

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ЧЕЧЕНСКОЙ РЕСПУБЛИКИ**  
**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**  
**«РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ, МЕДИЦИНСКОЙ**  
**И СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ»**  
**НОХЧИЙН РЕСПУБЛИКАН ДЕШАРАН А, ИЛМАНАН А МИНИСТЕРСТВО**  
**ПАЧХЪАЛКХАН БЮДЖЕТНИ УЧРЕЖДЕНИ «ПСИХОЛОГО – ХЪЕХАРХОЙН А,**  
**ЛОЪРИЙН А, - СОЦИАЛЬНИ ГЮЪНАН РЕСПУБЛИКИН ТУШ»**

**УТВЕРЖДАЮ:**  
Директор  Н. Ю. Теучеж  
«*12*» *февр* 2021 г.



**Методические рекомендации для несовершеннолетних и их родителей,  
направленные на разъяснение признаков деструктивного поведения  
несовершеннолетних, способов выявления, мер реагирования и  
оказания помощи.**

г. Грозный, 2021г.

## **Методические рекомендации для несовершеннолетних и их родителей, направленные на разъяснение признаков деструктивного поведения несовершеннолетних, способов выявления, мер реагирования и оказания помощи**

Повышение уровня культуры безопасности несовершеннолетних, профилактика деструктивного поведения, предупреждение распространения криминальной субкультуры в молодежной среде, относятся к основным направлениям государственной политики по достижению национальных целей развития Российской Федерации.

В подростковой среде в социальных медиа фиксируется стремление подростков к группам, продвигающим разрушающее поведение. В последнее время, с учетом обнаружения признаков намеренного распространения деструктивной информации с целью провокации деструктивного поведения, систематически проводятся исследования контента социальных сетей.

**Деструктивный вид поведения** является отклонением от общепринятой нормы поведения и морали и носит разрушающий характер. Разрушения затрагивают все сферы жизни человека: здоровье, отношения с друзьями, социализация и т.д.

Деструктивная деятельность имеет два направления:

1. Внешние проявления (вандализм, жестокость к животным и людям, войны, теракты, экоцид).
2. Направление на внутренний мир человека или саморазрушение (употребление алкоголя, наркотиков, психоактивных веществ, аутоагрессия, суицид и т.д).

### **Основные проявления деструктивного поведения подростков:**

- агрессия и жестокость по отношению к окружающим;
- враждебность при общении;
- склонность разрушать материальные предметы и вещи;
- неспособность испытывать эмоции и чувства;
- угроза жизни как чужой, так и собственной;
- опосредованность подростка групповым ценностям;
- плохая успеваемость;
- употребление/злоупотребление ПАВ;
- суицидальные попытки или формы поведения;
- нежелание соблюдать социальные нормы;
- проблемы эмоционального характера;
- неспособность адекватно выражать свои чувства;
- неспособность преодолевать стресс;
- проблемы во взаимоотношениях с людьми; низкая самооценка;

- деиндивидуализация (потеря самоосознания и страха оценки; когда высокий уровень социального возбуждения объединяется с размыванием ответственности. Подростки могут отбросить свои обычные ограничения и потерять чувство индивидуальности).

### **Основные виды деструктивного поведения несовершеннолетних.**

1. *Истинное*. Никогда не бывает спонтанным. У подростка намеренное, обдуманное поведение, направленное, например, на реализацию самоубийства, иногда долго вынашиваемое. Такому поступку всегда предшествуют угнетенное настроение, депрессивное состояние или просто мысли об уходе из жизни. Причем окружающие, даже самые близкие люди, нередко такого состояния человека не замечают.

2. *Латентное (скрытое)*. Когда подросток погибает от внешних сил, по большей части им же спровоцированных. К примеру, рискованная езда, занятия экстремальными видами спорта и даже наркотическая зависимость.

3. *Демонстративное*. Данный вид – это способ привлечь внимание к своей личности, оказание давления на окружающих лиц с целью изменения конфликтной ситуации в благоприятную сторону. Большинство, как правило, хотели вовсе не уйти из жизни, а только достучаться до кого-то, обратить внимание на свои проблемы, позвать на помощь.

Все виды деструктивного поведения представляют собой некую защитную реакцию на окружающий мир, однако имеют связь с нарушениями деятельности нервной системы и в основном связаны с детскими переживаниями. В группе риска находятся дети и подростки, которым не хватает родительского внимания и поддержки, и дети, у которых есть родительская любовь, но нет поддержки в нужный момент. Причины деструктивного поведения могут таиться и в наследственности. Люди, в семьях которых были случаи психологического расстройства родных, нуждаются в большем внимании и заботе со стороны окружающих.

Чаще всего, деструктивным формам поведения подвержены:

- подростки, которые по тем или иным причинам считают себя виновными в проблемах близких людей;
- девочки – подростки, имеющие межличностные любовные конфликты; подростки, страдающие тяжелыми соматическими или психическими заболеваниями;
- подростки с повышенной тревожностью, заикленные на негативных эмоциях, депрессивные.

**Механизмы воздействия на подростков для вовлечения их в деструктивные группы**

Прежде всего, для вовлечения подростков в такие группы злоумышленники используют возрастные особенности подростков: их стремление к самоутверждению, самопознанию, к принадлежности и высокому статусу в значимых группах, интерес ко всему тайному, включая проблемы жизни и смерти, потребность в самовыражении и собственной уникальности склонность видеть в любой трудности неразрешимую проблему, эмоциональную неустойчивость, интенсивность чувств и переживаний. Дети подросткового возраста находятся в активном поиске новых ощущений и необычных занятий, в выяснении своих возможностей и способностей, иногда на грани риска. Они стремятся объединяться в группы для познания чего-то неизвестного, рискованного и героического.

<b>Механизмы воздействия</b>	<b>Описание</b>
Современность	Введен строгий запрет на передачу информации взрослым. Группы закрыты. Членство в них подростки «зарабатывают», выполняя задания, связанные с самоповреждающими или агрессивными действиями
Демонстративность	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.
Игра	Участники группы выполняют эвристические, поисковые сложные задания, связанные с риском. 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.
Эмоциональное заражение	У ребенка всячески поддерживается представление о том, что он никому не нужен в реальном мире, что здесь он только страдает, но есть другой, счастливый мир, где он будет счастлив. Передача определенного эмоционального состояния на фоне возбуждения осуществляется благодаря поддержке переживания «тайны», скрытого обсуждения этой «тайны» с многими участниками группы, получая свидетельства «восхищения»
Внушение	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

Подражание	У подростков всячески поддерживается чувство принадлежности к «особой касте» закрытой, тайной группе, что создает основу для действия механизма подражания. «Подвиги» участников группы (часто совершивших непоправимое), обсуждаются и героизируются членами группы, отдельные участники возводятся в ранг «звезд».
Идентификация	«Звезды» усиливают привлекательность поступков, что создает базу для механизма отождествления себя со значимым другим.

