

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Белоярская средняя общеобразовательная школа №1»
Верхнекетского района Томской области**

УТВЕРЖДЕНА:

Приказ № 513 о/д от

08.11.2023 г.

директор

МБОУ «Белоярская СОШ №1»

Е.К. Пешикова



**Программа
по профилактике суицидального поведения среди детей и подростков
на 2023-2024 учебный год**

**Составитель:
Педагог-психолог
Васильева Л.Ю.**

Р.п. Белый Яр, 2023 г.

Пояснительная записка

Данная Программа направлена на обеспечение организации деятельности психолога по профилактике суицидального поведения, составлена с учетом требований Федерального государственного образовательного стандарта и содержат описание модели профилактической работы по предотвращению рисков суицида и суицидальных намерений среди обучающихся общеобразовательных организаций.

При реализации данной программы поддерживается приоритет прав и интересов ребенка в соответствии с Конституцией Российской Федерации.

Нормативно-правовые документы, на основании которых разработана рабочая программа:

- Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989) (вступила в силу для СССР 15.09.1990);
- Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных Законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 N 6-ФКЗ, от 30.12.2008 N 7-ФКЗ, от 05.02.2014 N 2-ФКЗ, от 21.07.2014 N 11-ФКЗ);
- Административный кодекс РФ (ст. 164 "О правах и обязанностях родителей");
- Уголовный кодекс РФ (ст. 117 «Истязание», ст. 110 «Доведение до самоубийства», ст. 131-134 «О преступлениях сексуального характера»);
- Семейный кодекс Российской Федерации от 29.12.1995 N 223-ФЗ;
- Закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 28 декабря 2010 г. №2106);
- Федеральный закон от 24.06.1999 года №120 – ФЗ «Об основах системы профилактики безопасности и правонарушений несовершеннолетних»;
- Федеральный закон от 24 июля 1998 г. N 124-ФЗ "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации" (с изменениями и дополнениями);
- Федеральный Закон РФ от 24 июня 2010 г. №436 «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию»;
- Методические рекомендации по профилактике суицидального поведения детей и подростков в ОУ Министерства образования и науки РФ от 18.01.16 №7-149;
- Письмо Минобрнауки России от 18.01.2016 № 07-149 "О направлении методических рекомендаций по профилактике суицида".

В условиях современного общества процент детских и подростковых самоубийств растет, что порождает необходимость детального изучения причин, мотивов, ситуаций проявления суицидальных попыток и способов профилактики. Одной из главных целей школьного образования является создание и поддержание психологических условий, обеспечивающих полноценное психическое и личностное развитие каждого ребенка.

В младшем подростковом возрасте появляется интерес к собственному внутреннему миру, возникает желание понять, лучше узнать себя. Возникшее острое «чувство Я», увеличение значимости проблем, связанных с самооценкой, сопровождаются трудностями думать и говорить о себе, слабым развитием рефлексивного анализа, что приводит к повышенной тревожности, возникновению чувства неуверенности в себе.

Программа первичной профилактики суицидального поведения у детей и подростков предполагает мероприятия в трех направлениях: работу психолога с родителями, педагогами и детьми. Семье и отдельной личности в период жизненных кризисов свойственно искажение субъективного образа мира, т.е., представлений и отношении к себе и к миру в целом. Суицидальные мысли и фантазии в этот момент очень распространены.

По данным отчёта Детского фонда ООН за последние годы значительно увеличилось число суицидальных попыток и завершённых самоубийств среди молодежи и даже детей. Уровень самоубийств среди российских подростков в настоящее время является одним из самых высоких в

мире. Самоубийство подростков занимает третье место среди ведущих причин смертельных случаев и четвертое среди основных причин потенциальной потери жизни.

Анализ материалов уголовных дел показывает, что 62% всех самоубийств несовершеннолетними совершается из-за конфликтов и неблагополучия: боязни насилия со стороны взрослых, бестактного поведения и конфликтов со стороны учителей, одноклассников, друзей, чёрствости и безразличия окружающих. В целом ряде случаев подростки решались на самоубийство из-за безразличия родителей, педагогов на их проблемы и протестовали, таким образом, против безразличия и жестокости взрослых.

