







№2 2017

# ОБРАЗОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ

16+

Научно-методический журнал



-  НАУКА, ОБРАЗОВАНИЕ, ОБЩЕСТВО
-  ЛИЧНОСТЬ В СИСТЕМАХ УПРАВЛЕНИЯ
-  СПОСОБНОСТИ И ОДАРЕННОСТЬ
-  РЕСУРСЫ ВОСПИТАНИЯ
-  МЕТОДИКА, ИННОВАТИКА, ОПЫТ
-  ИСТОРИЯ УСПЕХА



№2 2017

# ОБРАЗОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ

16+ Научно-методический журнал

Свидетельство о регистрации  
средств массовой информации  
ПИ № ФС77-42765  
от 26 ноября 2010 г.

Журнал включен  
в **Перечень рецензируемых  
научных изданий ВАК РФ**,  
в Российский индекс  
научного цитирования  
(РИНЦ),  
в международные  
базы данных: **Ulrich's  
Periodicals Directory, EBSCO**

Статьи рецензируются

**Журнал выходит  
4 раза в год**

Подписной индекс журнала  
по каталогам агентства  
«РОСПЕЧАТЬ» — **80249**

Размещается  
в **открытом доступе**  
в Научной электронной  
библиотеке:  
**www.elibrary.ru**

**Издатель:**  
АНО «Центр научно-  
практических разработок  
и экспертиз в области  
образования»  
(АНО «ЦНПРО»)

© АНО «ЦНПРО»  
© «Образование личности»  
Все права защищены

## РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ ЖУРНАЛА

Руководитель проекта:

**Синягина Н.Ю.**, *д-р психол. наук, проф., РАНХиГС  
при Президенте РФ, г. Москва*

Главный редактор

**Артамонова Е.Г.**, *канд. психол. наук,  
Центр защиты прав и интересов детей, г. Москва*

**Айдын Х.**, *д-р пед. наук, ассоц. проф., Технический  
Университет Yildiz, Стамбул, Турция*

**Богоявленская Д.Б.**, *д-р психол. наук, проф., почетный  
член РАО, Психологический институт РАО, г. Москва*

**Буташии Д.А.**, *директор института «Высшая школа  
государственного управления», проректор РАНХиГС  
при Президенте РФ, г. Москва*

**Де Превиль Е.**, *д-р психол. наук, Департамент  
организационных изменений Бизнес-школы ESSEC,  
г. Париж, Франция*

**Дингман Л.**, *канд. пед. наук, координатор программы  
социальной помощи детям CASA, Кламат Фоллс, штат  
Орегон, США*

**Кац Н.Г.**, *д-р философ. наук, проф., NOVA Southeastern  
университет, Форт Лодердейл, штат Флорида, США*

**Леванова Е.А.**, *д-р пед. наук, проф., Московский  
социально-педагогический институт, г. Москва*

**Максимович В.А.**, *д-р филол. наук, доц., Институт  
философии НАН Беларуси, г. Минск, Беларусь*

**Омельченко Е.А.**, *д-р социол. наук, Государственный  
университет — Высшая школа экономики, г. Ульяновск*

**Партыцки С.**, *д-р социол. наук, проф., Люблинский  
Католический Университет им. Иоанна Павла II,  
г. Люблин, Польша*

**Подольский А.И.**, *д-р психол. наук, проф., Московский  
государственный университет им. М.В. Ломоносова,  
г. Москва*

**Селиванова Н.А.**, *д-р пед. наук, проф., академик РАО,  
Институт теории и истории педагогики РАО, г. Москва*

**Синягин Ю.В.**, *д-р психол. наук, проф., Институт  
«Высшая школа государственного управления»,  
РАНХиГС при Президенте РФ, г. Москва*

**Камышин В.В.**, *д-р пед. наук, директор Института  
одаренного ребенка НАПН Украины, г. Киев, Украина*

**Чумичева Р.М.**, *д-р пед. наук, проф., Южный федеральный  
университет, Академия психологии и педагогики,  
г. Ростов-на-Дону*

## РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ ЖУРНАЛА:

**Банщикова Т.Н.**, канд. психол. наук, доц., Северо-Кавказский федеральный университет, г. Ставрополь

**Белинская Е.П.**, г-р психол. наук, проф., Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова, г. Москва

**Валеева Р.А.**, г-р пед. наук, проф., Казанский (Приволжский) федеральный университет, г. Казань, Татарстан

**Вержибок Г.В.**, канд. психол. наук, доц., Минский государственный лингвистический университет, г. Минск, Беларусь

**Волжина О.И.**, г. социол. наук, проф., Фонд поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, г. Москва

**Геворкян М.М.**, канд. пед. наук, доц., Армянский государственный педагогический университет им. Х. Абовяна, г. Ереван, Армения

**Демакова И.Д.**, г-р пед. наук, проф., Московский педагогический государственный университет, г. Москва

**Евладова Е.Б.**, г-р пед. наук, Институт психолого-педагогических проблем детства РАО, г. Москва

**Зимняя И.А.**, г-р психол. наук, проф., действ. член РАО, г. Москва

**Шебураков И.Б.**, канд. психол. наук, доц., Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации, г. Москва

**Шайденко Н.А.**, г-р пед. наук, проф., член-корреспондент РАО, Тульский государственный педагогический университет им. Л.Н. Толстого, г. Тула

### ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ МАТЕРИАЛОВ ДЛЯ ПУБЛИКАЦИИ В ЖУРНАЛЕ

К печати принимаются материалы, отвечающие профилю журнала, не публиковавшиеся ранее в других отраслевых изданиях. Объем статьи (включая сноски, таблицы, рисунки) не должен превышать 25 000 знаков (с пробелами). Статья должна быть набрана в формате **Microsoft Word, 12 кеглем; 1,5 интервал; стиль Times New Roman**. Поля: верхнее, нижнее, левое — 2 см, правое — 1 см. Выделения в тексте возможны только полужирным шрифтом и (или) курсивом. Иные стили шрифта и выделения не допускаются.

В начале каждой статьи указываются **данные об авторе (авторах):**

- **Ф.И.О. (полностью);**
- **ученая степень или звание (если есть);**
- **должность и место работы (без сокращений, с указанием города, страны);**
- **контактная информация (телефон, E-mail каждого автора, почтовый адрес).**

Далее следует:

- **название статьи;**
- **инициалы и фамилия автора (авторов), ученая степень, должность, место работы, город, страна, E-mail (который будет указан в публикации);**
- **аннотация (150-200 слов);**
- **ключевые слова (5-7 слов);**
- **текст статьи;**
- **список литературы (не менее 10 и не более 20 наименований), выстроенный в алфавитном порядке, где вначале приводятся источники, изданные на русском языке, затем — на иностранных языках.**

Далее приводится на английском языке:

- **название статьи;**
- **имя, первая буква отчества и фамилия автора (авторов);**
- **место работы (с указанием города, страны);**
- **аннотация (Abstract)**
- **список ключевых слов (Keywords)**
- **список литературы (References).**

При необходимости указать, в рамках какого гранта (проекта и т.д.) подготовлена статья, эту информацию следует размещать ниже под названием статьи. Аналогично она размещается и в англоязычной части — в конце статьи. **Цитирование в статье** должно сопровождаться ссылками в **квадратных скобках** на источники из списка литературы в конце статьи. **В постраничных сносках** просьба указывать **только необходимую уточняющую информацию**. Если приводятся **таблицы, схемы, рисунки**, они должны быть пронумерованы и подписаны, а в тексте обязательны ссылки на них. **Диаграммы, схемы, графики и другой иллюстративный материал** должен быть представлен исключительно в **черно-белом варианте**.

Статьи сопровождаются **фотографией автора (авторов): крупным планом, в формате jpg, с разрешением не менее 300 dpi, отдельным файлом (не более 2 Мб).**

Материалы принимаются на электронный адрес журнала: **obraz-1@mail.ru**.