**Тревожными показателями участия ребенка в «опасных» группах являются:**

- резкое изменение фона настроения и поведения, преобладание подавленного настроения;
- значительное время пребывания 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 не выспавшимся;
- ведение в сети одновременно нескольких страниц под разными именами, особенно от имени и девочки, и мальчика.

**Основные признаки того, что подросток попал в деструктивное сообщество:**

- изменение обычного поведения, стиля одежды, употребляемых слов, интересов;
- постоянно повторяющиеся и непривычные цитаты;
- заученные речи производящие впечатления заигранной пластинки;
- проявление рискованных форм поведения;
- сокрытие от взрослых своих страниц и действий в Интернете, нежелание ребенка обсуждать новости группы, свои действия в ней;
- выполнение различных заданий и их видеозапись, в том числе, связанных с агрессивными действиями по отношению к другим (к животным, к 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.

**Несомненно, важно обращать внимание на трансформацию поведения подростка в реальной жизни:**

- Стал ли ребенок более скрытным?
- Подвергается ли он травле со стороны одноклассников? Есть ли на его теле физические порезы (руки, бедра)
- Стал ли подросток носить одежду, скрывающую места с потенциальными порезами?
- Есть ли на его теле символические рисунки (потенциальные тату-изображения) в виде кита, виселицы, хештегов, цифровых символов (666, 9669 и др.)?
- Выражает ли он в своих суждениях мысль о том, что ему надоело жить, он хочет умереть, ему никто не нужен?
- Говорит ли он о ненависти к своим преподавателям и одноклассникам?
- Солидаризуется ли он (пусть и в шуточной форме) с активистами насильственных акций (шутинга) в образовательных учреждениях?

**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, стойких нравственных взглядов и убеждений;
- переживающие перенос общественно-организаторской и коммуникативной активности в сферу свободного общения, которое носит поисковый характер, и в связи с этим происходит увеличение у подростков неформальной, стихийно возникающей, неорганизованной асоциальной деятельности и отношений;
- отчужденные от первичных социально полезных групп (семьи,

класса, учебной группы);

- имеющие неблагоприятные личностные особенности (слабая, неустойчивая психика, эмоционально-волевая незрелость, повышенная внушаемость, низкая самооценка, отсутствие позитивных жизненных целей, неумение взаимодействовать с окружающими, острый интерес и тяга ко всему необычному, отсутствие духовного воспитания);
- имеющие первичные формы девиации и дезадаптации;
- 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, либо сами пытавшиеся покончить с собой);
- употребляющие алкоголь, психоактивные вещества;
- имеющие недостатки физического развития, инвалидность, хронические соматические заболевания;
- совершившие серьезный проступок, уголовно наказуемый поступок (характеризующиеся криминальным поведением) или ставшие жертвой уголовного преступления (в т.ч. насилия).

### **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 т.ч. 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, чувство одиночества («меня никто не понимает, и я никому не нужен»), сложность контролирования эмоций, внезапная смена эмоций (то эйфория, то приступы отчаяния);
- негативные оценки своей личности, окружающего мира и будущего, потеря перспективы будущего;
- постоянно пониженное настроение, тоскливость. Ребенок считает, что у него ничего не получится, он ни на что не способен. Ребенок подавлен, безразличен, иногда ощущает вину перед окружающими;
- необычное, нехарактерное для данного ребенка поведение (более 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, фото, 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.

### **Поведенческие особенности, формируемые под воздействием деструктивной информации**

Под воздействием деструктивного влияния у подростков, вовлеченных в деструктивные течения формируются устойчивые поведенческие паттерны разрушительного типа:

- **Снижение способности самостоятельно думать и принимать решения.** Отсутствие желания учиться, развиваться, работать. Желание деградировать и быть лучшим из худших.
- **Отрицание всякой ответственности.** Поиск внешней идеологии, чёткого алгоритма действий, как стремление передать ответственность за свою жизнь другому.
- **Отсутствие авторитетов среди значимых взрослых.** Восприятие



родителей, учителей, знакомых, как людей отсталых, глупых, ниже себя по уровню развития.

- **Обесценивание норм морали и общечеловеческих ценностей.** Стремление нарушать правила, бороться и уничтожать. Такое поведение в принципе свойственно для подросткового возраста, в данном случае речь идёт именно о радикальных проявлениях.
- **Выраженная симпатия подростков к антигероям, антидвижениям и всему, что можно назвать «темной стороной».** Все злое воспринимается как насыщенная и яркая жизнь, все нормальное - как скучное и тяжелое.
- **Выраженное стремление подростков к разрушению на всех уровнях:** своей психики, своего тела, своего окружения, вещей, идей, государства, общества, культуры, морали и т.п. Подростки хотят разрушать и быть разрушенными.

### **Последствия влияния деструктивной информации на реальную жизнь подростка**

Выявленные поведенческие особенности подростков в социальных сетях позволяют предположить, что в объективной реальности это проявит себя следующим образом:

- **Снижение успеваемости** или отказ от посещения занятий; систематические прогулы занятий;
- **Отсутствие авторитета в окружении подростка**, который мог бы оказать на него позитивное влияние;
- **Отсутствие рычагов воздействия** на мотивацию, мысли и желания подростка;
- **Неуважение и травля учителя.** Агрессивное, обесценивающее, игнорирующее, снисходительное отношение учеников к учителю, запугивание и травля учениками учителя;
- **Формирование школьных банд.**

### **Социальные отклонения**

- **Прогулы.** Подросток неоднократно демонстративно отказывается от посещения занятий или от выполнения заданий учителей;
- **Конфликт с учителями.** Подросток угрожает учителю, запугивает его, или проявляет агрессию в его сторону.
- **Изоляция.** Подросток демонстративно держится вдали от остальных

учеников (сидит «на отшибе», уходит из класса во время перемены, после уроков уходит из класса первым); не общается с остальными членами класса в социальных медиа.