Решаются на такой шаг, как правило, замкнутые, ранимые по характеру, страдающие от одиночества и чувства собственной ненужности, потерявшие смысл жизни подростки. Также причиной суицида может быть алкоголизм и наркомания, как родителей, так и самих подростков, индивидуальные психологические особенности человека, внутриличностный конфликт и т.д. Суицидальные действия у детей часто бывают импульсивными, ситуативными и не планируются заранее. Попытки суицида являются следствием непродуктивной (защитной) адаптации к жизни – фиксированное, негибкое построение человеком или семьей отношений с собой, своими близкими и внешним миром на основе действия механизма отчуждения: попыткам разрешить трудную жизненную ситуацию непригодными, неадекватными способами. Своевременная психологическая помощь, участие, оказанное подросткам в трудной жизненной ситуации, помогли бы избежать трагедий.

Причиной суицида подростка, чаще всего, является длительная конфликтная ситуация в семье. Чаще всего преобладают давящий стиль воспитания, требования безапелляционного выполнения указаний, что препятствует формированию у подростков самостоятельности в принятии решений. В форме наказаний используются унижающие высказывания, болезненные для самолюбия и снижающие самооценку подростка. Семью могут постичь такие кризисные ситуации, как смерть близких, развод или потеря работы. Родители находятся в подавленном состоянии, бывает, что ищется ответственный за возникшие проблемы. В тоже время одним из сильных факторов, удерживающих молодых людей в жизни, являются отношения с родителями. Если отношения строятся на доверительной основе, родитель относится к ребенку как к партнеру, то тогда формируются защитные механизмы, предохраняющие подростка от суицидального поведения.

Школьные причины суицидального поведения обычно связаны с отношениями с учителями, администрацией. Именно в школе формируются такие важные социальные запросы подростка, как: потребность в самоуважении (так как низкая оценка успеваемости связывается с недостаточным развитием способностей и интеллекта); потребность в положительной оценке значимых для него взрослых (следствием негативной оценки педагога обычно бывает отрицательная оценка родителей); потребность в общении (мнение учителя может определять мнение коллектива сверстников, низкие оценки не способствуют улучшению отношений ученика в классе).

Отношения со сверстниками (особенно противоположного пола) являются весьма значимым фактором суицидального поведения подростков. Одним из объяснений важности этих отношений служит чрезмерная зависимость от другого человека, возникающая обычно в качестве компенсации плохих отношений со своими родителями, из – за постоянных конфликтов и отсутствия контакта с ними.

Бывает, что отношения с другом или подругой становятся столь значимыми, что любое охлаждение привязанности, а тем более, измена, уход к другому воспринимается как невосполнимая утрата, лишаящая смысла дальнейшую жизнь.

Покушение на жизнь может быть подражанием поведению, демонстрируемому с экранов телевидения или присутствующих на страницах литературных произведений. В подростковых компаниях наблюдается повышенный интерес к темам смерти и самоубийства, обсуждается их «тайна» и «красота». Руководствуясь подобными стереотипами, суициденты рассматривают посягательство на свою жизнь не с точки зрения общественной морали, а с позиции эффективности действий.

Цель программы: формирование у школьников позитивной адаптации к жизни как процесса сознательного построения и достижения человеком относительно устойчивых равновесий отношений между собой, другими людьми и миром в целом.

Задачи программы:

1. Выявление детей, нуждающихся в незамедлительной помощи и защите и оказание экстренной первой помощи, обеспечение безопасности ребенка, снятие стрессового состояния.
2. Изучение особенностей психолого-педагогического статуса каждого учащегося с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих в психическом состоянии, общении, развитии и обучении.
3. Создание системы психолого-педагогической поддержки учащихся разных возрастных групп в воспитательно-образовательном процессе школы так и в период трудной жизненной ситуации.
4. Привлечение различных государственных органов и общественных объединений для оказания помощи и защиты законных прав и интересов ребенка.
5. Привитие существующих в обществе социальных норм поведения, формирование детского милосердия, развитие ценностных отношений в социуме.
6. Формирование позитивного образа Я, уникальности и неповторимости не только собственной личности, но и других людей.