**BRAZOVANIE  
LICHNOSTI**  
16+ Scientific and methodical journal  
«PERSONALITY FORMATION»

The certificate of registration of mass media PI № FS77-42765 of 26.11.2010

The journal is included in **Higher Attestation Commission of Russian Research, Russian Research Citation Index, Ulrich's Periodicals Directory** and **EBSCO** databases

The articles are peer-reviewed

**The journal is published quarterly**

Journal's index in catalogues **"ROSPECHAT" — 80249**

#### OPEN ACCESS

Online version is available at Scientific Electronic Library: **www.elibrary.ru**

**Publisher:** Center for Scientific and Practical Developments and Expertise in the Field of Education (ANO "CNPRO")

© ANO "CNPRO"  
© "Образование личности"  
All rights reserved

#### EDITORIAL BOARD OF JOURNAL

##### PROJECT DIRECTOR:

**Sinyagina N.Y.**, *PhD, prof., Russian Presidential Academy of National Economy and Public Administration, Moscow, RF*

##### EDITOR-IN-CHIEF:

**Artamonova E.G.**, *cand. of psychol. science, Federal State Budgetary Research Institution "Centre for Protection of Rights and Interests of Children", Moscow, RF*

**Aydin H.**, *Ph.D, ass. prof., Yildiz Technical University, Istanbul, Turkey*

**Bogoyavlenskaya D.B.**, *PhD, prof., honorary member of Russian Academy of Sciences, Principal Researcher of Institute of Psychology, Russian Academy of Education, Moscow, RF*

**Butashin D.A.**, *prorektor of Russian Presidential Academy of National Economy and Public Administration, Institute "Higher School of Public Administration", Moscow, RF*

**De Preville E.**, *PhD, ESSEC Chair of Change Management, Paris, France*

**Dingman L.**, *PhD, Program Coordinator, Court Appointed Special Advocates for Children in Klamath County, OR, USA*

**Katz N.H.**, *Ph.D., prof., Social Science and Conflict Resolution; Department of Conflict Analyses and Resolution; Graduate School of Humanities and Social Sciences;*

*Nova Southeastern University; Fort Lauderdale, Florida, USA*

**Levanova E.A.**, *PhD, prof., Moscow State Pedagogical Institute, Moscow, RF*

**Maksimovich V.A.**, *PhD, docent, Institute of philosophy of NAS of Belarus, Minsk, Belarus*

**Omelchenko E.L.**, *PhD, National Research University — Higher School of Economics, Ulyanovsk, RF*

**Partycki S.**, *PhD, prof., The John Paul II Catholic University of Lublin, Lublin, Poland*

**Podolskiy A.I.**, *PhD, prof., Moscow State University, Moscow, RF*

**Selivanova N.L.**, *PhD, prof., Institute of Theory and History of Pedagogy, Russian Academy of Education, Moscow, RF*

**Sinyagin Y.V.**, *PhD, prof., Institute "Higher School of Public Administration" of Russian Presidential Academy of National Economy and Public Administration, Moscow, RF*

**Kamyshev V.V.**, *PhD, Institute of Gifted Child of NAPS of Ukraine, Kyiv, Ukraine*

**Chumicheva R.M.**, *PhD, prof., Southern Federal University Academy of Psychology and Pedagogy, Rostov-on-Don, RF*

## EDITORIAL STAFF OF JOURNAL

**Banschikova T.N.**,  *cand. of psychol. science, docent, North Caucasian Federal University, Stavropol, RF*

**Belinskaya E.P.**,  *PhD, prof., Moscow State University, Moscow, RF*

**Valeeva R.A.**,  *PhD, prof., Kazan Federal University, Kazan, Tatarstan, RF*

**Verjibok G.V.**,  *PhD, prof., Minsk state linguistic University, Minsk, Belarus*

**Volzhina O.I.**,  *PhD, prof., The Foundation to Support Children in Difficult Life Situations, Moscow, RF*

**Gevorkyan M.M.**,  *cand. of ped. science, Armenian State Pedagogical University named after H. Abovyan, Erevan, Armenia*

**Demakova I.D.**,  *PhD, prof., Moscow State Pedagogical University, Moscow, RF*

**Evladova E.B.**,  *PhD, The Institute of Psychological and Pedagogical Problems of Childhood, Russian Academy of Sciences, Moscow, RF*

**Zimnyaya I.A.**,  *PhD, prof., Russian Academy of Education, Moscow, RF*

**Sheburakov I.B.**,  *cand. of psychol., docent, Russian Presidential Academy of National Economy and Public Administration, Moscow, RF*

**Shaydenko N.A.**,  *PhD, prof., Tula state pedagogical University named after L.N. Tolstoy, Tula, RF*

## SPECIFICATIONS FOR MATERIALS FOR PUBLICATION IN JOURNALS

The materials that correspond to the profile of the journal and haven't been published before are being accepted for publication.

The volume of the paper (including footnotes, tables, and figures) must not exceed **25 000 characters** (with spaces). Articles should be typed in the format of **Microsoft Word, size 12, 1.5 spacing, font Times New Roman**. The fields: upper, bottom and left — **2 cm**, right — **1 cm**. Highlighting in the text can only be bold and (or) italicized. Other styles and font selection are not allowed.

At the beginning of each article should be included the **author's information**:

- **the author's last name and first name (full);**
- **academic degree or title (if any);**
- **place of work (unabridged) and the author's position (indicating the city and country);**
- **contact information (phone number, E-mail and the postal address of each author).**

Then follows:

- **article title;**
- **initials and surname of the author (s), academic degree, position, place of work, city, country, E-mail (which will be specified in the publication);**
- **abstract (150-200 words);**
- **keywords (5-7 words);**
- **article text;**
- **references (not less than 10 and not more than 20 items) built in alphabetical order.**

Then **the title, the name of the author(s), his (their) affiliation, the abstract, and the keywords** are given in Russian.

If needed specify within of the grant (project, etc.) prepared the article, this information should be placed below titled article.

Quoting the article should be **referenced in square brackets** to the sources at the end of the article.

**Please indicate only the necessary supporting information in the footnotes.**

If an article contains tables, charts, or figures, they shall be numbered and signed and the text should contain obligatory references to them.

**All diagrams, charts, graphs, and other illustrations** should be submitted only in **black and white**.

The articles in our journal are accompanied by a **photograph of the author(s) close-up, in .jpg or .tiff format with a resolution of 300 dpi** that is sent as a separate file (**max. 2 Mb**).

Name the file that contain the article must consist of the name of the author (or co-authors' names separated by commas) in the nominative case and the first two or three words of the article title. Photo file must be named with the last name of the author.

Materials will be accepted by e-mail the journal: **obraz-1@mail.ru**



## СОДЕРЖАНИЕ

### К ЧИТАТЕЛЯМ

**Н.Ю. Синягина, Е.Г. Артамонова**

Источники вдохновения и примеры для подражания  
в воспитании молодого поколения

10

### НАУКА, ОБРАЗОВАНИЕ, ОБЩЕСТВО

**Е.Г. Артамонова, О.И. Ефимова, Н.В. Калинина**

Организация Всероссийского педагогического совета  
«Профилактика интернет-рисков и угроз жизни детей  
и подростков»

12

**Е.Г. Артамонова, О.И. Ефимова, Н.В. Калинина**

Организация Всероссийского родительского собрания  
«Профилактика интернет-рисков и угроз жизни детей  
и подростков»

28

**А.В. Хыдырова**

Лучшие практики образовательных организаций Российской  
Федерации как меры профилактики интернет-аддикции

49

**Н.А. Шайденко**

Общая характеристика образования  
в контексте устойчивого развития

56

### ЛИЧНОСТЬ В СИСТЕМАХ УПРАВЛЕНИЯ

**Ю.В. Синягин**

Истоки успешности: мотивация на достижение  
и личностный рост

62

**И.Б. Шебураков**

Трансформация технологий управления  
эффективностью в контексте  
лично-ориентированного подхода в управлении

65

**Е.Г. Чирковская**

Субъективно значимые факторы успеха  
руководителей системы государственного управления  
(по материалам конкурса творческих работ  
«История Успеха»)

72





## СПОСОБНОСТИ И ОДАРЕННОСТЬ

**О.А. Ястрикова**

Успешный выпускник — успешный студент:  
предпосылки эффективной социализации

**78**

## РЕСУРСЫ ВОСПИТАНИЯ

**С.В. Багоцкий, Г.Ю. Беляев, А.В. Беляева**

Половое воспитание школьников: стратегия, тактика, решения  
в культуре профессиональной подготовки будущего педагога

**88**

**А.В. Беляева**

Медико-педагогические аспекты воспитания и социализации  
подростков с ограниченными возможностями здоровья: ведущие  
тенденции Франции и Соединенного Королевства

**96**

## МЕТОДИКА, ИННОВАТИКА, ОПЫТ

**Е.П. Белинская, Н.М. Мельникова, Я.В. Винокурова, Е.Е. Иванова**

Здоровье как предмет исследования в психологии:  
история и перспективы

**106**

**М.В. Градов**

Комплементарность профессиональной деятельности  
современного учителя в основном и дополнительном  
образовании

**113**

**Н.А. Сафарян**

Вопросы методологии мониторинговых исследований  
управления старшей школой

**118**

**А.О. Топузьян, Л.М. Погосян**

Взаимодействие семьи и школы — залог здорового детства

**126**

## ИСТОРИЯ УСПЕХА

**Марина Авенировна Дмитриева:**  
жизнь при свете таланта

**136**

**Талия Ильгизовна Минуллина:**  
успешные руководители не подстраиваются  
под тренды, а создают их

**140**

**НАУКА, ОБРАЗОВАНИЕ, ОБЩЕСТВО**

**Е.Г. Артамонова, О.И. Ефимова, Н.В. Калинина**

Организация Всероссийского педагогического совета  
«Профилактика интернет-рисков и угроз жизни детей  
и подростков»