- **Игнорирование сверстниками.** Другие ученики стараются держаться подальше от подростка, обходят его стороной, шарахаются, когда он проходит рядом; либо наоборот, хихикают, когда называют его имя (если он не смеется сам), шутят над ним «не по-доброму», избегают общения с ним в форме игнорирования.
- **Журнал с именами.** Подросток ведёт тетрадь или записную книжку, в которую записывает имена других людей без указанной цели; угрожает, что запишет имя кого-то в свою тетрадь или записную книжку.
- **Угрозы.** Подросток прямо или косвенно угрожает: («скоро вы у меня получите», «я все припомню», «недолго вам осталось», «смейся пока можешь» и т.п.).
- **Участие в группе.** Группа подростков носит похожую одежду или одежду с одинаковой символикой; группа подростков проводит вместе перемены и уходит вместе со школы после уроков, а также прогуливают вместе школу (при этом хотя бы один из них должен иметь другие признаки участия в деструктивных течениях).
- **Конфликтность.** Подросткам свойственно агрессивное поведение в отношении окружающих, намеренное провоцирование своими словами, оскорблениями, грубыми шутками и другими действиями людей на агрессию.

### **Меры предосторожности:**

- Ведите с ребенком открытый диалог по проблеме. Объясните, что далеко не вся информация в интернете достойна доверия. Разговоры о проблемах, страхах и мерах безопасности намного эффективнее наказаний.
- Не забывайте про периодический контроль виртуальных друзей и сообществ, с которыми ребенок общается. Если ребенок что-то скрывает- это должно Вас настораживать.
- Создайте для ребенка учетную запись с правами обычного пользователя – это позволит Вам эффективно контролировать его онлайн- эффективность. Учетная запись с правами администратора должна использоваться только взрослыми.
- Постоянно наблюдайте за поведением детей. Если заметили, то ребенок

стал замкнутым, или, наоборот, сильно возбужденным, в его поведении появилась необоснованная агрессия, боязнь или страх, а все попытки приблизиться к нему безуспешны – обращайтесь к специалистам!

- Объясните, что в интернете не стоит размещать конфиденциальную информацию или фото (то, что не хотелось бы кому-то показывать). Все, что попало в Сеть и проиндексировано поисковыми системами, остается там навсегда.

#### **Рекомендации:**

В целях осуществления безопасного взаимодействия с подростками, проявляющими признаки вовлечения в деструктивное движение, рекомендуется:

- **Общие требования безопасности.** Усиление охраны и тщательная проверка на предмет наличия всех видов оружия, любых колющих и режущих предметов, взрывоопасных веществ, любых самодельных предметов и инструментов для их создания (изолянта, веревка, гайки и гвозди, и т.п.); рекомендуется усиление техники безопасности с колюще-режущими предметами (канцелярские ножи, ножницы и т.п.);
- **Инструктаж учителям** на предмет выявления признаков риска в поведении учеников;
- **Привлечение специалистов.** Привлечь штатного психолога к анализу учеников учебного заведения на предмет наличия признаков риска в поведении;
- **Групповые занятия.** Организовать групповые тренинги с штатным психологом для подростков из группы риска (при наличии соответствующих компетенций у психолога);
- **Наблюдение.** При обнаружении признаков риска поведения у ученика установить за ним очевидное наблюдение на весь год;
- **Исключить профилактические беседы** администрации школы с учеником и его родителями по факту обнаружения признаков риска поведения у ученика (не допускать к ученику с выявленными признаками риска специалистов, не имеющих психологического образования и опыта/знаний в сфере взаимодействия с подростками с аналогичным риском поведения);
- **Поддержка учеников.** Исключить возможность борьбы и противостояния учеников с администрацией учебного заведения. Учебное заведение должно поддерживать связь с учеником;
- **Дополнительные возможности для психологической разгрузки и отдыха** учеников на территории учебного заведения (комнаты отдыха и

игровые комнаты);

- **Выработать процедуры борьбы с травлей.** При обнаружении травли, не пытаться это решить публично со всем классом. Первым шагом нужно поговорить с жертвой и с теми, кто на них нападает. Вторым шагом оказать поддержку жертве, отстранить нападающих. Третьим шагом помочь жертве в адаптации к коллективу. Все этапы должны проводиться психологом, возможно участие завуча.
- **Санкции против травли учениками** (как на территории школы, так и за ее пределами);
- **Выработать процедуры «присоединения».** При обнаружении признаков участия в деструктивном движении не стоит пытаться сразу переубедить подростка. Первым шагом является присоединение. Без осуждения и угроз нужно узнать, почему подростку нравится это движение, что он ожидает получить от него. Вторым шагом необходимо установить существующие ресурсы, способные решить проблемы подростка и удовлетворить его потребности. Помощь подростку должна быть оказана с позиции сопровождающего (старшего товарища, наставника), а не с позиции обвиняющего и контролирующего.
- **Процедура быстрого реагирования.** При обнаружении признаков высокой готовности к совершению деструктивного деяния, подростка необходимо изолировать от других детей, затем привлечь специалистов (психолог, психиатр, полицейский, нарколог и т.п.).

По мнению ряда ученых (М.А. Абиссова, И.А. Баева, Ю.И. Богатырева, А.Н. Привалов) в настоящий момент остро стоит вопрос о формировании у педагогических работников новых профессиональных знаний, умений и навыков, качеств и способностей, обеспечивающих возможность организации ими защиты личности обучающихся посредством проведения экспертизы интернет-контента, способного вызвать у подростка желание совершить действия, представляющие угрозу его жизни и здоровью. (наприер, технология экспертизы интернет-контента, на предмет формирования суицидального поведения подростков, разработанная Фондеркиной Л.А. и Приваловым А.Н.).

**Алгоритм действий педагогического работника при обнаружении деструктивной информации**

**Шаг первый** – необходимо скопировать ссылку противоправного сайта.

**Шаг второй** – зайти на сайт Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых информационных (Роскомнадзор -

www.eais.rkn.gov.ru) и выбрать вкладку «Прием сообщений».

**Шаг третий** - нажимая на вкладку, вы попадете на страницу, предлагающую «Подать сообщение о ресурсе, содержащем запрещенную информацию». В строку «Указатель страницы сайта в сети «Интернет» нужно вставить ссылку противоправного сайта.

**Шаг четвертый** - в строке «Тип информации» выбрать, например, «Признаки призыва к самоубийству». Если вы умеете делать скриншоты, то можете добавить само изображение потенциально опасной страницы, если нет, то необходимо просто указать вид информации, как предложено в таблице: «видеоизображение», «фотоизображение», «текст», «online-трансляция», «другая информация».

**Шаг пятый** - вам предложат заполнить личные данные заявителя, но данные вкладки не являются обязательными к заполнению.

**Шаг шестой** - если вы желаете получить от ведомства официальный ответ, вам нужно написать адрес своей электронной почты поставить галочку в разделе «Направить ответ по эл. почте».

**Шаг седьмой** – необходимо ввести код с картинки и нажать строку «Направить сообщение». В течение одного месяца вам придет ответ Роскомнадзора относительно вашего сообщения.