Участники программы:

- обучающиеся школы;
- педагоги;
- родители

Основные направления деятельности:

1. Работа с детьми и подростками;
2. Работа с педагогами;
3. Работа с родителями.

Принципы реализации программы:

1. Принцип **ценности личности**, заключающийся в самоценности ребенка.
2. Принцип **уникальности личности**, состоящий в признании индивидуальности ребенка.
3. Принцип **приоритета личностного развития**, когда обучение выступает не как самоцель, а как средство развития личности каждого ребенка.
4. Принцип **ориентации на зону ближнего развития каждого ученика**.
5. Принцип **эмоционально-ценностных ориентаций** учебно-воспитательного процесса.

Ожидаемый результат:

Организованная таким образом работа позволит:

- осуществлять социальную и психологическую защиту детей;
- снизить количество детей с девиантным поведением и избежать суицидальных попыток;
- позволит организовать работу по оптимизации взаимоотношений в детско-родительской среде.

Наибольший эффект программа может иметь, реализованная как **целостная система совместной деятельности педагогов, психолога, администрации школы и родителей, направленная на активное приспособление ребенка к социальной среде, включающее в себя как успешное функционирование, так и перспективное психологическое здоровье.**

Тематическое планирование

№	Содержание работы	Сроки	Ответственный
1	Незамедлительное сообщение в администрацию школы ПДН, КДН, отдел опеки и попечительства о фактах насилия над ребенком со стороны родителей или других взрослых лиц.	В течение года 2023-2024	Классные руководители, педагоги-психологи, социальные педагоги

2	Регулирование взаимоотношений и конфликтных ситуаций среди школьников. Пресечение всех случаев неуставных (школьных) отношений с привлечением при необходимости работников ПДН	По необходимости	Классные руководители, педагоги-психологи, социальные педагоги
Работа с учащимися			
3	Беседы Начальное звено • В поисках хорошего настроения • Как научиться жить без драки • Учимся снимать усталость Среднее звено • Как преодолевать тревогу • Способы решения конфликтов с родителями • Приемы эффективного общения Старшее звено • Стресс в жизни человека. Способы борьбы со стрессом • Грани моего Я • Способы саморегуляции эмоционального состояния • Как сказать: «Нет!» • Не сломай свою судьбу! • Подросток и наркомания. • Приемы эффективного общения	В течение года	Классные руководители
4	Проведение тренинговых занятий по психолого-педагогической поддержке обучающихся к выпускным экзаменам (9, 11 классы)	По запросу	Классные руководители, педагоги-психологи
5	Правовые классные часы	по плану проведения классных часов в школе	классные руководители, учителя обществознания, социальные педагоги
6	Вовлечение детей и подростков, находящихся в социально-опасном положении, в кружки, секции, клубы по интересам	В течение года	Классные руководители
7	Оформление стенда с информацией о получении психологической помощи, о круглосуточных телефонах доверия	сентябрь	педагоги-психологи
8	Информирование учащихся о проведении консультаций несовершеннолетних и родителей, оказавшихся в кризисной ситуации	в течение года	педагоги-психологи, классные руководители
Работа с педагогами			
10	Совещание «Профилактика суицидального поведения среди обучающихся»	Декабрь 2023	Классные руководители, педагоги-психологи, социальные педагоги