**12**

**Е.Г. Артамонова, О.И. Ефимова, Н.В. Калинина**

Организация Всероссийского родительского собрания  
«Профилактика интернет-рисков и угроз жизни детей  
и подростков»

**28**

**А.В. Хыдырова**

Лучшие практики образовательных организаций Российской  
Федерации как меры профилактики интернет-аддикции

**49**

**Н.А. Шайденко**

Общая характеристика образования  
в контексте устойчивого развития

**56**



## ОРГАНИЗАЦИЯ ВСЕРОССИЙСКОГО ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОВЕТА «ПРОФИЛАКТИКА ИНТЕРНЕТ-РИСКОВ И УГРОЗ ЖИЗНИ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ»

Публикация подготовлена в рамках государственного задания  
ФГБНУ «Центр защиты прав и интересов детей» на 2017 г., № 29.9200.2017/5.1

Рост интернет-активности современных школьников сопряжен с серьезными рисками и угрозами жизни, в том числе суицидальными рисками. Тревожная статистика подростковых самоубийств требует усиления профессиональных действий по его профилактике. В связи с этим по заказу Министерства образования и науки Российской Федерации ФГБНУ «Центр защиты прав и интересов детей» разработал сценарий проведения Всероссийского педагогического совета, ориентированного на повышение компетентности педагогов в сфере суицидального поведения несовершеннолетних. Сценарий педагогического совета обращает внимание педагогов на следующие аспекты:

- Особенности подросткового возраста, повышающие уязвимость к рискам и угрозам жизни.
- Как распознать угрозы?
- Подростки группы риска.
- Тревожные показатели участия ребенка в «опасных» группах.
- Знаки надвигающихся угроз жизни.
- Что помогает предотвратить риски и угрозы жизни?
- Значимые меры (условия) профилактики рисков и угроз жизни.
- Профилактика интернет-рисков и угроз жизни подростков в образовательной среде.
- Что делать в ситуации угрозы жизни?

В приложении представлены дополнительные материалы по теме для изучения педагогами.

Материалы сценария размещены на сайте: [www.fcprc.ru](http://www.fcprc.ru).



**Е.Г. Артамонова**  
*кандидат*  
*психологических наук,*  
*заместитель директора*  
*по научной работе*  
*ФГБНУ «Центр*  
*защиты прав*  
*и интересов детей»,*  
*г. Москва, Россия*  
[el.art@mail.ru](mailto:el.art@mail.ru)



**О.И. Ефимова**  
*кандидат*  
*психологических наук,*  
*старший научный*  
*сотрудник*  
*ФГБНУ «Центр*  
*защиты прав*  
*и интересов детей»,*  
*г. Москва, Россия*  
[efimovao@mail.ru](mailto:efimovao@mail.ru)



**Н.В. Калинина**  
*доктор психологических*  
*наук, ведущий научный*  
*сотрудник*  
*ФГБНУ «Центр*  
*защиты прав*  
*и интересов детей»,*  
*г. Москва, Россия*  
[kalinata66@mail.ru](mailto:kalinata66@mail.ru)

### Ключевые слова:

*обучающиеся, интернет-риски, маркеры суицидального поведения, профилактика, компетентность педагогов, специализированная помощь.*



Тревожная статистика количества самоубийств и суицидальных попыток среди несовершеннолетних в России, появление новых угроз жизни подростков, в частности интернет-рисков, в очередной раз ставит вопрос о совершенствовании системы превенции суицидального поведения подростков, которая должна носить комплексный, системный и междисциплинарный характер. В Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012-2017 г. (Указ Президента РФ от 1 июня 2012 г. № 761) в качестве первоочередных мер по развитию политики формирования здорового образа жизни детей и подростков называется «система мер по предотвращению подросткового суицида, включая проведение психологическими службами образовательных учреждений профилактической работы с детьми, родителями, социальным окружением ребенка, а также разработка программы противодействия пропаганде молодежных суицидов в интернет-среде».

Школа, являясь основным институтом социализации подростка, играет системообразующую роль в сфере превенции подростковых суицидов, обеспечивая реализацию различных направлений профилактики, ориентированных на самого подростка, его референтную группу, педагогический коллектив и родителей. Одним из условий эффективности профилактической работы является повышение компетентности педагогических работников в области профилактики суицидального поведения несовершеннолетних в целом и формирование навыков раннего распознавания суицидального поведения несовершеннолетних в частности (осведомленность о признаках депрессии и эмоциональных нарушениях, поведенческих признаках, которые свидетельствуют о высокой вероятности суицида и т.п.).

## СЦЕНАРИЙ ВСЕРОССИЙСКОГО ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОВЕТА «ПРОФИЛАКТИКА ИНТЕРНЕТ-РИСКОВ И УГРОЗ ЖИЗНИ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ»

**Целевая группа:** учителя и классные руководители общеобразовательных организаций, педагоги-психологи, социальные педагоги, заместители ру-

ководителей по воспитательной работе общеобразовательных организаций.

**Цель:** повышение компетентности педагогов в вопросах профилактики интернет-рисков и угроз жизни детей и подростков.

### **Задачи:**

1. Повысить компетентность педагогов в вопросах интернет-рисков, психологии суицидального поведения детей и подростков: его причинах, факторах риска и условиях профилактики.

2. Расширить профессиональные возможности в оказании помощи и поддержки в ситуациях риска и угрозы жизни подростков.

3. Подготовить педагогов к проведению родительских собраний по проблеме профилактики интернет-рисков и угроз жизни подростков.

### **Информация администрации**

*(директор / заместитель директора по учебно-воспитательной работе)*

Уважаемые коллеги!

Педагогический совет проходит в преддверии Всероссийского родительского собрания, посвященного обсуждению очень непростой проблемы риска суицидального поведения в детском и подростковом возрасте и его профилактики. К сожалению, сегодня подростковый суицид — не единичное явление, тревожная статистика требует усиления профессиональных действий по его профилактике. Вокруг данной темы сегодня очень много спекуляций. Вместе с тем она носит глубоко личный, интимный характер, и ее обсуждение требует грамотного, выверенного подхода. От того, насколько грамотно педагоги в данной проблеме, насколько грамотно преподнесена информация родителям, насколько организовано сотрудничество семьи и школы в профилактике суицидального поведения, во многом зависит эффективность профилактической работы.

В рамках педсовета будет обсуждаться специальная информация о предпосылках, факторах суицидального риска, маркерах суицидального



поведения, мерах профилактики и способах помощи в ситуации угрозы жизни. Данная информация должна быть изучена и осмыслена каждым педагогом, а затем грамотно донесена до родителей на родительском собрании и грамотно использована для профилактической работы, а в случае необходимости (при возникновении ситуаций угроз жизни) и для оказания экстренной помощи.

Психологическая информация (педагог-психолог, заместитель директора по воспитательной работе, компетентный педагог)

Подростковый возраст — трудный и напряженный этап развития личности как для самого подростка, так и для его родителей, педагогов. Эту напряженность создают физиологические и психологические изменения, которые происходят у подростка очень интенсивно. Еще раз обратимся к выделению наиболее значимых психологических особенностей подросткового возраста.

### **Особенности подросткового возраста, повышающие уязвимость к рискам и угрозам жизни**

Ведущей потребностью в этом возрасте является потребность в самоутверждении. Подросток ищет различные сферы и варианты для самоутверждения, стремиться к нему. Ему важно чувствовать себя значимым. В связи с этим они склонны к рисковому поведению.

Для подросткового возраста характерна реакция группирования. Для каждого подростка важно входить в какую-либо значимую группу, быть принятым в нее, считаться своим.

Большое значение подростки придают своему статусу в группе, среди сверстников. У них высока потребность в престиже, они стремятся следовать «моде» как во внешнем облике, так и в занятиях, увлечениях.

У подростка формируется собственная система ценностей, происходит их структурирование. Чтобы сформировать собственную систему ценнос-

тей, подростку надо от чего-то оттолкнуться, и этим чем-то оказываются требования и ценности, транслируемые или навязываемые взрослыми. Формирование ценностей у подростков осуществляется за счет проверки на жизнеспособность и протеста против того, что им представляет мир взрослых. Подросток ищет другие, отличные от транслируемых взрослыми ценностные ориентиры.

Для подростков характерен интерес к проблеме смысла жизни, они осмысливают собственную роль и место в этой жизни.