Таким образом, можно сказать, что экспертиза интернет-контента представляет собой особый процесс, имеющий определенную специфику, связанную с особенностями интернет-продукции (более интенсивное воздействие на аудиторию, риски для жизни, здоровья и развития подростка, напрямую несвязанные с содержанием ресурса). При проведении экспертизы интернет-контента педагогическим работникам необходимо учитывать ряд специфик, связанных с многообразием видов информационной продукции, Применение критериев оценки интернет-контента позволит избежать ошибок и повысит качество проводимой экспертизы. Реализация технологии экспертизы интернет-контента позволит педагогическим работникам построить профилактическую работу по защите обучающихся от информации, способной нанести вред жизни, здоровью и развитию несовершеннолетних на научной основе и исключит возникновение спорных ситуаций.

**Поведенческие характеристики, которые могут быть отнесены к синдрому интернет-аддикции (психологическая зависимость от интернета):**

- экономический аспект: неспособность и нежелание отвлечься даже на короткое время от работы в Интернете; досада и раздражение, возникающие

при вынужденных отвлечениях, и навязчивые размышления об Интернете в такие периоды; стремление проводить за работой в Интернете все увеличивающиеся промежутки времени и неспособность спланировать время окончания конкретного сеанса работы;

- межличностный аспект: готовность лгать друзьям, членам семьи, преуменьшая длительность и частоту работы в Интернете, способность и склонность забывать при работе в Интернете о домашних делах и учебе, важных личных встречах, пренебрегая занятиями; стремление и способность освободиться на время работы в Интернете от ранее возникнувших чувств вины или беспомощности, от состояний тревоги или депрессии, обретение ощущения эмоционального подъема и своеобразной эйфории; нежелание принимать критику подобного образа жизни; готовность мириться с потерей друзей и круга общения из-за поглощенности работой в Интернете;

- аспект здоровья: резкое сокращение длительности сна, избегание физической активности, пренебрежение личной гигиеной, постоянное забывание о еде;

За проявлениями зависимости от Интернета нередко скрываются другие аддикции либо психические отклонения.

### **Этапы педагогической поддержки подростков, склонных к интернет-аддикции**

Механизм поддержки	Описание
Организационно-подготовительный этап	
Блокирование, запрет	Данный механизм более эффективен в работе с учащимися старших классов и колледжа. Механизм «запрета» можно реализовывать через систему морализирования по поводу того, что Интернет-аддикция – пагубное явление, несущее за собой социально-психологическую дезадаптацию.
Замещение	Вовлечение подростков в различные виды социально-ориентированной деятельности
Информация	Рассказы, беседы о вреде чрезмерного увлечения Интернетом; о последствиях, которые несет развивающаяся Интернет-аддикция и о малой разработанности путей ее предотвращения.
Проекция	Подростки, поучаствовав в беседах, должны спроецировать на себя проявления и последствия Интернет-зависимости; и попытаться самостоятельно сделать вывод о пагубном влиянии Интернета при чрезмерном его использовании.
Корректирующий этап	

Игнорирование	«Избегание» Интернета, то есть учащиеся стараются не пользоваться возможностями сети для ослабления зависимости.
Интеграция (соединение виртуального мира и реального)	Учащиеся должны рассказывать о своей «виртуальной» жизни своим родителям, друзьям; встречаться в реальной жизни со своими «виртуальными друзьями». Таким образом, произойдет включение Интернет-зависимых подростков в реальную жизнь, что поможет им в преодолении их недуга. Данный механизм лучше использовать при индивидуальной работе с подростками, после выяснения всех сопутствующих причин Интернет-зависимости.
Сопровождение	Проведение тренингов, различных групповых и коллективных дел, таким образом, ведущий помогает подросткам преодолеть свое пагубное пристрастие к Интернету.
Пропаганда ЗОЖ	Проведение работы по развитию альтернативных привычек: занятия различными видами спорта, регулярный режим питания, сна и бодрствования.
Помощь	Создание условий, при которых подросток получает возможность действовать в атмосфере эмоционального комфорта. Кредо помощи состоит в том, что ребенок многое может сделать сам, если будет активен в решении своей проблемы; просто нужно помочь ему в этом убедиться. Помощь помогает ребенку восстановить ощущение собственной значимости.
Содействие	Иницируются процессы рефлексии у школьников, что поможет им осознать свое пристрастие к Интернету.

### **Оптимальные родительские стратегии в отношении видеоигр**

Американской педиатрической ассоциацией рекомендуется ограничить время игры 2 часами в сутки. В этом случае умеренный гейминг может быть полезен в качестве одного из возможных способов проведения досуга.

Следует помочь ребенку и подростку построить свой распорядок дня таким образом, чтобы время на игру не конкурировало с основными видами деятельности, а было бы моментом отдыха и, возможно, наградой за выполненные обязанности.

Все эффекты видеоигр сильнее сказываются на мальчиках, чем на девочках. Они получают больше удовольствия от видеоигр и активно используют их в качестве инструмента социализации, общаясь там со сверстниками. В этом деле серьезной опорой может стать играющий отец (либо другой взрослый, который находится «в теме» видеоигр), который, играя совместно с мальчиком, будет иметь возможность одновременно мягко регулировать степень его увлеченности играми. Исследования показывают, что, если

ребенок играет в онлайн исключительно с незнакомыми людьми, это повышает склонность к одиночеству и изоляции, а если он играет со знакомыми сверстниками или с семьей – результатом может стать позитивный сдвиг в общем мироощущении и благополучии ребенка.

Видеоигра должна быть отдельным видом активности, не стоит разрешать ребенку играть параллельно с просмотром мультфильмов, прослушиванием музыки или подготовкой домашнего задания. Изучение индивидуальных различий между подростками 12–16 лет показало, что многозадачность при использовании цифровых технологий в повседневной жизни связана с худшей успеваемостью по математике и английскому языку в классе, худшими показателями рабочей памяти, большей импульсивностью и замедленными темпами развития мыслительных функций по сравнению с остальными детьми.

#### **Алгоритм действий классного руководителя ОО по предупреждению правонарушений**

1. Составление социального паспорта класса.
2. Выявление случаев раннего неблагополучия детей «группы риска».
3. Подготовка необходимых документов для постановки подростка на ВШУ.
4. Информирование всех заинтересованных в профилактической работе лиц по данному факту (замдиректора по воспитательной работе, социальных педагогов, педагогов-психологов).
5. Участие в разработке индивидуальной карты социального и психолого-педагогического сопровождения обучающегося.
6. Вовлечение в досуговую, общественно-полезную деятельность.
7. Осуществление контроля за посещаемостью занятий, успеваемостью обучающегося; по итогам ежедневного оперативного контроля осуществление индивидуальной работы с подростком, информирование родителей.
8. Организация индивидуальной работы с родителями, родительского патрулирования.
9. Анализ социальной адаптации обучающегося, информирование администрации школы, родителей о результатах профилактической работы с подростком.
10. При необходимости подготовка и направление материала на Совет профилактики образовательного учреждения или внесение вопроса о снятии подростка с ВШУ.



