

- 1.Профилактика **суицидального поведения** среди детей и подростков**
- 2.Профилактика **Буллинга** среди детей школьного возраста**
- 3.Знакомство с **ЧВК «Редан»****

МБОУ «Выльгортская СОШ №1»
Педагог-психолог Иевлева И.В.

Актуальность проблемы

- **Суицид** – вторая по распространённости причина смерти в **15-29 лет**, третья по частоте причина смерти в **10-19 лет во всём мире**
- На каждую смерть от самоубийств подростков приходится 10-100 попыток суицида
- суицидальное поведение у детей до 5 лет не встречается
- после **9 лет** наблюдается **суицидальная активность**
- с **14—15-летнего возраста** суицидальная активность резко возрастает, **достигая максимума в возрастной группе 16—19-летних**
- В 2020 году показатель в возрастной категории 15-17 лет составил 4,7 на 100 тысяч детей данной возрастной группы (по РФ)

Определение понятий

- **Суицид (самоубийство)** - намеренное, осознанное лишение себя жизни.
- **Суицидальная попытка** (синонимы: парасуицид, незавершенный суицид, умышленное самоповреждение и др.) - это любое умышленное действие по причинению себе вреда, которое по той или иной причине не привело к смертельному исходу.
- **Суицидальное поведение** - аутоагрессивное поведение, проявляющееся в виде фантазий, мыслей, представлений или действий, направленных на самоповреждение или самоуничтожение и, по крайней мере, в минимальной степени мотивируемых явным или скрытым желанием умереть.

Подростковый возраст считается одним из кризисных периодов – это переход из детства во взрослость, сопровождается значительными изменениями на биологическом, социальном и психологическом уровнях.

Особенности детско-подросткового суицида обусловлены:

- Незрелостью эмоционально-личностной сферы
- Несформированностью жизненных целей, самосознания
- Высокой значимостью своих переживаний (для взрослых они не серьезные, детские)
- Внушаемостью, импульсивностью в принятии решений
- Несформированностью представлений о смерти как о конечном событии
- Отсутствием понимания необратимости своих действий
- Низкой стрессоустойчивостью
- Склонностью к подражанию, некритичному копированию поведения в модных субкультурах, в интернете
- Темой смертности романтизируется и идеализируется в подростковой культуре

Мотивы суицидального поведения

- обида, чувство одиночества, отчужденности и непонимания;
- действительная или мнимая утрата любви родителей, неразделенное чувство и ревность; - переживания по поводу смерти, развода или ухода родителей из семьи;
- чувства вины, стыда, оскорбленного самолюбия, самообвинения;
- страх позора, насмешек или унижения;
- любовные неудачи, сексуальные эксцессы, беременность;
- чувство мести, злобы, протеста, угроза или вымогательство;
- желание привлечь к себе внимание, вызвать сочувствие, избежать неприятных последствий, уйти от трудной ситуации;
- страх наказания, нежелание извиниться;
- сочувствие или подражание товарищам, героям книг или фильмов, публикаций в СМИ («синдром Вертера»).



Факторы суицидального риска

Биологические	Психолого-психиатрические	Социальные
<ol style="list-style-type: none">1. Наличие суицидов среди биологических родственников.2. Аномалии серотонинергической системы мозга.	<ol style="list-style-type: none">1. Наличие психического заболевания (депрессия, шизофрения, алкогольная зависимость, расстройства личности).2. Индивидуально-психологические особенности, предрасполагающие к суицидальному поведению.3. Суицидальные попытки в прошлом.4. Самоповреждающее поведение.	<ol style="list-style-type: none">1. Стрессовые события (смерть близкого человека, физическое или сексуальное насилие и др.).2. Определенные социальные характеристики (неблагополучие в семье, недостаток заботы, поддержки и др.).3. <u>Конфликты с родителями.</u>4. Непонимание со сверстниками, <u>травля</u> (буллинг, кибербуллинг).5. <u>Несчастливая любовь</u>6. <u>Неудачная сдача экзамена</u>

Признаки суицидального поведения:

поведенческие	вербальные (словесные)
<ol style="list-style-type: none">1. Уход в себя.2. Капризность, привередливость.3. Депрессия.4. Агрессивность.5. Саморазрушающее и рискованное поведение.6. Потеря самоуважения7. Изменение аппетита8. Изменение режима сна.9. Изменение успеваемости.10. Внешний вид.11. Раздача подарков окружающим.12. Приведение дел в порядок13. Психологическая травма.	<ul style="list-style-type: none">• Словесные заявления, типа: «ненавижу жизнь», «они пожалеют о том, что они мне сделали», «не могу этого вынести», «я покончу с собой»; «никому я не нужен», «это выше моих сил»;• шутки, иронические высказывания о желании умереть, о бессмысленности жизни;• уверения в беспомощности и зависимости от других;• прощание;• самообвинения;• сообщение о конкретном плане суицида.