Подростковый возраст является уязвимым с точки зрения переживания трудных ситуаций: мир в восприятии подростка предстает «черно-белым» — он категоричен, не видит «полутонов», проблемы и трудности гипертрофируются, кажутся неразрешимыми; из-за гормональной бури снижена сопротивляемость стрессу.

Эти особенности естественны для подростков, но при неблагоприятных условиях они могут выступать факторами риска и быть намеренно использованы злоумышленниками как инструмент провокаций.

Можно выделить особенности личности, которые не позволяют подростку адекватно реагировать на жизненные проблемы и тем самым предрасполагают к суицидальному поведению:

- неумение найти способы удовлетворения своих потребностей и желаний;

- отказ от поиска выхода из сложных ситуаций, низкая сопротивляемость стрессу;

- отсутствие жизненного опыта и навыков конструктивного решения проблемы;

- общее отрицательное отношение к авторитетам, миру взрослых (недоверие к тем, кто стремится им помочь (близким, врачам, психологам);

- бескомпромиссность;

- в подростковом возрасте еще не до конца сформированы (или слабо сформированы) жизненные цели, ценности, установки. При отсутствии таких ценностей и недостатка жизненного опыта при встрече с трудной ситуацией, субъективно воспринимаемой подростком как безвыходной, идея уйти из жизни может стать доминирующей.



В качестве рисков и угроз жизни подростков в зоне повышенного внимания педагогов и родителей сегодня должны оказаться:

■ жизненные обстоятельства или ситуации, воспринимаемые подростком как невыносимо трудные, непреодолимые;

■ бесконтрольное пользование подростком интернет-ресурсами, через которые на него может оказываться деструктивное воздействие.

Среди ситуаций, которые могут выступить мотивами суицидального поведения, выделяются:

1. Переживание обиды, одиночества, собственной ненужности, отчужденности и непонимания.

2. Действительная или мнимая утрата любви родителей, неразделенное чувство и ревность.

3. Переживания, связанные со сложной обстановкой в семье, со смертью, разводом или уходом родителей из семьи.

4. Чувства вины, стыда, оскорбленного самолюбия, самообвинения.

5. Боязнь позора, насмешек или унижения.

6. Страх наказания (например, в ситуациях ранней беременности, серьезного проступка или правонарушения) или последствий неудачных действий (например, страх unsuccessfully сдать экзамены).

7. Любовные неудачи, трудности в сексуальных отношениях, беременность.

8. Чувство мести, злобы, протеста, угроза или вымогательство.

9. Желание привлечь к себе внимание, вызвать сочувствие, избежать неприятных последствий, уйти от трудной ситуации, повлиять на другого человека.

10. Сочувствие или подражание товарищам, кумирам, героям книг или фильмов, следование «моде».

11. Нереализованные потребности в самоутверждении, в принадлежности к значимой группе, пессимистическая оценка собственной личности.

Вышеперечисленные обстоятельства могут отягощаться употреблением наркотиков, алкоголя, игровой или интернет-зависимостями, депрессивными состояниями (приложение 1).

Воспринимая свою жизненную ситуацию как непреодолимую, дети порой способны на крайние поступки, вплоть до самых страшных — попыток совершения самоубийства! Взрослые, к сожалению, могут не знать (не замечать) происходящего с подростком или считать эти причины несерьезными. А для него обстоятельства кажутся непереносимыми. Не получая понимания и поддержки взрослого, подросток в этих обстоятельствах чувствует себя непонятым, одиноким, покинутым. Он живет с ощущением «нет выхода», «нет пути назад»! Именно в этом противоречии главная трудность — вовремя распознать риски для жизни.

Серьезную угрозу жизни и благополучию подростка сегодня представляет опасный контент в сети Интернет.

Так, в Интернете были организованы и развернули свою деятельность деструктивные группы и сообщества, вовлекающие детей и подростков в «роковые» и смертельно опасные игры. Это, например, так называемые «группы смерти», которые готовят детей к добровольному уходу из жизни. Вот примеры таких групп: «Синий кит», «Тихий дом», «Разбуди меня» в 4:20 и т.д.

Почти все суицидальные группы имеют в своем названии хештеги и аббревиатуры. Хештег, изображаемый значком «решетка» #, позволяет другим пользователям находить все записи, обозначенные этим значком через поисковую систему социальной сети: #f46 #F56 #f57 #f58 #няпока #морекитов #тихийдом #ринапаленкова #мертвыедуши #тихийдом #морекитов #няпока #хочувигру #хочу\_в\_игру.

**ВНИМАНИЕ!** *Озвучивать эти хештеги детям не следует, чтобы не вызвать у них интерес — «пойти по ссылкам и проверить, что там...».*

Для вовлечения подростков в такие группы злоумышленники как раз используют возрастные особенности подростков: их стремление к самоутверждению, к принадлежности и высокому статусу в значимых группах, ин-



терес ко всему тайному, включая проблемы жизни и смерти, склонность видеть в любой трудности неразрешимую проблему, эмоциональную неустойчивость, интенсивность чувств и переживаний. А еще они используют наше с вами невнимание к проблемам подростка, наше неумение видеть его переживания, продемонстрировать ему понимание и поддержку.

Система построена следующим образом: детей вовлекают в таинственную и опасную игру. Разработана система приема в группу: чтобы стать членом группы, надо выполнять опасные задания, при этом введен строгий запрет на передачу информации взрослым. Прием в группу производится на основании получения как можно большего числа «лайков». У ребенка всячески поддерживается представление, что он никому не нужен в реальном мире, что здесь он только страдает, но есть другой, счастливый мир, где он будет счастлив. Дети получают задания и должны их выполнить, записав выполнение на видео и выложив видео в сеть или отправив «куратору». Ребенок «зарабатывает» себе статус, значимые связи и отношения. В группе есть специальные люди, которые оценивают выполнение заданий и «поддерживают» веру ребенка в то, что он идет правильным путем, поощряя его деструктивное по сути поведение. Эксплуатируется стремление подростка принадлежать к значимой группе, создается эффект таинственности, членство в закрытой тайной группе подчеркивает «избранность» и значимость подростка. На определенном этапе игры, особенно если подросток начинает бояться или понимать деструктивность участия в игре, «кураторы» начинают манипулировать семейными ценностями и интересами родных и близких подростка: ему внушается чувство вины, вплоть до угроз расправы над его близкими. Подросток боится стать причиной гибели дорогих ему людей и предпочитает уйти из жизни сам.

Быть членами этих тайных групп «модно» среди подростков, и большинст-

во из них следуют моде, не осознавая степени опасности. Уход из жизни воспринимается ими как ПОСТУПОК, показатель смелости. Опросы показывают, что подростки оценивают уход сверстника из жизни так: «Какая она молодец, вот она смогла!» Создан своего рода «фетиш», которому дети хотят соответствовать. Многие из них не собираются уходить из жизни по-настоящему, они играют в поощряемую сверстниками и «кураторами» игру. В таких группах подростки нередко состоят целыми классами.

### Как распознать угрозы?

Исследователи подросткового суицида выделяют его существенные особенности:

1. Нередки случаи, когда самоубийство детей и подростков вызывается гневом, протестом, злобой или желанием наказать себя и других.

2. Часто ведет к суициду эмоциональная нестабильность подростка, которая присуща почти четверти здоровых подростков (а также неумение ослабить эмоциональное напряжение). Специалисты говорят о том, что подростки зачастую не отделяют того, что они хотят, от того, что хотят от них другие, не могут отделить переживания от мыслей и действий.

3. Детям и подросткам присуща недостаточно адекватная оценка последствий своих действий. Для подростков смерть становится очевидным явлением. Однако они фактически отрицают ее для себя, экспериментируя с опасными веществами или будучи вовлеченными в другую привлекательную, но рискованную активность. Подросток принимает мысль о своей смерти, но, преодолевая возникшую тревогу, отрицает реальность этой возможности. Дети, а нередко и многие подростки, совершая суицид, прямо не предусматривают смертельного исхода.

4. Именно у подростков суицидальное поведение может быть подражательным, так как они копируют образцы поведения, которые видят вокруг себя (телевидение, Интернет, подростковые субкультуры). Подросткам свойственна повышенная внушаемость, в силу которой возможны групповые суицидальные попытки. Сильные переживания вызывают у детей и подростков само-



убийство брата или сестры (родители настолько поглощены горем, что не замечают других своих детей, которые тоже страдают и в целях привлечения внимания родителей могут повторить суицидальный поступок близких).

5. Еще одной особенностью суицидального поведения подростков является наличие взаимосвязи попыток самоубийств с отклоняющимся поведением: побегами из дома, прогулами школы, ранним курением, мелкими правонарушениями, конфликтами с родителями, алкоголизацией, наркотизацией, проблемами в сексуальных отношениях и т.д.