### **Алгоритм действий классного руководителя по факту совершения подростком правонарушения**

1. Поступление информации от субъектов профилактики о совершении подростком правонарушения.
2. Информирование всех лиц, заинтересованных в профилактической работе, по данному факту (соц. педагога, педагога-психолога и родителей).
3. Сбор информации, характеризующей подростка, его окружение, семью.
4. Подготовка необходимых документов для постановки подростка на ВШУ.
5. Составление карты социального сопровождения обучающегося, разработка плана индивидуальной работы с подростком с привлечением всех специалистов.
6. Разработка (корректировка) плана работы с классным коллективом по профилактике правонарушений с привлечением всех субъектов профилактики.
7. Разработка (корректировка) плана работы с родителями обучающихся детей.
8. Проведение индивидуальной профилактической работы с подростком.
9. Анализ социальной адаптации обучающегося, информирование Советов профилактики, администрации школы по результатам профилактической работы.
10. При необходимости подготовка и направление материала в КДН, личное участие в заседании – представление интересов подростка, или внесение вопроса о снятии с ВШУ.

### **Алгоритм действий социального педагога ОО**

1. Сбор информации о социальном неблагополучии подростков, обучающихся в ОУ, или подростках, совершивших правонарушения.
2. Изучение социально-педагогических особенностей личности подростка, его микросреды (посещение семьи на дому, индивидуальные беседы с подростком и родителями).
3. Составление индивидуальной карты сопровождения подростка по

оказанию социально педагогической помощи и поддержки (контроль за посещаемостью занятий, успеваемостью, организация занятости подростков во внеурочное время, индивидуальное трудоустройство и др.).

4. Осуществление взаимодействия со всеми субъектами профилактики, при необходимости привлечение соответствующих служб для работы с подростком.
5. При необходимости подготовка и направление материала в КДН, личное участие в заседании КДН, представление интересов подростков, вынесение вопроса о снятии с учётов.
6. По необходимости внесение предложения подготовка документов по устройству подростка в соц. приют, на лишение родительских прав, устройство в приемную семью.
7. Анализ социальной адаптации обучающегося и отчет по результатам профилактической работы на Совете профилактики, педагогическом Совете.

#### **Алгоритм действий педагога-психолога:**

1. Сбор информации о социальном неблагополучии подростков, обучающихся в ОО, или подростков, совершивших правонарушения.
2. Изучение психолого-педагогических особенностей личности подростка, его микросреды (посещение семьи на дому, индивидуальные беседы с подростком и родителями), выявление интересов и потребностей и трудностей и проблем, конфликтных ситуаций, отклонений и поведении обучающегося (анкетирование, индивидуальные беседы с подростком, классным руководителем).
3. Составление индивидуальной карты сопровождения подростка по оказанию психолого-педагогической помощи и поддержки (проведение тренингов, индивидуальных бесед, корректирующих занятий).
4. Составление индивидуальной психолого-педагогической карты семьи подростка (коррекция взаимоотношений в семье, общение между родителями и ребенком, проведение индивидуальных консультаций, тестирования).
5. Осуществление взаимодействия со всеми субъектами

профилактики, при необходимости привлечение соответствующих служб для работы с подростком.

6. Информирование педагогического коллектива школы, Совета профилактики о результатах психолого-педагогической коррекции подростка.
7. Участие в заседаниях Совета профилактики школы и при необходимости внесение предложений о снятии с учета.

### **Диагностика**

**Социально-педагогическая и психологическая диагностика** с обучающимися и их родителями осуществляется специалистами образовательной организации, в которой происходит сбор информации о влиянии на личность и социум социально-психологических, педагогических, экологических и социологических факторов.

**Целью диагностической работы с родителями** является диагностика типа семейного воспитания, установок родителей по отношению к детям и к собственной семье. Работа с родителями, семьей представляет собой сложный и необходимый для профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних вид деятельности, так как семья является одним из важнейших факторов, влияющих на формирование отклонений в поведении детей и подростков.

Результаты диагностической работы не только дают специалисту информацию о возможных неблагоприятиях в системе семейного воспитания, детско-родительских отношений, но и позволяют выявить область возможных проблем в тех семьях, где дисбаланс семейных отношений еще не наступил, но уже имеются некоторые негативные тенденции. Диагностическая работа может проводиться как групповым, так и индивидуальным методом, сообщение же результатов диагностики всегда осуществляется индивидуально.

**Информационно-просветительская работа с родителями** имеет целью профилактику, предупреждение возможных нарушений в семейных отношениях и семейном воспитании. С этой целью родителей необходимо знакомить с теми формами семейных отношений и семейного воспитания, которые могут приводить к негативным отклонениям в поведении детей и подростков.

Информационно-просветительская работа с родителями должна быть направлена на разъяснение влияния супружеских отношений и типа семейного воспитания на развитие негативных отклонений в поведении детей и подростков. Формами такой работы являются лекции, семинары,

беседы, тематические родительские собрания с привлечением специалистов (медиков, психологов, юристов и т. д.).

**Информационно-просветительская работа с обучающимися.** Именно в школе такая работа может оказаться наиболее действенной и эффективной. Вся работа педагогов должна быть построена на профилактике вредных привычек и негативных отклонений в поведении. Необходимо формировать у ребенка на всех этапах его развития правильные представления об аномальных привычках и формах поведения, об их социальных последствиях.

### **Индикаторы эффективности работы по профилактике деструктивного поведения**

Индикаторами эффективности работы образовательного учреждения по профилактике безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних являются:

- Уменьшение числа детей и подростков, состоящих на внутришкольном учете, КпДН и ЗП.
- Снижение уровня подростковой преступности.
- Увеличение количества детей, вовлеченных во внеурочную занятость.
- Увеличение процента детей «группы риска», вовлеченных во внеурочную занятость.
- Увеличение количества учащихся «группы риска», охваченных организованными видами оздоровления, отдыха и занятости в летний период.
- Увеличение процента учащихся, поступивших в ВУЗы и ССУЗы по выбранной специальности, по итогам профориентационной подготовки обучающихся.

### **Межведомственное взаимодействие субъектов системы профилактики по предупреждению правонарушений несовершеннолетних**

Межведомственное взаимодействие в системе профилактической работы является одним из условий ее эффективности.