11	Семинар классных руководителей «Психологический климат в классе»	Январь 2024	Зам. директора по УВР, педагоги-психологи
12	Круглый стол «Профилактика конфликтных ситуаций и работа с ними»	Февраль 2024	Руководитель ШМО классных руководителей, педагоги-психологи
13	Разработка рекомендаций и доведение информации до педагогов по профилактике суицидального поведения (информационные материалы об особенностях суицидального поведения несовершеннолетних)	Декабрь 2023	Педагоги-психологи
14	Консультирование по вопросам профилактики конфликтных ситуаций и работы с ними	По запросу	Педагоги-психологи, социальные педагоги
15	Консультирование «Профилактика суицидального поведения»	По запросу	Педагоги-психологи
16	Заседание психолого-педагогической комиссии «Организация профилактической работы в школе»	В течение года	Педагоги-психологи, социальные педагоги, заместитель директора по ВР
Работа с родителями			
17	Родительские собрания по профилактике суицида среди подростков	В течение года 2023-2024	Классные руководители, педагоги-психологи
18	Повышение уровня психологической компетенции среди родителей (рассылка)	Февраль 2024	Классные руководители, педагоги-психологи
19	Информирование родителей об экстренной психологической помощи для детей, подростков и их родителей (телефоны экстренных служб)	Декабрь 2023	Классные руководители, педагоги-психологи
20	Родительское собрание «Профилактика детской тревожности, страхов, агрессивного поведения», 1,5 классы	В течении года	Классные руководители, педагоги-психологи
21	Беседы на родительских собраниях ➤ Возрастные психолого-педагогические особенности (младший школьник, подросток, старший школьник) ➤ Наши ошибки в воспитании детей ➤ Психологические особенности периода адаптации, формы родительской помощи и поддержки ➤ Тревожность и её влияние на развитие личности ➤ Трудный возраст или советы родителям ➤ Что такое суицид и как его не допустить (среднее и старшее звено)	по плану классных руководителей (по запросу)	Классные руководители, педагоги-психологи, зам. директора по ВР

	➤ Особенности детско-родительских отношений как фактор психологического дискомфорта ➤ Куда уходят дети: профилактика безнадзорности и бродяжничества ➤ Как помочь ребенку справиться с эмоциями ➤ Толерантность: терпение и самоуважение ➤ Безопасность школьников в сети интернет		
	Диагностика		
22	Карта наблюдений за состоянием, поведением детей и подростков (для классных руководителей) ➤ «Методика изучения социально-психологической адаптации детей к школе (оценка учителя, анализирует педагог - психолог) Э.М. Александровская.» (1-4 классы) □ Исследование уровня адаптации (1,5,10 классы) ➤ Оценка психоэмоционального благополучия обучающегося (опросник для родителей)	1 раз в год Ноябрь, апрель Октябрь-ноябрь По факту выявления ребенка «группы риска»	Классные руководители, педагог-психолог

**Мониторинг к программе
«Профилактика суицидального поведения среди подростков»**

Мероприятие	Дата	Ответственные
Оценка психоэмоционального благополучия обучающегося (опросник для родителей), приложение 1	По факту выявления ребенка «группы риска»	Классные руководители 1-11 классы
Первичное выявление детей группы суицидального риска «Таблица факторов наличия кризисной ситуации у обучающихся», (для классных руководителей), приложение 2	ноябрь, апрель	Классные руководители 5-11 классы
«Методика изучения социально-психологической адаптации детей к школе (оценка учителя, анализирует педагог - психолог) Э.М. Александровская.» (1-4 классы). Приложение 3	Ноябрь, май	Классные руководители 1-4 классы
Карта наблюдения за состоянием ребенка	По факту выявления	педагог - психолог

«Анкета для родителей» (для родителей 1-4 классов), приложение 4	ребенка «группы риска»	
Мониторинг психоэмоционального состояния обучающихся и выявление суицидального риска у обучающихся. (Выявление суицидального риска у детей - 5-11 классы (А.А. Кучер, В.П. Костюкевич – октябрь, методика «Самочувствие, активность, настроение» - 5-11 классы - март)	По факту выявления ребенка «группы риска»	педагог-психолог

Приложение №1

Оценка психоэмоционального благополучия обучающегося (опросник для родителей)

Дата _____ Класс _____ Возраст ребенка _____ Фамилия, имя ребенка _____

Инструкция. Уважаемые родители! Прочитайте, пожалуйста, каждое утверждение и отметьте наличие или отсутствие у вашего ребенка перечисленных признаков на протяжении последних двух недель.