Психологический смысл подросткового суицида чаще всего «крик о помощи» или «протест, месть», стремление привлечь внимание к своему страданию. Настоящего желания смерти нет, представление о ней крайне неотчетливо, инфантильно. Но если это «крик о помощи», разве мы не в силах его услышать заранее?

Особое внимание следует обращать на детей, которые образуют группу суицидального риска.

#### **Группу риска составляют подростки:**

- находящиеся в сложной семейной ситуации (высокая занятость родителей, при которой общение с ребенком ограничено; болезненный развод родителей, предпочтение родителями одного ребенка по отношению к другому, жестокое обращение в семье, психически больные родственники);

- испытывающие серьезные проблемы в учебе;

- отличники, старающиеся все выполнить только на «отлично» и остро переживающие любые неудачи;

- не имеющие реальных друзей (при этом виртуальных — в Интернете — может быть сколько угодно много);

- не имеющие устойчивых интересов, хобби;

- находящиеся в депрессивном состоянии или склонные к депрессиям;

- перенесшие тяжелую утрату;

- остро переживающие несчастную любовь (разрыв значимых 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 серьезный проступок, уголовно наказуемый проступок (характеризующиеся криминальным поведением) или ставшие жертвой уголовного преступления (в том числе насилия);

- попавшие под влияние деструктивных групп (включая группы в соцсетях), религиозных сект или молодежных течений.

#### **Тревожными показателями участия ребенка в «опасных» группах является:**

- резкое изменение фона настроения и поведения, преобладание подавленного настроения;

- значительное времяпрепровождение в Интернете (практически все свободное время), переживание тревоги, негативных эмоций при невозможности выхода в Интернет даже короткое время;

- общение в группе и просмотр видеосюжетов в ночное время, следствием чего являются трудности в пробуждении, ребенок выглядит невыспавшимся;

- сокрытие от взрослых своих страниц и действий в Интернете, нежелание ребенка обсуждать новости группы, свои действия в ней;

- ведение в сети одновременно нескольких страниц под разными именами, особенно от имени и девочки, и мальчика;

- выполнение различных заданий и их видеозапись, в том числе связанных с агрессивными действиями по отношению к другим (к животным, одноклассникам) или с самоповреждениями (например, порезы на руках или теле...);

- появление в речи и на страницах в сети рисунков, афоризмов, тегов, связанных с суицидальным поведением, например: «Раны на руках заглушают боль в душе», «Лети к солнцу», «Лифты несут людей в небеса» и др.

Подростки, находящиеся в тяжелой жизненной ситуации и переживающие



цельный комплекс негативных эмоций, начинают задумываться о самоубийстве. Они испытывают замешательство. Несмотря на то что их 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. Педагогам необходимо быть внимательными к этим «знакам», чтобы не упустить возможность предотвратить формирующееся суицидальное поведение.

#### **Знаки надвигающихся угроз жизни:**

■ 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 том числе шутки, иронические замечания о желании умереть, о бессмысленности жизни;

■ фиксация на теме смерти в рисунках, стихах, литературе, живописи, музыке; частые разговоры об этом, сбор информации о способах суицида (например, в Интернете);

■ активная подготовка к выбранному способу совершения суицида (например, сбор таблеток, хранение отравляющих веществ, подъем на крышу дома, на перила моста);

■ 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, чувства 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 безрассудное, 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, фотографий, подготовка и выставление ролика, посвященного друзьям и близким, просит прощения за все у близких, в прошедшем времени говорит о том, что очень их любил); дарение другим вещей, имеющих большую личную значимость;

■ попытки уединения: сбегает в укромные, нелюдные места.

#### **Что помогает предотвратить риски и угрозы жизни?**

Педагогам может быть предложено практическое задание: выделить факторы рисков и угроз жизни подростков.

При обсуждении выделенных факторов зафиксировать внимание на тех из них, которыми может управлять педагог, оказывая влияние.

#### **Значимые меры (условия) профилактики рисков и угроз жизни:**

■ Благоприятная, эмоционально-психологическая атмосфера в окружении ребенка (в семье, школе, классе).

■ Насыщенность жизни яркими событиями, дающими подростку возможность достичь успеха, проявить себя и почувствовать свою значимость (социальные проекты, творческие акции и т.д.).



■ Возможность доверительного общения подростка с родителями, педагогами, искренний интерес со стороны взрослых к событиям жизни, к чувствам и переживаниям подростка.

■ Помощь и поддержка в решении проблем и преодолении трудностей.

■ Устойчивые социальные связи, значимые для подростка, и прежде всего семейные.

■ Контроль использования ребенком интернет-ресурсов.

Главными мерами (условиями) профилактики интернет-рисков и угроз жизни подростков выступают ДОВЕРИТЕЛЬНОЕ ОБЩЕНИЕ И КОНТРОЛЬ использования Интернета.

В связи с тем что в предупреждении суицидального поведения подростков ведущую роль играют социальные связи, и прежде всего семейные, задача школы — грамотно дать информацию родителям о существующих рисках и угрозах жизни их детей и вовлечь их в активную профилактическую работу, помочь в ее осуществлении. Для этого будут проведены родительские собрания.

### **Информация представителя администрации**

Рекомендации по проведению родительских собраний и бесед с родителями, направленных на профилактику интернет-рисков и угроз жизни подростков:

■ Перед проведением собрания или беседы педагогам необходимо внимательно ознакомиться с материалами, представляемыми родителям на собрании (сценарием, дополнительными материалами, презентацией), прояснить все вопросы, в случае необходимости обратиться за консультацией к представителю администрации, психологу или другому специалисту.

■ К собранию необходимо подготовить информацию (адреса и телефоны) региональных организаций, в которые родители могут обратиться в трудной ситуации, в ситуации угрозы жизни подростка: региональных служб и центров оказания помощи семье и детям, региональных телефонов доверия, ППМС-центров, службах психологической, психиатрической помощи, подразделениях и службах департаментов социальной защиты, подразделениях по делам несовершеннолетних и т.п.

■ Для участия в собрании могут быть привлечены специалисты, психологи, медицинские работники.

■ Собрания лучше проводить в классе или по возрастным параллелям. Беседы с родителями по конкретным ситуациям должны носить только индивидуальный характер.

■ При проведении родительских собраний и бесед с родителями важно учитывать эмоциональную значимость темы. Не должны обсуждаться конкретные случаи, имеющие место в классах или в знакомом окружении.

■ Родителей необходимо проинформировать о «вбросах» недостоверной информации, уведомить их о необходимости и возможности проверки такой информации. Ни в коем случае нельзя запугивать родителей и самих подростков угрозами суицида и склонением к суицидальному поведению.

■ Родителям учеников необходимо дать информацию о необходимости родительского контроля времени пребывания ребенка в Интернете и использованием ребенком интернет-ресурсов, а также о мерах защиты от интернет-рисков, которые они могут применить в домашних условиях и установить по договору с провайдером, предоставляющим услуги интернет-связи (приложение 2).

В качестве средств защиты родителям могут быть представлены популярные программные средства, которые помогут защитить ребенка от нежелательной информации в сети, в частности:

**iProtectYou Pro** — программа-фильтр Интернета позволяет родителям ограничивать по разным параметрам сайты, просматриваемые детьми ресурсы;

**KidsControl** — контроль времени, которое ребенок проводит в Интернете;

**Mipko Time Sheriff** — предназначен для контроля времени, проводимого вашими детьми за компьютером или работы с конкретными программами и сайтами;

**NetPolice Lite** — выполняет функцию родительского контроля, запрещая детям посещать сайты определен-





ных категорий (сайты для взрослых, ненормативная лексика и т.п.);

**ИНТЕРНЕТ ЦЕНЗОР** — программа содержит уникальные вручную проверенные «белые списки», включающие все безопасные сайты Рунета и основные иностранные ресурсы. Программа надежно защищена от взлома и обхода фильтрации.

■ Следует обратить внимание родителей на необходимость как можно чаще просматривать отчеты о деятельности детей в сети Интернет, на необходимость содержания родительских паролей в строгой секретности. Очень полезно будет родителям составить совместно с ребенком соглашение по использованию Интернета. В нем должны быть прописаны права и обязанности каждого члена семьи.

■ Родителям должна быть грамотно представлена достоверная, научно обоснованная информация о причинах и мотивах суицидов, факторах, их провоцирующих, мерах профилактики и способах помощи в ситуации реальной угрозы.

■ Акцент в рекомендациях родителям по предупреждению интернет-рисков и угроз жизни для их детей должен быть поставлен на установление доверительных отношений с ребенком, на сочетание доверия и контроля использования Интернета, на оказание подросткам помощи в преодолении трудных ситуаций, воспитание у подростка ценности жизни на базе традиционных семейных ценностей.