Группы риска суицидального поведения

- Подростки с различными формами семейного неблагополучия (пережившие развод или смерть одного из родителей, из конфликтных и асоциальных семей и др.);
- депрессивные подростки;
- подростки, злоупотребляющие алкоголем и наркотиками;
- подростки, которые ранее совершали суицидальную попытку, либо чьи близкие родственники, друзья или кумиры совершали суицид;
- подростки, склонные к самоповреждению (аутоагрессии);
- подростки с плохой успеваемостью в школе,
- подвергающиеся буллингу в школе, отвергаемые сверстниками;
- подростки, жертвы насилия;
- подростки, состоящие в негативных субкультурных группах, в Интернет-сообществах.

Основными «инструментами» педагогов и школьных психологов для оценки суицидального риска являются:

- ❖ беседа с подростком,**
- ❖ наблюдение за ним,**
- ❖ информация, полученная от третьих лиц (друзей, родственников),**
- ❖ данные медицинской документации.**

Дополнительные средства:

- Диагностические шкалы (шкала Цунга и др.)**

При наличии признаков психологического дискомфорта (плача, истерики)

1. Не оставляйте его одного.
2. Установите с ним физический контакт (возьмите за руку, положите свою руку ему на плечо). Дайте ему почувствовать, что вы рядом.
3. Применяйте приемы «активного слушания» (они помогут ребенку выплеснуть свое горе): говорите о своих и его чувствах.
4. Не старайтесь успокоить ребенка. Дайте ему возможность выплакаться и выговориться, «выплеснуть» из себя горе, страх, обиду.
5. Задавайте минимум вопросов, не давайте советов. Ваша задача — выслушать.
6. Говорите короткими фразами, уверенным тоном («Выпей воды», «Умойся»).

Предложите ребенку вместе с Вами обратиться за помощью к психотерапевту, психиатру, медицинскому психологу.

При наличии признаков психических нарушений (бреда, галлюцинаций, психомоторного возбуждения):

1. Сообщить родителям и вызвать бригаду скорой медицинской (психиатрической) помощи по телефону **112** или **03**.
2. До прибытия специалистов следить за тем, чтобы ребенок не навредил себе и окружающим. Убрать от него предметы, представляющие потенциальную опасность. Изолировать его от детей и не оставлять одного.
3. Говорить спокойным голосом. Соглашаться с ним. Помнить, что в такой ситуации переубедить пострадавшего (изменить его бредовую направленность или доказать отсутствие галлюцинаций) невозможно.

Информация о службах, оказывающих кризисную помощь лицам, оказавшимся в экстремальной ситуации.

Учреждения	Адреса	Номера телефонов
ГУ «Коми Республиканская психиатрическая больница» Диспансерное отделение Детское психиатрическое отделение	г.Сыктывкар, ул. Эжвинская, 1а г.Сыктывкар, ул. Сысольское шоссе, 60	Регистратуры 36-53-51 22-90-36 22-90-05
«Телефон доверия» ГУ «Коми Республиканская психиатрическая больница»	-Бесплатный с любого стационарного телефона по Республике Коми -Городской номер Телефона доверия	129 8-(8212) 21-02-52
Центр социальной помощи семье и детям г. Сыктывкара	г.Сыктывкар, ул. Чернова, 3	24-71-89 20-39-71 24-31-17
Территориальный центр социального обслуживания населения Эжвинского района	г. Сыктывкар, ул. Карла-Маркса, 227 г. Сыктывкар, ул. Мира, 19	24-89-50 62-55-72



ТЕЛЕФОН ЭКСТРЕННОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ

ЕСЛИ ВАС ПОСТИГЛА БЕДА ...

ВЫ ЧУВСТВУЕТЕ СЕБЯ ОДИНОКО ...

БОЛЬШЕ НЕТ СИЛ ...

НЕ ОСТАЛОСЬ НАДЕЖДЫ ...

ПОЗВОНИТЕ!

МЫ ПОМОЖЕМ ВАМ!

ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ:

129 (БЕСПЛАТНО СО ВСЕХ СТАЦИОНАРНЫХ
ТЕЛЕФОНОВ РЕСПУБЛИКИ КОМИ)

(8212) 21-02-52 (для звонков с
МОБИЛЬНЫХ ТЕЛЕФОНОВ)

**Единый всероссийский телефон доверия
для детей, подростков и их родителей:**

8-800-2000-122

**Детский суицид практически
всегда можно предотвратить:
для этого необходимо
чувствовать ребенка, слышать
его, вовремя заметить
тревожные сигналы.**

Профилактика **Буллинга** среди детей школьного возраста

Булль (от англ. Bully)

хулиган, драчун, задира, грубиян,
насильник)

Травля (буллинг, моббинг) – агрессия одних
детей против других, при этом жертва сильно
задета происходящим и не имеет
возможности защитить себя в актуальной
ситуации.



ПРИЗНАКИ ТРАВЛИ

- ✓ *систематичность (повторяемость);*
- ✓ *неравенство сил*
- ✓ *неадекватно высокая чувствительность жертвы.*
- ✓ *систематичность (повторяемость);*

Травля разнообразна, это не только физическая агрессия, скорее и чаще – психологическая.



ВИДЫ ТРАВЛИ

- **Прямая (физическая)**
- **Косвенная (психологическая)**
- **Кибербуллинг** (*оскорбление, унижение, пересылка неоднозначных изображений и фотографий, анонимные телефонные звонки, обзывания, распространение слухов, жертв буллинга снимают на видео и выкладывают в интернет*)

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ БУЛЛИНГ (ПОДВИДЫ):

- **Вербальный буллинг**
- **Невербальный буллинг**
- **Запугивание**
- **Изоляция**
- **Вымогательство**
- **Повреждение и иные действия с имуществом**



ЖЕРТВЫ ШКОЛЬНОГО БУЛЛИНГА:

- физические недостатки,
- наличие болезни,
- особенности поведения и внешности («не такой как все»),
- плохие социальные навыки или отсутствие опыта жизни в коллективе,
- низкий интеллект и трудности в обучении
- не уверенные в себе
- эмоционально реагирующие на провокации
- тревожные дети
- дети, вызывающие неприязнь взрослых и т. д.



*жертвой
буллинга
может стать
каждый!*

Должно насторожить, если дети:

- притворяются больными, чтобы избежать похода в школу;
- боятся одни идти в школу и домой, просят проводить их на уроки, часто опаздывают;
- меняется поведение и характер ребенка;
- явные симптомы страха, заключающиеся в нарушениях сна и аппетита, ночном крике,
- энурезе, заикании и нервном тике, нелюдимости и скрытности;
- частые просьбы дать денег, воровство;
- снижение качества учебы, потеря интереса к любимым занятиям;
- постоянные ссадины, синяки и другие травмы;
- молчаливость, нежелание идти на разговор;
- суицидальные намерения и как крайняя степень – суицид.

Последствия для жертвы буллинга:

- низкая успеваемость
- нежелание ходить в школу,
- невротические и даже психические расстройства.
- подозрительность, неверие в добрые намерения других людей
- у ребенка-жертвы могут возникнуть проблемы во взаимодействии с окружающими, причем эти трудности могут проявиться и в юности, и в молодости, и даже в зрелом возрасте.

Самое страшное, что *регулярные издевательства способны спровоцировать попытку самоубийства или покушение на кого-то из преследователей.*

Мы узнали о жертве...

Если ребёнок подтвердил Вам в разговоре, что он - жертва буллинга.

- Скажите ребёнку: Я тебе верю (это поможет ребёнку понять, что Вы в состоянии помочь ему с его проблемой).
- Мне жаль, что с тобой это случилось (это поможет ребёнку понять, что Вы пытаетесь понять его чувства).
- Это не твоя вина (дайте понять ребёнку, что он не одинок в подобной ситуации: многие его сверстники сталкиваются с разными вариантами запугивания или агрессии в тот или иной момент взросления).
- Хорошо, что ты мне об этом сказал (это поможет ребёнку понять, что он правильно сделал, обратившись за помощью и поддержкой).
- Ты важен для меня и я постараюсь сделать так, чтобы тебе больше не угрожала опасность (это поможет ребёнку с надеждой посмотреть в будущее и ощутить защиту)

Очень важно защитить ученика, ставшего **«жертвой»**
и **перестать скрывать буллинг.**

Провести доверительную беседу с ребенком, которого обидели, попытаться понять его, поддержать, помочь устранить негативные эмоции (чувство страха, обиды, вины).