№	Признаки наличия кризисного состояния у подростка	Да	Нет
1	Изменился аппетит (был хороший аппетит, вдруг стал(а) разборчив(а) в еде; был неважный аппетит, появился неумный аппетит)		
2	Изменился сон (стал(а) спать целыми днями, либо не может заснуть, засыпает только под утро)		
3	Резко упала успеваемость		
4	Стал(а) прогуливать уроки		
5	Перестал(а) следить за своим внешним видом		
6	Резкое несоблюдение правил личной гигиены		
7	Потерял(а) интерес к тому, что раньше любил(а): занятиям спортом, музыкой, рисованием и т.д.		
8	Перестал(а) встречаться с друзьями, держится обособленно		
9	Стремится к уединению: часто уходит в себя, сторонится родных, подолгу не выходит из своей комнаты		
10	Стал(а) проявлять агрессию, бунт и неповиновение, участились «взрывы» настроения		
11	Проявляет признаки беспомощности, безнадежности и отчаяния		
12	Демонстрирует поведение «на грани риска»: перебегает дорогу перед движущимся автомобилем, фотографируется на крыше высотных зданий и т.п.		
13	Проявляются признаки саморазрушающего поведения: бьет себя по голове, рвет на себе волосы, царапает руки и т.п.		
14	Отмечаются такие высказывания, как «Я больше не буду ни для кого проблемой», «Тебе больше не придется за меня волноваться», «Я не могу так жить» и т.п.		
15	Перенес(ла) тяжелую потерю (смерть кого-то из близких, развод родителей, потерял(а) любимую/любимого)		

16	Несвойственная молчаливость, высказывания с двойным смыслом, связанные со смертью, символические высказывания		
17	Высказывания с тяжелыми самообвинениями, демонстрация собственной беспомощности, безнадежности		
18	Разговоры об отсутствии ценностей жизни		
19	Особый интерес к тому, что происходит с человеком после смерти		
20	Приведение в порядок дел, внезапное завершение долгосрочных дел		

ФИО родителя (законного представителя)

Приложение №2

Таблица факторов наличия кризисной ситуации у обучающихся _____ класса

Укажите, пожалуйста, напротив каждого фактора фамилии обучающихся, у которых было или Вы замечали:

Факторы	Особенности	Фамилии
ИДЕАЛЬНЫЕ	Открытые высказывания о желании покончить жизнь самоубийством («Я собираюсь покончить с собой», «Я не могу так жить»).	
	Косвенные высказывания о возможности суицидальных действий («Я больше не буду ни для кого проблемой», «Тебе больше не придется за меня волноваться»).	
СИТУАТИВНЫЕ	Суициды родственников, родителей.	
	Смерть близкого родственника.	
	Неизлечимые или тяжелые соматические заболевания близких родственников, самого ребенка.	
	Наличие в семье психических больных.	
	Разводящиеся родители, конфликты в семье.	
	Алкоголизм или наркомания родителей, асоциальная семья.	
	Неполная семья, семья с отчимом или мачехой.	
	Резкое изменение социального статуса родителей (потеря работы, разорение).	
	Изменение места жительства, места учебы (в течение последнего года)	
	Является отверженным.	
	Является жертвой насилия: физического, эмоционального, сексуального (укажите какого).	
ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ	Резкая потеря интереса к деятельности (досуговой, учебной, домашней помощи).	
	Резкое изменение стиля поведения и способов общения	

	(был таким – стал другим).	
	Стремление к изоляции, устойчивое сильное уединение.	
	Употребление подростком наркотиков.	
	Изменение аппетита, сна, ритма жизни.	
	Символическое прощание ребенка с ближайшим окружением (отказ от личных вещей, приведение их в порядок и т.п.)	
	Стремление к рискованным действиям	
	Резкое несоблюдение правил личной гигиены.	
	Частые случаи травматизма, самоповреждение, членовредительство.	

Классный руководитель _____ (фамилия)
Дата _____ подпись _____

Приложение №3

Критерии определения уровня социально-психологической адаптации

I.ЭФФЕКТИВНОСТЬ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.