■ Важно представить родителям информацию о службах, которые в регионе могут оказать грамотную помощь и поддержку семье при столкновении с угрозой суицида (приложение 3).

Администрации школы необходимо добавить информацию о региональных службах и центрах оказания помощи семье и детям (адреса и телефоны): о региональных «телефонах доверия», ППМС-центрах, службах психологической, психиатрической помощи и т.п.

Далее вносятся предложения по составлению графика проведения родительских собраний.

Информация руководителя методического объединения классных руководителей или заместителя директора по воспитательной работе

### **Профилактика интернет-рисков и угроз жизни подростков в образовательной среде**

Функции педагога (классного руководителя) в профилактике суицидального поведения:

1. Создание благоприятного климата в классе (укрепление самоуважения и положительной самооценки обучающихся, поощрение выражения чувств и эмоций, предотвращение буллинга).

2. Проведение разъяснительной работы с подростками о различных интернет-рисках: мошенничестве в Интернете, злоупотреблении доверием пользователей, включающим намеренные технические атаки, хищение личных данных и их использование в незаконных целях, финансовые махинации, управление желаниями, действиями, поведением другого человека. Разъяснение подросткам принципов и способов защиты от таких рисков: посещать надо только конкретные сайты, содержащие проверенную информацию, нельзя добавлять в друзья незнакомцев, делиться с ними личной информацией, отправлять им фото и видео, следовать их указаниям и выполнять их задания.

Конкретную информацию о группах среди подростков распространять нельзя, так как это может пробудить интерес и желание найти такие группы, принять в них участие, проверить себя на прочность, что может закончиться неблагоприятно. Но необходимо информировать родителей. Разъяснительная работа должна строиться на основе принципов ценности жизни и свободы вообще, значимости жизни и свободы каждого отдельного человека, его прав на защиту жизни и благополучия. Важно чаще обращать внимание на позитивные моменты жизни, ее яркие краски, подчеркивать положительное в поведении детей, помогать им быть успешными в реальной жизни, в общении со сверстниками, в учебе, во внеурочной деятельности, проявлять к ним искренний интерес, показывать, что все проблемы преодолимы.

Педагогической альтернативной влиянию деструктивных интернет-



сообществ может стать создание групп конструктивной направленности, где ведется обсуждение значимых и интересных для школьников тем; открытое и доверительное общение с детьми.

3. Содействие развитию у подростков устойчивости к трудным жизненным ситуациям. Это может осуществляться за счет обсуждения реальных трудных ситуаций, происходящих с подростками, ситуаций, описанных в литературе, и т.п. Акцент ставится на способы поведения в трудных ситуациях, вариантах разрешения проблемы. Могут быть проведены специальные тренинговые внеурочные занятия, направленные на развитие навыков преодоления трудных ситуаций.

4. Информирование подростков о способах получения помощи в трудных ситуациях, о специалистах, которые могут такую помощь оказать.

5. Первичное выявление детей с признаками неблагополучия в эмоциональной, поведенческой, социальной сферах.

6. Поддержание тесного контакта с родителями школьников, организация встреч и бесед при появлении в поведении подростка тревожных сигналов или неблагополучия. Конкретные рекомендации, которые могут использоваться для бесед с родителями по профилактике интернет-рисков и угроз жизни подростков, представлены в сценарии родительского собрания и в дополнительных материалах к нему.

7. Рекомендация об обращении в случае необходимости (в составе семьи) к профильным специалистам (педагог-психолог, психологи ППМС-центра, врач-психиатр и т.п.).

### **Что делать в ситуации угрозы жизни?**

Если педагог получил информацию о реальной угрозе жизни подростка, то он должен незамедлительно проверить данную информацию (встретиться с подростком, поговорить с ним, прояснить намерения) и включиться в оказание такому подростку поддержки в преодолении кризисных переживаний. Педагог должен уведомить администрацию образовательной организации. Администрация должна связаться с подразделением комиссии по делам несо-

вершеннолетних. Совместно разрабатываются варианты помощи подростку.

Основная задача педагога при разговоре с ребенком, находящимся в кризисном состоянии, — первичное прояснение ситуации и мотивирование на обращение к специалисту (школьному педагогу-психологу, иным специалистам).

В задачи педагога не входит оказание психологической помощи; однако при возникновении ситуации суицидального риска (в том числе при суицидальной попытке) педагог может оказаться единственным наиболее близким обучающемуся взрослым человеком и должен будет предпринять действия по снижению суицидального риска.

Способом снижения суицидального риска является разговор по душам.

Основные принципы построения беседы с ребенком, находящимся в кризисном (тяжелом эмоциональном) состоянии, структура разговора и примеры фраз для поддержки ребенка в кризисной ситуации представлены в дополнительных материалах к педагогическому совету и должны быть внимательно изучены каждым педагогом (приложение 4).

Главное, чтобы разговор по душам не превратился в нравоучения. Кроме того, ребенок должен быть уверен, что в результате своей откровенности он не будет отвергнут или наказан. Необходимо показывать подростку, что вы хотите поговорить о его чувствах и что вы не осуждаете его за эти чувства.

### **Заключение**

Риски и угрозы жизни подростков, к сожалению, реальность сегодняшнего дня. Чтобы изменить эту реальность, от взрослых требуется повышение чувствительности к проблемам подростков, усиление внимания к их чувствам, переживаниям. В условиях цифровых технологий и гаджетов детям часто не хватает простого человеческого общения, которое можем и должны дать им мы, взрослые.

Проблема рисков и угроз жизни сложна и многоаспектна. Ее невозможно исчерпать на одноразовом мероприятии.



В целом важен комплексный подход к решению проблем, связанных с резкими перепадами настроения, различными зависимостями (включая компьютерную), девиантным поведением (в том числе его клинических аспектов). Поэтому так важно быть чуткими к изменениям, которые происходят с ребенком.

Каждому педагогу необходимо ознакомиться с прилагаемыми дополнительными материалами по проблематике профилактики рисков и угроз жизни:

■ Состояния, провоцирующие риски суицидального поведения. Типичные симптомы депрессии (приложение 1).

■ Популярные программные средства, которые помогут защитить ребенка от нежелательной информации в Интернете (приложение 2).

■ Куда надо обращаться в суицидоопасной ситуации (приложение 3).

■ Основные принципы построения беседы с ребенком, находящимся в кризисном (тяжелом эмоциональном) состоянии. Структура разговора и примеры фраз для первичного прояснения намерений и оказания эмоциональной поддержки в кризисной ситуации (приложение 4).

■ Рекомендуемая литература и информационные ресурсы (приложение 5).

Материалы представляются в открытом доступе.

После завершения обсуждения могут быть созданы рабочие группы педагогов:

— группа для подготовки и проведения родительских собраний в школе по проблеме профилактики интернет-рисков и угроз жизни детей и подростков;

— группы для разработки системы дополнительных мер и рабочего плана мероприятий по профилактике интернет-рисков и угроз жизни детей и подростков в школе и классах;

— группы для апробации и адаптации программ внеурочной деятельности, направленных на развитие у школьников устойчивости к трудным ситуациям и т.п.

По результатам педагогического совета принимаются решения:

— о проведении родительских собраний по проблеме профилактики интернет-рисков и угроз жизни детей и подростков;

— об активизации профилактической работы, о разработке и реализации системы дополнительных мер, направленных на профилактику интернет-рисков и угроз жизни детей и подростков.

## ПРИЛОЖЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ИЗУЧЕНИЯ ПЕДАГОГАМИ

### Приложение 1 Состояния, провоцирующие риски суицидального поведения

Депрессивные состояния — это тревожный сигнал эмоционального неблагополучия подростка. Возникновение депрессивного состояния в наибольшей степени связано с характером детско-родительских отношений и с тем, как они воспринимаются подростком. У детей и подростков состояние депрессии проявляется чаще в форме не унылого настроения, а раздражительности. Такие подростки часто капризны, считают себя некрасивыми, глупыми, бесполезными, часто испытывают чувство вины, жалуются на трудности с концентрацией внимания, «потерю энергии», пессимистично настроены практически ко всему. Подростки, испытывающие депрессивные состояния, теряют способность получать удовольствие от того, что раньше его доставляло, общий фон их настроения всегда понижен, учащаются соматические жалобы (на боли в животе, голове и т.д.), возможны проявления агрессии (ранее несвойственной ребенку), негативистского, антисоциального поведения. Часто отмечается потеря аппетита, отказ от еды или чрезмерное ее употребление, изменение веса тела, усталость, проблемы со сном (либо бессонница, либо постоянная сонливость), потеря интереса к своей внешности. Депрессия также может маскироваться такими симптомами, как нарушение поведения, гиперактивность, энурез, неуспеваемость в школе. Подросток может стать замкну-



тым, угрюмым или казаться чересчур эмоциональным, чувствительным, особенно в общении со сверстниками. Безусловно, все эти симптомы необходимо рассматривать в комплексе, во взаимодействии друг с другом. Для детей среднего и старшего школьного возраста характерен вариант депрессии, замаскированной так называемым девиантным поведением, которое выражается в грубости, конфликтности с домашними, прогулами школы, иногда побегами из дома, в противоправных поступках, употреблении алкоголя, наркотиков и т.д.