- ❑ **Разговор с классом.** Обсудить с ребятами в классе случай буллинга. Такой разговор сделает ситуацию явной для всех, поможет разрешить конфликт и разногласия, вместе обсудить имеющиеся правила против буллинга или выработать новые. При этом активно привлекаются к беседе и обсуждению те школьники, которые ведут себя позитивно.
- ❑ **Проинформировать педагогический коллектив** о случае буллинга и взять ситуацию под контроль.
- ❑ **Пригласить родителей для беседы.** Если буллинг имеет место в начальной школе, то особенно важно, как можно раньше привлечь родителей, обсудить с ним, какие есть (или могут быть) признаки, свидетельствующие о буллинге, и какими могут и должны быть стратегии реагирования.
- ❑ **Санкции.** Буллеры должны встретиться с неизбежными последствиями своих действий. Сюда относится, в том числе, принесение извинений "жертве" и восстановление того имущества, которое было испорчено или отобрано.

Работа с семьей:

Важно поддерживать у ребенка адекватную самооценку, не унижать, не превозносить, стараться обсуждать школьные дела и отношения.



Рассматривать поведение ребенка и его одноклассников с разных позиций, обучая умению встать на место другого, почувствовать его переживания и в то же время помогая научиться регулировать свои действия, не поддаваться на провокацию, сказать «нет», если необходимо, обратиться за помощью к взрослым.

Искренне интересоваться делами своего ребенка в классе, его ролями в классных делах, отношениями с одноклассниками, более старшими и более младшими детьми. Они не должны отмахиваться от возникающих проблем во взаимодействии ребенка со сверстниками. Такое бесчувствие со стороны близких может привести к трагедии.

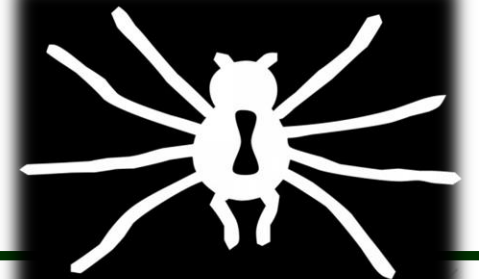
Что такое ЧВК "Рёдан" и почему по всей России задерживают подростков

“ЧВК Рёдан” — новая молодежная субкультура.

Ее представители **носят длинные волосы, клетчатые штаны и используют символику с пауком и цифрой 4.**

По словам подростков, они не имеют отношения к военной кампании, а так называют себя просто в шутку. Участники движения вдохновились одноименным аниме.

По сюжету, “Геней Рёдан” — это преступная организация, также известная как “Призрачная труппа” или “Паук”.



- Данная организация выступает **против футбольных фанатов, мигрантов и «офников».**
- **После того, как “ЧВК Рёдан” заинтересовались медиа и полиция, из названия убрали аббревиатуру ЧВК.**
- **Подростки, которые состоят в «Редане», считают себя единомышленниками, группой друзей, сообществом по интересам, при этом нейтральными ко всем религиям, мнениям и группам людей**



“Данное сообщество не связано с политикой, религией и национализмом, мы не призываем нарушать законы Российской Федерации”.

Почему у подростков возникает интерес к «ЧВК Рёдан».

Подростки во все времена примыкали к различным движениям, потому что в силу возраста хотят принадлежать к какойто группе и стремятся выделиться из толпы сверстников. Для большинства подростков в «ЧВК Рёдан» привлекательным является стиль одежды; для них это возможность быть отличным от «серой массы» одноклассников (по словам одного из участников движения). Специалисты отмечают, что у таких ребят, как правило, нет своей компании, они мало выходят на улицу... И такие замкнутые одиночки сейчас объединяются между собой.

Рекомендации для РОДИТЕЛЕЙ и Педагогов

В целях профилактики вовлечения:

- 1) Необходимо разговаривать со своим ребенком, интересоваться не только отметками, но и личной жизнью: какие у него взгляды, что он думает о тех или иных социальных явлениях местного, государственного и мирового характера (с учетом возраста ребенка).
- 2) Объяснить ребенку юридические последствия членства в противоправных и деструктивных объединениях, участия в проводимых ими мероприятиях.

В целях прекращения участия ребенка в деструктивной деятельности:

- 1) Если возникают подозрения, что ребенок является участником этого движения, необходимо эмоционально понять своего ребенка (постараться найти ответы на следующие вопросы: почему он входит в эту группу, как он относится к «Рёдан», что конкретно его привлекает в этой группе).

ВНИМАНИЕ! Если ребенок сильно погрузился в антисоциальную среду и его принуждают к противоправным действиям, то можно прибегать к радикальным мерам.

«Когда речь идет о жизни и безопасности ребенка, то это повод прибегнуть к радикальным мерам – ограничить пользование интернетом, общение с участниками опасного сообщества, держать перемещения ребенка под постоянным контролем», – подчеркивают эксперты.