/VK

Мрачные селфи/аватары

Селфи с пустым взглядом на черном фоне
Готическое селфи в тени
Череп с каплями крови
Селфи в пустой комнате с сигаретой
Селфи с ножом и черным сердцем

Изображения суицидальной тематики

Изображение петли + «Конец»
Фото ножа с текстом «Последний кадр»
Часы на черепе + «Время вышло»
Петарды с подписью «Взрыв всего»
Нож на фоне заката + «Прощай»
Мем «Смерть — лучший выход»

Подписки на сообщества определенной тематики:

Связанные с оружием
Пропагандирующие идеологию ненависти и насилия
Суицидальной тематики
Посвященные нападениям на образовательные организации
Неонацистские и радикально националистические группы



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ПРОФИЛАКТИКА КРИЗИСНЫХ СОСТОЯНИЙ

Маркеры риска систематизированы в Навигаторе профилактики девиантного поведения



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



Авторы: ФГБОУ ВО МГППУ и ФГБУ НМИЦ
психиатрии и наркологии имени В.П. Сербского.

Включает в себя набор памяток с признаками
разных видов отклоняющегося поведения, а
также общие и специализированные алгоритмы
действий.



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Профилактика кризисных состояний

Первичная

информационно-обучающие мероприятия по вопросам психического здоровья, проводимые для любых категорий населения

Вторичная

Избирательные и антикризисные стратегии, противодействующие факторам риска в особой группе подростков, которые могут быть подвержены повышенному риску

Третичная

мероприятия, проводимые с близким окружением (родственники, друзья), членами учебно-профессионального сообщества

На что должна быть направлена первичная (общая) профилактика



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

НАПРАВЛЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С ОБУЧАЮЩИМИСЯ

Повышение уровня социально-психологической адаптации	Содействие удовлетворению базовых социальных потребностей	Формирование коммуникативных компетенций.	Развитие навыков установления, поддержания и регулирования межличностных отношений на всех уровнях взаимодействия	Освоение стратегий конструктивного разрешения конфликтных ситуаций	Сопровождение процессов самореализации личности
Создание и поддержание благоприятного психологического климата в коллективе	Регулярный мониторинг психологического климата класса	Проведение социометрических исследований	Выявление лидеров мнений, сплоченных подгрупп и социальных ролей участников	Организация мероприятий по сплочению коллектива	Профилактика и пресечение травли Формирование конструктивных межличностных связей между обучающимися

На что должна быть направлена первичная (общая) профилактика



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

НАПРАВЛЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С ОБУЧАЮЩИМИСЯ

Развитие жизнестойкости	Формирование позитивной жизненной перспективы и образа будущего	Развитие личностных компетенций для преодоления стрессовых ситуаций и адаптации к изменяющимся условиям	Расширение репертуара адаптивных копинг-стратегий	Формирование навыков саморегуляции и эмоционального контроля	
Формирование и развитие защитных факторов (опоры, ресурсы)	Социальные опоры: поддерживающие отношения с значимыми взрослыми и сверстниками	Индивидуальные ресурсы: компетентности и достижения в предпочитаемых сферах деятельности	Институциональные факторы: участие в организованных формах внеурочной деятельности		

На что должна быть направлена первичная (общая) профилактика



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

НАПРАВЛЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С ОБУЧАЮЩИМИСЯ

Формирование системы доступа к помощи в кризисных ситуациях	Обучение выявлению признаков кризисного состояния у сверстников	Формирование установок на само- и взаимопомощь в коллективе Развитие навыков психологической поддержки	Мотивация к активному использованию помощи	Повышение информированности о ресурсах поддержки, просвещение о каналах обращения
Формирование цифровой безопасности и медиаграмотности	Повышение уровня информационной гигиены и цифровой безопасности	Развитие навыков противодействия манипуляциям и критического мышления в цифровой среде	Распространение профилактического контента через социальные сети и образовательную организацию	Создание и вирусное распространение социальных роликов с позитивным профилактическим посылом Интеграция цифровых материалов в школьную среду (экраны, QR-коды, чат-боты).