Повышение вероятности возникновения депрессии у подростков связано с такими факторами, как негативный образ своего тела, неуверенность, негативное восприятие будущего, развод или разлад между родителями, тяжелые заболевания (в том числе психические) членов семьи, отвержение сверстниками («непопулярность») в значимой для подростка группе), стойкая низкая успеваемость в школе. Особое внимание следует уделять периодам в жизни ребенка, связанным с так называемой сменой ролей (переход в новую школу, окончание школы, переезд на новое место жительства, период полового созревания, появление сексуального партнера). Такие периоды в жизни подростка часто могут быть связаны с растущей ответственностью, давлением окружающих, обстоятельством, понижением самооценки, неспособностью оправдать ожидания свои и семьи, острым желанием «отделиться» от семьи и неспособностью это сделать безболезненно. Неспособность подростка вжиться в новую для него роль может привести подростка к депрессии. В свою очередь, депрессия может усугублять проблему, вести к появлению у подростка чувства безнадежности, ощущения невозможности принятия новой роли.

Педагогу, не имеющему психологического образования сложно распознать развитие депрессивного состояния у ребенка. Однако есть ряд типичных симптомов, которые могут вам в этом помочь.

#### **Типичные симптомы депрессии:**

- часто грустное настроение, периодический плач, чувство одиночества, бесполезности;

- вялость, хроническая усталость, безнадежность и беспомощность;

- снижение интересов к деятельности или снижение удовольствия от деятельности, которая раньше ребенку нравилась;

- поглощенность темой смерти;

- постоянная скука;

- социальная изоляция и сложности во взаимоотношениях;

- пропуск школы или плохая успеваемость;

- деструктивное (разрушительное, отклоняющееся) поведение;

- чувство неполноценности, бесполезности, потеря самоуважения, низкая самооценка и чувство вины;

- повышенная чувствительность к неудачам или неадекватная реакция на похвалы и награды;

- повышенная раздражительность, гневливость (зачастую из-за мелочей), враждебность или выраженная тревога;

- жалобы на физическую боль, например, боль в желудке или головную боль;

- сложности концентрации внимания;

- значительные изменения сна и аппетита (бессонница или сонливость, потеря аппетита или неконтролируемое обжорство).

Если вы заметили у ребенка развитие депрессивного состояния, необходимо сообщить об этом родителям и порекомендовать им обратиться к детскому или подростковому психиатру.

## **Приложение 2**

**Популярные программные средства, которые помогут защитить ребенка от нежелательной информации в Интернете:**

- **iProtectYou Pro** — программа-фильтр Интернета, позволяет родителям ограничивать по разным параметрам сайты, просматриваемые детьми ресурсы;

- **KidsControl** — контроль времени, которое ребенок проводит в Интернете;



■ **Mipko Time Sheriff** — предназначен для контроля времени, проводимого вашими детьми за компьютером, или работы с конкретными программами и сайтами;

■ **NetPolice Lite** — выполняет функцию родительского контроля, запрещая детям посещать сайты определенных категорий (сайты для взрослых, ненормативная лексика и т.п.);

■ **ИНТЕРНЕТ ЦЕНЗОР** — программа содержит уникальные, вручную проверенные «белые списки», включающие все безопасные отечественные и основные иностранные ресурсы. Программа надежно защищена от взлома и обхода фильтрации.

### Приложение 3

#### Куда надо обращаться в суицидоопасной ситуации

■ Всероссийский детский «телефон доверия»: 8-800-2000-122 (бесплатно, круглосуточно.)

Психологическое консультирование, экстренная и кризисная психологическая помощь для детей в трудной жизненной ситуации, подростков и их родителей.

■ Горячая линия «Ребенок в опасности» Следственного комитета РФ. Дети, их родители, а также все неравнодушные граждане, обладающие информацией о совершенном или готовящемся преступлении против несовершеннолетнего или малолетнего ребенка, могут позвонить по бесплатному круглосуточному номеру телефона: 8-800-200-19-10 из Московского региона России.

### Приложение 4

#### Основные принципы построения беседы с ребенком, находящимся в кризисном (тяжелом эмоциональном) состоянии

1. Постарайтесь нормализовать собственное эмоциональное состояние: исключить у себя панику и другие осложняющие реакции.

2. Уделите все внимание собеседнику, смотреть прямо на него, располо-

жившись удобно, без напряжения, напротив него (не через стол).

3. Ведите беседу так, будто вы обладаете неограниченным запасом времени и важнее этой беседы для вас сейчас ничего нет. В процессе беседы целесообразно не вести никаких записей, не посматривать на часы, не выполнять каких-либо «попутных» дел.

4. Учитывайте, что нотации, угроз, сваривания, менторский тон речи неэффективны и вредны (это лишь убедит подростка, что взрослый, который с ним разговаривает, его не понимает).

5. Не приглашайте на беседу подростка через третьих лиц (лучше сначала встретиться как бы невзначай, обратиться с какой-либо несложной просьбой или поручением, чтобы был повод для встречи). При выборе места беседы главное, чтобы не было посторонних лиц (никто не должен прерывать разговор, сколько бы он ни продолжался).

6. Необходимо выслушать и попытаться услышать то, о чем говорит ребенок. 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, злорадия или желание отомстить. Когда подсознательно беспокоящие мысли осознаются, проговариваются, беды кажутся не такими фатальными и более разрешимыми. Внимательно отнеситесь ко всему, сказанному ребенком, обращайте внимание даже на самые незначительные на первый взгляд обиды и жалобы. Подросток может явно не показывать свои чувства, но вместе с тем испытывать сильнейшие переживания.

7. Обсуждайте — открытое обсуждение планов и проблем снимает тревожность. Большинство подростков чувствуют неловкость, говоря о своих проблемах (особенно о мыслях, связанных с нежеланием жить), но если ребенок говорит о самоубийстве, то беседа об этом не может усугубить его состояние, напротив, игнорирование этой темы увеличивает тревожность, недоверие. Ни в коем случае не проявляйте агрессию, постарайтесь не выражать потрясения от того, что услышали. Будьте



внимательны даже к шутливым разговорам на тему нежелания жить. Любую угрозу следует воспринимать всерьез.

8. Подчеркивайте временный характер проблем, вселяйте надежду. Расскажите о своих (возможно, схожих) переживаниях и о том, как и при каких обстоятельствах вы смогли справиться с ними. Аккуратно упоминайте о вещах, важных для ребенка, вспоминайте ситуации, когда ребенок был успешным, когда он справился с трудной ситуацией. Саморазрушение происходит, если подростки теряют надежду, оптимизм, а их близкое окружение не помогает обрести им уверенность в себе. Укрепляйте силы ребенка, внушайте, что с любой кризисной ситуацией можно справиться, но не обесценивайте переживаний ребенка.

9. Ищите конструктивные выходы из ситуации. Попросите ребенка совместно с вами поразмыслить над альтернативными решениями, которые, возможно, кажутся на первый взгляд невыполнимыми, абсурдными, которые еще не приходили подростку в голову. Необходимо, чтобы ребенок точно понял, в чем его проблема, и как можно точнее определил, что ее усугубляет. Если проблема кажется пока неразрешимой, подумайте, как можно ослабить переживания, негативные чувства по отношению к ней. Проясните, что остается тем не менее значимым, ценным для ребенка. Кто те люди, которые для него безразличны? Какие цели, значимые для ребенка, достижимы? И теперь, когда ситуация проанализирована, не возникло ли каких-либо новых решений? Не появилась ли надежда?

10. В конце разговора заверьте ребенка в том, что без его согласия вы не расскажете никому о состоявшемся разговоре. 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.

11. После открытого, серьезного разговора ребенок может почувствовать облегчение, но через какое-то время может опять вернуться к негативным мыслям. Поэтому важно не оставлять подростка в одиночестве даже

после успешного разговора. Проявляйте настойчивость — человеку в состоянии душевного кризиса нужны строгие утвердительные указания. Убедите ребенка, что он сделал верный шаг, приняв вашу помощь.

12. Далее следует рассмотреть и другие возможные источники помощи: психолог, психотерапевт, врач. Также ребенок может обратиться за анонимной помощью по «телефону доверия».