0.Учебная активность отсутствует (не включается в учебный процесс).

1.Пассивен, дает неправильные ответы или не отвечает совсем

2.Учебная активность нестабильна и/или кратковременна, часто отвлекается, не слышит вопроса.

3.Редко поднимает руку, но отвечает правильно.

4.Работает, правильные и неправильные ответы чередуются.

5.Активно работает, часто поднимает руку и правильно отвечает.

II.УСВОЕНИЕ ЗНАНИЙ. УСПЕВАЕМОСТЬ.

0.Плохое усвоение материала по всем предметам. Большое кол-во грубых ошибок, средний балл ниже 3,5.

1.Частые ошибки, исправления, зачеркивания, непостоянство оценок, средний балл 3,5 и ниже.

2.Плохое усвоение материала по одному из основных предметов, обилие ошибок, средний балл по этому предмету от 3,5 и ниже.

3.Редкие ошибки, слова с пропуском букв и их заменой, средний балл успеваемости 3,6 - 3,9.

4.Небольшие помарки, единичные ошибки, средний балл 4 - 4,5

5.Безошибочное выполнение заданий, средний балл 4,6-5.

III.УСВОЕНИЕ ШКОЛЬНЫХ НОРМ ПОВЕДЕНИЯ.

0.Не выполняет требования учителя, большую часть урока занимается посторонними делами (преобладают игровые интересы).

1.Выполняет требования учителя частично, отвлекается на посторонние занятия, вертится или постоянно разговаривает.

2.Выполняет требования учителя частично, особенно не отвлекаясь.

3.Изредка поворачивается, обменивается репликами с товарищами.

4.Выполняет все требования, но иногда отвлекается на короткое время.

5.Сидит спокойно, выполняет все требования.

IV.ПОВЕДЕНИЕ НА ПЕРЕМЕНЕ.

0. Часто нарушает нормы поведения, мешает ребятам играть, нападает, кричит, не реагирует на замечания (не владеет собой).

1. Пассивен, скованные движения, избегает ребят.

2. Не может найти себе занятие, переходит от одной группы детей к другой.

3. Активность ограничивается занятиями, связанными с подготовкой к следующему уроку.

4. Активность выражена в малой степени, предпочитает занятия в классе с кем-нибудь из ребят, чтение книг, спокойные игры.

5. Высокая игровая активность, охотно участвует в подвижных коллективных играх.

V. ОТНОШЕНИЕ К СВЕРСТНИКАМ.

0. Проявляет негативизм в общении. Постоянно сердится и обижает детей, и дети его не любят.

1. Замкнут, изолирован от других детей. И дети равнодушны к нему.

2. Предпочитает находиться с детьми, но не вступает с ними в контакты.

3. Сфера общения ограничена, общается избирательно с некоторыми детьми.

4. Сам инициативы в общении не проявляет, но легко вступает в контакт, когда к нему обращаются другие дети.

5. Общительный, легко контактирует с детьми.

VI. ОТНОШЕНИЕ К УЧИТЕЛЮ.

0. Общение приводит к отрицательным эмоциям, обижается, плачет при малейшем замечании.

1. Избегает контакта, легко смущается. При общении с учителем теряется. Говорит тихо, запинаясь.

2. Выполняет требования, но не заинтересован в общении, старается быть незамеченным.

3. Старается выполнять требования учителя, но за помощью обращается чаще к одноклассникам.

4. Дорожит хорошим мнением учителя о себе. Стремится выполнять все его требования. В случае необходимости сам обращается к нему за помощью.

5. Проявляет дружелюбие по отношению к учителю, стремится понравиться ему. После урока часто подходит к нему, общается.

VII. НАСТРОЕНИЕ.

0. Вспышки гнева, злости, может ударить, что-то сломать (как в общении с детьми, так и с учителем).

1. А. Депрессивное настроение, плач без всяких причин.

Б. Агрессивные реакции, часто повышает голос, ссорится с детьми.

2. А. Тревожность, огорченность, страх.

Б. Обидчивость, раздражительность, вспыльчивость.

3. Эпизодические проявления сниженного настроения.