Под системой профилактики правонарушений несовершеннолетних подразумевают совокупность органов и учреждений, в компетенцию которых входит профилактическая деятельность по выявлению и устранению причин и условий, способствующих безнадзорности, беспризорности, правонарушениям и антиобщественным действиям несовершеннолетних. Перечень таких органов и учреждений установлен пунктом 1 статьи 4 Федерального

закона от 24 июня 1999 г. № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних»:

- комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав, образуемые в порядке, установленном законодательством Российской Федерации и законодательством субъектов Российской Федерации;
- органы управления социальной защитой населения,
- органы управления образованием, образовательные организации,
- органы опеки и попечительства,
- органы по делам молодежи,
- органы управления здравоохранением,
- органы службы занятости,
- органы внутренних дел.

**Рекомендации родителям: помощь несовершеннолетним  
подросткам с деструктивным поведением**  
*(памятка для заботливых родителей)*

- С подростками с деструктивным и рискованным поведением необходимо проводить беседы спокойным и доброжелательным тоном, избегая употребления слов осуждения и нравоучений. Смысл такой беседы заключается в том, чтобы дать подростку понять, что в первую очередь вы беспокоитесь за его безопасность, и что вы не ставите перед собой цели наказать его. В процессе беседы педагогу необходимо удостовериться в том, что подросток полностью осознает риски для его жизни и здоровья. Кроме того, подросток должен иметь возможность высказаться и поделиться своими впечатлениями от своего увлечения, так как это поможет педагогу понять мотивацию ребенка и на основе этого выстроить план дальнейшей работы с ним и его семьей.
- Не оскорбляйте ребенка, не обзывайте его. Осуждайте именно действие, поступок, а не личность ребенка в целом.
- Постарайтесь исключить агрессию из окружающего мира ребенка (наказания, сверстники, телефильмы, грубые фразы в разговоре и т.д.). Особое место уделяйте формированию круга интересов детей, учитывая особенности характера и способностей. Привлекайте к положительно формирующим личность занятиям: чтению, музыке, спорту и т.д.
- Старайтесь общаться «на равных», чтобы вовремя заметить тревожные «звоночки» и понять, чем они вызваны. Прислушивайтесь к чувствам

своего ребенка, поощряя их откровенность. Но потом не используйте эту информацию для наказания или для упреков. Важно, чтобы и сам взрослый умел описать свое эмоциональное состояние.

- Если ребенок просит вас уделить ему внимание, а вы в данный момент не можете этого сделать, то не отмахивайтесь, тем более, не раздражайтесь на него за назойливость. Будьте внимательны к желаниям своего ребенка, постарайтесь выделить время на общение с ним.
- Контролируйте собственные агрессивные импульсы. Помните, что дети учатся приемам социального взаимодействия, прежде всего, путем наблюдения за поведением окружающих людей (в первую очередь, родителей). Старайтесь, чтобы Ваши слова не расходились с делами.
- Не подавляйте проявление агрессии ребенком, иначе подавленные агрессивные импульсы могут нанести серьезный вред здоровью. Научите его выражать свои враждебные чувства социально приемлемым способом: словом, или в рисунке, лепке или при помощи игрушек, или действий, безобидных для окружающих, в спорте.
- Уважайте личность в вашем ребенке, считайтесь с его мнением, воспринимайте всерьез его чувства.
- Беседуйте с ребенком о его поступке без свидетелей (класса, родственников, других детей и др.). В беседе старайтесь использовать меньше эмоциональных слов (стыдно и др.).
- Любите ребенка просто за то, что он у вас есть, без каких-либо условий.
- Обсуждайте с ним новости групп и информацию, которую он узнал из интернета. Спрашивайте о том, в каких группах состоят его реальные друзья и одноклассники, что интересного обсуждается в этих группах. Если его что-то встревожило, поговорите с ним об этой информации;
- Научитесь понимать язык, на котором говорит Ваш ребенок. Если Вы слышите слова, значение которых Вам не понятно, попросите ребенка разъяснить Вам значения. Признавайте свою технологическую или другую некомпетентность и просите ребенка Вас просветить, научить что-то делать в Интернете, давайте ему возможность самоутвердиться в общении с Вами;
- Всегда воспринимайте проблемы и переживания ребенка серьезно, какими бы несущественными они ни казались. Не высмеивайте и не критикуйте ребенка, не торопитесь перечислять его ошибки. Регулярно разговаривайте с ребенком на темы, связанные с его переживаниями, чувствами, эмоциями. Обязательно обсуждайте ближайшее и далекое будущее. Старайтесь строить (не навязывать) перспективы будущего совместно с подростком.

- Заботьтесь о том, чтобы подросток «принимал» свое тело, не отвергал свои телесные ощущения (в этом помогут спортивные занятия, специальные психологические тренинги). Старайтесь сохранять контакт с взрослеющим ребенком, в том числе на телесном уровне (объятия, прикосновения, поглаживания).
- Поощряйте ребенка к заботе о ближних (старшее поколение, младшие дети, домашние питомцы). Приятные необходимые обязанности, ощущение, что «кто-то от меня зависит», «без меня не справится», «я нужен кому-то» являются в жизни дополнительным ресурсом для подростка.
- Поддерживайте семейные традиции, ритуалы. Причем хорошая семейная традиция должна быть интересна, полезна и любима всеми поколениями семьи. Другими словами, семейные ритуалы можно и нужно трансформировать с течением времени, чтобы младшее поколение с удовольствием участвовало в них, а не воспринимало их как неотвратимое, скучное, бесполезное времяпрепровождение.
- Старайтесь поддерживать режим дня подростка (сон, режим питания). Чаще фиксируйте внимание подростка на возможности получать радость, удовлетворение от повседневных удовольствий (вкусная еда, принятие расслабляющей ванны, удобная или красивая одежда, поход на выставку, концерт, вылазки на природу, в кафе и т.д.), помогайте ему почувствовать и оценить эту радость, радуйтесь вместе с ним.
- Установите Одома традицию ежедневного обсуждения проблем и трудностей, с которыми столкнулись члены семьи: делитесь с ребенком своими трудностями, показывайте, что все они разрешимы, говорите о способах разрешения проблем и людях, которые в этом помогают; спрашивайте о его проблемах и трудностях, вместе ищите способы их разрешения; говорите о том, что вместе вы всегда найдете выход из любой ситуации.