### **Структура разговора и примеры фраз для первичного прояснения намерений и оказания эмоциональной поддержки в кризисной ситуации**

1. Начало разговора: «Мне показалось, что в последнее время ты выглядишь расстроенным, у тебя что-то случилось?»

2. Прояснение намерений: «Бывало ли тебе так тяжело, что не хотелось жить/хотелось, чтобы это все поскорее закончилось?»

3. Активное слушание. Пересказать то, что собеседник рассказал вам, чтобы он убедился, что вы действительно поняли суть услышанного и ничего не пропустили мимо ушей: «Правильно ли я понял(а), что ...?»

4. Расширение перспективы: «Давай подумаем, какие могут быть выходы из этой ситуации. Как ты раньше справлялся с трудностями? Что бы ты сказал, если бы на твоём месте был твой друг?»

5. Нормализация, вселение надежды: «Иногда мы все чувствуем себя подавленными, неспособными что-либо изменить, но потом это состояние проходит».

### **Приложение 5 Рекомендуемая литература и информационные ресурсы**

*Список рекомендуемой литературы*

1. Андреева А.Д. Как помочь ребенку пережить горе // Вопросы психологии. 1991. № 2. С. 87-96.



2. *Артамонова Е.Г.* Психологический портрет цифрового поколения России в системе образовательных отношений // Электронный журнал «Профилактика зависимостей»: 2017. № 1. URL: <http://профилактика-зависимостей.рф>

3. *Банников Г.С., Вихристюк О.В., Миллер Л.В., Матафонова Т.Ю.* Выявление и предупреждение суицидального поведения среди несовершеннолетних: Памятка психологам образовательных учреждений // Основы безопасности жизнедеятельности: Информационно-методическое издание для преподавателей. 2012. № 4. С. 34-37 (начало); 2012. № 5. С. 40-45 (окончание).

4. *Вроно Е.М.* Предотвращение самоубийства подростков: Руководство для подростков. М.: Академический проект, 2001.

5. *Вроно Е.М.* Поймите своего ребенка. М.: Дрофа, 2002.

6. *Гиппенрейтер Ю.Б.* Общаться с ребенком. Как? М.: ЧеРо: Сфера, 2003.

7. *Емельянова Е.В.* Психологические проблемы современного подростка и их решение в тренинге. СПб., 2008.

8. Единый урок безопасности // Дети в информационном обществе. 2017. № 4(26). Специальный выпуск. <http://detionline.com/journal/numbers/26>.

9. *Ефимова О.И.* Инновационные методы предупреждения самоубийств в подростковой среде // Справочник педагога-психолога. 2013. № 9. С. 66-79.

10. *Ефимова Н.С.* Основы психологической безопасности: Учебное пособие. — М.: ИД «ФОРУМ»: ИНФРА-М, 2010.

11. *Ефимова О.И., Ощепков А.А.* Особенности социальных установок и ценностных ориентаций подростков со склонностью к суицидальному поведению // Образование личности. 2014. № 3. С. 112-118.

12. *Зайцева Н.В.* Профилактика детских суицидов в образовательных учреждениях России // Образование личности. 2012. № 4. С. 12-15.

13. *Калинина Н.В.* Профилактика рисков интернет-активности обучающихся: субъект-порождающее взаимодействие // Образование личности. 2017. № 1. С. 12-17.

14. *Матафонова Т.Ю.* Экстренная психологическая помощь в образовательных учреждениях учащимся с суицидальным поведением: Учебно-методическое пособие для психологов образовательных учреждений. — М.: НИИ школьных технологий, 2013.

15. *Паскал В.В.* Профилактика суицидального поведения обучающихся // Справочник классного руководителя. 2011. № 3. [Электронный ресурс] URL: <http://www.menobr.ru/materials/19/36275/?redct=Y>.

16. Практическая психология безопасности. Управление персональными данными в интернете: Учеб.-метод. пособие для работников системы общего образования / Г.У. Солдатова, А.А. Приезжева, О.И. Олькина, В.Н. Шляпников. — М.: Генезис, 2017.

17. *Солдатова Г.У., Рассказова Е.И.* Роль родителей в повышении безопасности ребенка в Интернете: классификация и сопоставительный анализ // Вопросы психологии. 2013. № 2. С. 3-14.

18. Спасти от пропасти. Родительский всеобуч: программы профилактики суицидального риска: Методическое пособие / Под ред. Е.Г. Артамоновой, О.И. Ефимовой. М.: АНО «ЦНПРО», 2014.

19. *Старшенбаум Г.В.* Суицидология и кризисная психотерапия. М., 2005.

20. *Шнейгер Л.* Кризисные состояния у детей и подростков: направления работы школьного психолога. Курс лекций. Лекция 8 // Школьный психолог 2009. № 24 (454), 16-31.12. [Электронный ресурс] URL: [http://psy.1september.ru/view\\_article.php?id=200902411](http://psy.1september.ru/view_article.php?id=200902411).

*Рекомендуемые информационные ресурсы*

■ Сайт ФГБНУ «Центр защиты прав и интересов детей». На специализированной странице сайта представлена информация по профилактике суицидального поведения несовершеннолетних. URL: <http://www.fcprc.ru>

■ Видеовыступление Ефимовой О.И., доцента, кандидата психологических

наук, с.н.с. ФГБНУ «Центр защиты прав и интересов детей» Психологическая газета. URL:<http://www.psy.su>.

■ Влияние соцсетей на поведение подростков представлено на сайте. URL: <http://www.62ru.ru/news1.php> Спасение детей от кибер преступлений.

■ «Новая газета» URL: <http://www.povayaagazeta.ru> — рассказывает о целой серии закрытых групп в «ВКонтакте», организующих самоубийства подростков посредством психологического давления и зловещих квестов.

■ Сайт «Я — родитель» На сайте представлены полезные советы, указания и подсказки для родителей по воспитанию, обучению и развитию детей. Решение психологических проблем детей URL: <http://www.ya-roditel.ru>.

■ Памятка для родителей «Куда обратиться, если есть подозрения о нахождении ребенка в «группах смерти»?» URL: <http://www.ya-roditel.ru/parents/ig/gruppy-smerti-chto-nuzhnoznat-o-nikh-rodityam>.

■ Научно-методический журнал «Образование личности» URL: <http://www.ol-journal.ru>

■ Научно-практический журнал «Профилактика зависимостей» URL: <http://профилактика-зависимостей.рф>

## ALL-RUSSIAN PEDAGOGICAL COUNCIL ORGANIZATION "PREVENTION OF INTERNET RISKS AND THREATS ON THE LIVES OF CHILDREN AND ADOLESCENTS"

Abstracts are prepared as part of the state task FSBRI "Centre for the Protection of the Rights and Interests of Children", 2017, № 29.9200.2017/5.1

### Elena G. Artamonova

The Federal State Budgetary Research Institution "Centre for the Protection of the Rights and Interests of Children", Moscow, Russian Federation  
[el.art@mail.ru](mailto:el.art@mail.ru)

### Olga I. Efimova

The Federal State Budgetary Research Institution "Centre for the Protection of the Rights and Interests of Children", Moscow, Russian Federation  
[efimovao@mail.ru](mailto:efimovao@mail.ru)

## OBRAZOVANIE LICHNOSTI

E.G. Artamonova, O.I. Efimova,  
N.V. Kalinina

All-Russian pedagogical council organization "Prevention of Internet risks and threats on the lives of children and adolescents"



### Natalia V. Kalinina

The Federal State Budgetary Research Institution "Centre for the Protection of the Rights and Interests of Children", Moscow, Russian Federation

[kalinata66@mail.ru](mailto:kalinata66@mail.ru)

### Abstract

The growth of Internet activity among modern schoolchildren is associated with serious risks and threats on their lives, including suicide. The alarming statistics on teenage suicides demand the strengthening of professional actions to prevent it. In connection with this, on behalf of the Ministry of Education and Science of the Russian Federation, the Center for the Protection of the Rights and Interests of Children has developed a blueprint for conducting the All-Russian Pedagogical Council, aimed at increasing the competence of teachers and parents in the area of suicidal behavior in minors. This blueprint of the pedagogical council directs the attention of teachers to the following factors:

- Features of adolescence; the increased vulnerability to risks and threats on life.
- How to recognize threats?
- Adolescents at risk.
- Warning signs of the child's participation in dangerous groups.
- Signs of impending threats on life.
- What helps to prevent risks and threats on life?
- Significant measures (conditions) for the prevention of risks and threats on life.
- Prevention of Internet risks and threats on the lives of adolescents in the educational environment.
- What to do in a life-threatening situation?

The appendix contains additional materials on the subject for study by teachers. The blueprint materials are available on this site: [www.fcprc.ru](http://www.fcprc.ru).

**Keywords:** students, Internet risks, warning signs of suicidal behavior, prevention, competence of teachers, specialized care.