На что должна быть направлена первичная (общая) профилактика



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ПОВЫШЕНИЕ КОМПЕТЕНТНОСТИ РОДИТЕЛЕЙ В ПРОФИЛАКТИКЕ КРИЗИСНЫХ СОСТОЯНИЙ

Повышение уровня психологической грамотности в области воспитания	Особенности коммуникации с детьми и подростками с учетом возрастной специфики	Стратегии формирования и поддержания эмоционального контакта и доверительных отношений	Принципы возрастной психологии и индивидуальных особенностей развития	Создание психологически безопасной семейной среды
Повышение уровня компетенций в области профилактики кризисных состояний обучающихся	Информирование о социально-психологических факторах дезадаптации в подростковом возрасте	Информирование о маркерах кризисных состояний и признаки неблагополучия (буллинг, остракизм, изоляция)	Информирование о методах профилактики кризисных состояний	Повышение информированности о ресурсах поддержки, просвещение о каналах обращения

Наиболее эффективные форматы профилактических мероприятий



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

НАИБОЛЬШУЮ ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПОКАЗЫВАЮТ МЕРОПРИЯТИЯ В ИНТЕРАКТИВНОМ ФОРМАТЕ ПРОВЕДЕНИЯ, ГДЕ АУДИТОРИЯ ИМЕЕТ АКТИВНУЮ ВКЛЮЧЕННУЮ ПОЗИЦИЮ



Дебаты



Социальная
акция



Кинопоказ с
последующим
обсуждением



Театрализованная
постановка



Дискуссия
Джеффа



Тематическая
викторина



Мероприятия,
посвященные
памятным
датам



Командная игра по
станциям (квест)



Разработка
социального
проекта



Спортивный
турнир



Тренинг

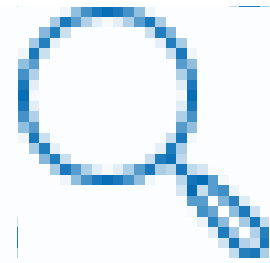


Метод
разбора
ситуационных
задач

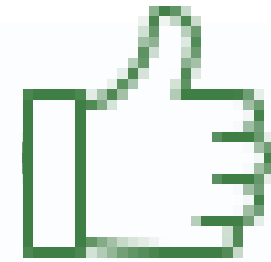
Методические материалы для использования в работе



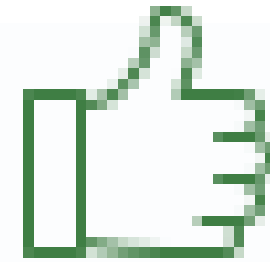
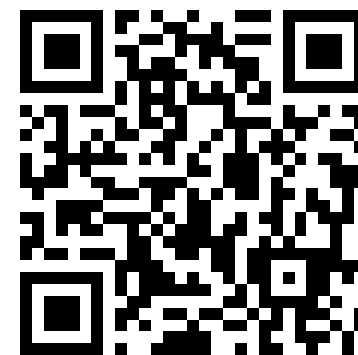
МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



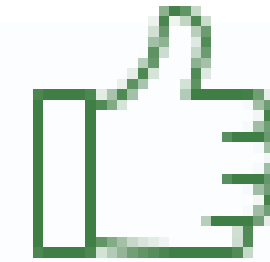
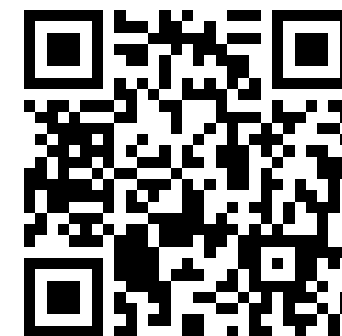
Реестр программ,
технологий, практик
Министерства
просвещения РФ



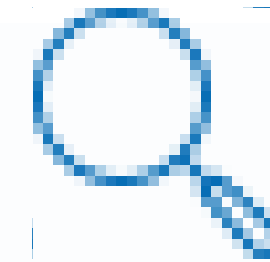
Банк лучших практик
социально-
психологического
сопровождения
детей, возвращенных
из зон боевых
действий в Сирийской
Арабской Республике
и Республике Ирак



Методическое
обеспечение
программы
сопровождения и
реабилитации детей,
находящихся на
территориях,
вовлеченных в
последствия боевых
действий



Методические
рекомендации,
разработанные
специалистами ФКЦ



Методические
рекомендации по
организации и
проведению
мероприятий в
образовательных
организациях



БЛАГОДАРЮ ЗА ВНИМАНИЕ!



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



Психолог сектора экстренного реагирования
и психологического консультирования Федерального координационного
центра по обеспечению развития психолого-педагогической помощи в системе
образования Российской Федерации,

Саулина Людмила Владимировна