***Контролируйте и регламентируйте пребывание ребенка в сети с помощью технических средств***

- *Установите контроль* интернет-трафика, лимит на услуги интернета на телефон, планшет или айпад, ограничение времени работы в интернете, на домашний компьютер установите специальные программные средства, которые помогут Вам защитить ребенка от нежелательной информации в Сети, например,:  
- iProtectYou Pro — программа-фильтр Интернета позволяет родителям ограничивать по разным параметрам сайты, просматриваемые детьми ресурсы.

- KidsControl — контроль времени, которое ребенок проводит в Интернете.
- Mirko 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 сайты. Программа надежно защищена от взлома и обхода фильтрации.
- Учите ребенка противостоять трудностям и справляться с ними
  - научите ребенка, прежде чем принять любое решение, просчитать последствия своих действий и меру ответственности, которую он готов взять на себя за реализацию этого решения.
  - постарайтесь задавать открытые вопросы, которые требуют от ребенка подумать и ответить, не ограничиваясь односложным «да» или «нет» (например: «Какие «за» и «против» этого решения?», «На что это больше всего повлияет?», «Что подсказывает твоя интуиция?»).
- Научите ребенка выражать свои эмоции в социально приемлемых формах (агрессию через активные виды спорта, физические нагрузки; душевные переживания через доверительный разговор с близкими, приносящий облегчение);
  - предложите ребенку завести тетрадь, в которой подросток будет рассказывать о своих переживаниях. Выложив эмоции на бумагу, он почувствует облегчение, освободившись от негативных мыслей;
  - научите ребенка применять навыки расслабления, регуляции своего эмоционального состояния в сложных, критических для него ситуациях (этим способам может научить школьный психолог);
- Расскажите о людях, которые всегда готовы прийти на помощь в трудных ситуациях, проинформируйте о службах экстренной помощи (телефоне доверия), специалисты которых помогут найти выход из любой ситуации.

***Если Вы столкнулись с угрозой или заподозрили угрозу жизни Вашего ребенка, помните, что поддержка близких, их внимание, разговор по душам способны удержать от рокового шага***

- *Вызовите подростка на разговор, скажите ему, что Вас беспокоят изменения его настроения, поведения, что Вы его очень любите и хотите помочь.*



- *Задавайте вопросы*, давайте возможность высказаться, будьте честны в своих ответах. Подростка необходимо уверить, что он может говорить о своих переживаниях без стеснения, даже о таких отрицательных эмоциях, как ненависть, горечь, злорадия или желание отомстить.
- *Подчеркивайте временный характер проблем, вселяйте надежду*. Упоминайте о вещах важных для ребенка, вспоминайте ситуации, когда ребенок был успешным, когда он справился с трудной ситуацией.
- *Ищите конструктивные выходы из ситуации*. Стройте совместные планы на будущее. Попросите ребенка совместно с Вами поразмыслить над альтернативными решениями, которые, возможно, кажутся на первый взгляд невыполнимыми, абсурдными, которые еще не приходили подростку в голову.
- *Заверьте ребенка в своей поддержке* в любой трудной для него ситуации. Договоритесь о том, что впредь, оказавшись в критической ситуации, он не будет предпринимать каких-либо действий, прежде чем не поговорит с Вами, чтобы Вы еще раз смогли обсудить дальнейшие пути решения.
- 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.

***Если Вы испытываете трудности, обратитесь за помощью к специалистам***

- В случаях столкновения с угрозами жизни зачастую близкие испытывают растерянность, возникает страх сделать хуже, или им кажется, что все, что они делают, не помогает. Это естественные чувства, так как проблема очень сложная и требует профессионального вмешательства.
- В ситуациях угроз жизни настоятельно рекомендуем обратиться за профессиональной психологической или психиатрической помощью. Обращение не несет за собой никаких негативных последствий. Существуют разные мифы о таких последствиях. Некоторые родители (и сами дети!) думают, что ребенка поставят на какой-то учет и у него будут сложности в

***Сообщите ребенку об установлении контроля*** и объясните свою позицию заботой о его безопасности и о безопасности всей семьи. Очень

полезно будет составить совместно с ребенком *соглашение по использованию Интернета*.

- В нем должны быть прописаны права и обязанности каждого члена семьи, например:
  - Какие сайты могут посещать дети, и что им разрешается там делать?
  - Сколько времени дети могут проводить в Интернете, и в какое время они могут выходить в Интернет? (необходимо ввести запрет на пребывание в Интернете в ночное время)
  - Что делать, если что-нибудь вызывает у ваших детей ощущение дискомфорта?
  - Как защитить личные данные?
  - Как следить за безопасностью?
  - Как вести себя вежливо и корректно?
  - Как пользоваться службами чатов, группами новостей и мгновенными сообщениями?
  - Как общаться в группах в социальных сетях?

Помните! Для эффективности такого соглашения крайне важно участие детей в его составлении и соблюдение пунктов соглашения всеми членами семьи. Распечатайте его и держите рядом с компьютером для напоминания всем членам семьи, регулярно просматривайте и вносите изменения по мере того, как дети взрослеют. Необходимо как можно чаще *просматривать отчеты* о деятельности детей в Интернете. Следует обратить внимание на необходимость содержания родительских паролей в строгой секретности.

### ***Когда и куда обращаться в сложных ситуациях?***

- Профессиональную помощь могут оказать психологи и медицинские работники (врачи психиатры и психотерапевты)

*Некоторые симптомы, при которых надо обращаться к психологу:*

- непонимание своего ребенка, напряженная атмосфера в семье;
- конфликтность по отношению к другим (семейные конфликты, конфликты со сверстниками);
- агрессивность по отношению к окружающим;
- зависимости (компьютерная, пищевая);
- резкая негативная смена увлечений, окружения;
- смена настроения, переживания, печаль, обиды, подавленность и т.д.;
- негативные изменения в поведении (склонность к уходу из дома, хулиганство, воровство и т.д.);
- резкое снижение успеваемости в школе;

- изменения в самооценке;
- нарушения сна, повышенная утомляемость;
- неверие в свое будущее, негативная оценка настоящего и будущего и пр.

*Некоторые симптомы, при которых надо обращаться к психиатру:*

- длительное (более одного месяца) повышение или понижение настроения;
- суицидальные попытки;
- параноидальные идеи, бред, галлюцинации, различные фобии (страхи);
- длительная бессонница;
- зависимости (от алкоголя, наркотиков);
- сильная тревога и пр.

*Информация о службах экстренной помощи в трудных ситуациях:*

**КУДА СООБЩИТЬ ОБ ОПАСНОМ КОНТЕНТЕ И ОБНАРУЖЕННОЙ В СЕТИ ИНТЕРНЕТ ИНФОРМАЦИИ, ПРИЧИНЯЮЩЕЙ ВРЕД ЗДОРОВЬЮ И РАЗВИТИЮ РЕБЕНКА**

В случае выявления опасного Интернет-ресурса, а также если несовершеннолетний обучающийся сообщил информацию о других детях, которые играют в опасные квесты, входят в сомнительные сообщества в социальных сетях, сообщите об этом!

**Полиция России:**

02 (102, 112)

**Роскомнадзор:** <https://eais.rkn.gov.ru/feedback/>

Автономная некоммерческая организация:

**«Центр изучения и сетевого мониторинга молодежной среды»**

<https://www.cism-ms.ru/ob-organizatsii/>

Ассоциация «Лига безопасного Интернета»: <http://ligainternet.ru/hotline/>

тел.: 8 800 700 5676

Региональная общественная организация

**«Центр Интернет-технологий» (РОЦИТ)**

<https://rocit.ru/hotline>

**КУДА ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩЬЮ**

**Всероссийский Детский телефон доверия**

(бесплатно, круглосуточно):

<https://telefon-doveria.ru/about/> тел.: 8-800-2000-122

**Линия помощи «Дети Онлайн»** – служба телефонного и онлайн-консультирования оказывает психологическую и информационную поддержку детям и подросткам, столкнувшимся с различными проблемами в сети Интернет

<http://detionline.com/> тел.: 8 800 25 000 15

[helpline@detionline.com](mailto:helpline@detionline.com)

**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**.

**ДЛЯ ПОЛУЧЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ИНФОРМАЦИИ МОЖНО ОБРАТИТЬСЯ К СЛЕДУЮЩИМ ИСТОЧНИКАМ**

Коллективом специалистов факультета «Юридическая психология» и Центра экстренной психологической помощи ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет» для педагогов, классных руководителей и других специалистов образовательных организаций разработаны памятки по различным видам девиантного поведения и алгоритмы действий — «Методические материалы по признакам девиаций, действиям специалистов системы образования в ситуациях социальных рисков и профилактике девиантного поведения обучающихся», которые размещены на сайте: [https://mgppu.ru/about/publications/deviant\\_behavior](https://mgppu.ru/about/publications/deviant_behavior)

### Список использованной литературы:

1. Кевля, Ф.И. Педагогическая поддержка школьников: индивидуальное консультирование [Текст] / Ф.И. Кевля // Социальная педагогика. – 2013. – №3. – С.47-57.
2. Кумарина Г. Профилактика деструктивного поведения детей в системе школьного образования [Текст] / Г.Кумарина // Коррекционно-развивающее образование. – 2014. – №2. – С.3-14.
3. Белоглазова, Е.Н. Программа психологической поддержки подростков с девиантным поведением [Текст] / Е.Н. Белоглазова.
4. Никулина, Н.Н. Профилактика безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних: реализация социально-правовых технологий. Денисенко, Е.Л. Профилактика правонарушений среди подростков посредством социально значимой деятельности.
5. Анохин С., Анохина Н. Как обеспечить информационно-психологическую безопасность учащихся. // Школьный психолог, 2012 – № 11. - С. 43-45.
6. Баранов А.А., Рожина С.В. Психологический анализ причин подросткового кибербуллинга // Вестник Удмуртского университета. Философия. Психология. Педагогика, 2015. – Т. 25. – Выпуск 1. - С. 37 – 41
7. Болсуновская Н. Через шесть рукопожатий. Интернет-технологии в помощь психологу. // Школьный психолог, 2012 – № 4. – С.50 -51.
8. Болсуновская Н., Решетникова О. Прогулки по Сети. Путеводитель по психологическим ресурсам Интернета. // Школьный психолог, 2011. – № 11. – С.44 – 46.
9. Бочавер А.А., Хламов К.Д. Кибербуллинг: травля в пространстве современных технологий // Психология. Журнал Высшей школы экономики, 2014. – Т.11. -№ 3. – С. 177 – 191
10. Войскунский А.Е. Феномен зависимости от Интернета // Гуманитарные исследования в Интернете / Под ред. А.Е. Войскунского. - М., 2006. С. 100-131.
11. Гостевская Е. Тренинг навыков информационно-психологической безопасности подростков «Остановись и подумай» // Школьный психолог, 2016. №№ 5-6, 7-8, 9-10.
12. Дети в информационном обществе. Многозадачность. - № 3 (28). – 2017 [Э/р]: [www.detionline.com/journal/](http://www.detionline.com/journal/)
13. Дети в информационном обществе. Сетевая агрессия. - № 16. – 2014 [Э/р]: [www.detionline.com/journal/](http://www.detionline.com/journal/)
14. Дети в информационном обществе. Видеоигры: болезнь века или фактор развития? - № 2 (27). – 2017 [Э/р]: [www.detionline.com/journal](http://www.detionline.com/journal/)
15. Завалишина О.В. Моделирование процесса педагогической поддержки

- подростков, склонных к проявлению интернет-зависимости // Научный журнал Куб-ГАУ, №70(06), 2011 года, режим доступа: <http://ej.kubagro.ru/2011/06/pdf/11.pdf>
- 16.. Здоровье и безопасность детей в мире компьютерных технологий и Интернет. Учебно-методический комплект. – М.: СОЛОН-ПРЕСС, 2010. – 176 с
- 17.17. Методические рекомендации по профилактике игровой, компьютерной и интернет-зависимости. – Екатеринбург, 2012. – 61 с. [Э/р]: [http://centerlado.ru/uploadedFiles/files/biblioteka/cborniki\\_i\\_materiali\\_po\\_bzhd/Metodic\\_heskie\\_rekomendatsii\\_po\\_profilaktie\\_igrovoy\\_kompyuternoy\\_i\\_internet-zavisimosti.pdf](http://centerlado.ru/uploadedFiles/files/biblioteka/cborniki_i_materiali_po_bzhd/Metodic_heskie_rekomendatsii_po_profilaktie_igrovoy_kompyuternoy_i_internet-zavisimosti.pdf)
18. Методические рекомендации по обучению учащихся правилам безопасного поведения в интернет-пространстве, профилактике интернет-зависимости [Э/р]: [http://terskyrayon.gov-murman.ru/napravleniya-deyatelnosti/sotsialnaya-sfera/obrazovanie/prikazy/metod\\_rec\\_internet\\_zavis..pdf](http://terskyrayon.gov-murman.ru/napravleniya-deyatelnosti/sotsialnaya-sfera/obrazovanie/prikazy/metod_rec_internet_zavis..pdf)
- Наместникова М. Меня травят в Сети. Что делать? [Э/р]: <https://kids.kaspersky.ru/articles/cyberbullying/menya-travyat-v-seti-что-делат/>