4. Спокойное эмоциональное состояние, ровное настроение.

5. Хорошее настроение, смеется.

Обработка.

Оценки по шкалам от 3 до 5 баллов расцениваются как благополучная адаптация, от 0 до 2 - как неблагополучная.

Сумма баллов по всем 7 шкалам (от 0 до 35 баллов) является количественным показателем общего уровня СПА.

Нормативы.

21-35 баллов - зона адаптации; ЗА

15-20 баллов - зона неблагоприятных тенденций; ЗНТ

0-14 баллов - зона дезадаптации или зона затрудненной адаптации. ЗТА

Анкета для родителей

Инструкция: Пожалуйста, отметьте, присуще ли Вашему ребенку перечисленные ниже формы поведения. Для этого поставьте «плюс» в соответствующем столбце.

№	Утверждение	Да	Нет
1.	Выполнение порученного дела всегда требует контроля со стороны взрослого		
2.	Очень переживает перед любой проверочной работой, контрольной, диктантом, экзаменом		
3.	Решение по какому-либо вопросу принимает с трудом, часто перекладывая его на других		
4.	Всегда и во всем исполнитель		
5.	Часто бывает несдержанным		
6.	Хорошо делает что-либо по образцу или по примеру, но свои способы выполнения предлагает редко		
7.	К успехам или неудачам в школе относится равнодушно		
8.	В своих делах и действиях часто надеется на «авось»		
9.	Правильность и качество своей работы сам не проверяет, доверяя сделать это кому-нибудь другому		
10.	Часто перепроверяется, постоянно что-то исправляет в сделанном		
11.	Перед выполнением чего-либо требуется период «раскачки»		
12.	При выполнении какой-либо работы может то очень быстро ее делать, то, постоянно отвлекаясь, медленнее		
13.	Выполненную работу обычно не проверяет		
14.	Иногда проявляются невротические реакции: грызет ногти, кончик карандаша или ручки, тербит волосы и т.п.		
15.	При выполнении какой-либо работы очень быстро устает		
16.	Всегда и во всем претендует на самые высокие результаты		
17.	Часто бывает неаккуратным		
18.	При необходимости поменять вид работы или род деятельности делает это с трудом		
19.	Часто не может уложиться во временные рамки при выполнении чего-либо		
20.	Чаще поддерживает чужую точку зрения, свою отстаивает редко		
21.	Часто отвлекается при выполнении какой-либо работы		
22.	В работе часто бывает небрежен		
23.	Всегда стремится получать только отличные оценки		
24.	Всегда и во все медлителен и малоподвижен		
25.	Обычно в начале делает что-либо быстро и активно, а затем темп выполнения становится все медленнее и медленнее		
26.	Старается все делать очень быстро, но часто не проверяет сделанное, пропускает ошибки		
27.	Всегда стремится быть и выполнять все лучше всех		
28.	Во время выполнения чего-либо необходимы перерывы для отдыха		
29.	Постоянно требует подтверждения правильности своего выполнения чего-либо		
30.	Равнодушен к оценке своей работы		
31.	Заранее свои действия планирует с трудом		

32.	Часто жалуется на усталость		
33.	Все делает медленно, но основательно		

КЛЮЧ:

<i>Группа риска</i>	<i>Ответ «да» на вопросы:</i>	<i>Группа риска</i>	<i>Ответ «да» на вопросы:</i>
Инфантильные дети	1, 8, 13, 30	Дети с трудностями произвольности и самоорганизации	12, 19, 21, 31
Тревожные дети	2, 10, 14, 29	Астеничные дети	15, 25, 28, 32
Неуверенные дети	3, 6, 9, 20	Гипертимные дети	5, 7, 17, 22, 26
«Отличники» и перфекционисты	4, 16, 23, 27	Застревающие дети	11, 18, 24, 33

ТРЕВОЖНЫЕ ДЕТИ

Краткая психологическая характеристика

Для тревожных детей учебный процесс сопряжен с определенным эмоциональным напряжением. Они склонны воспринимать любую ситуацию, связанную с учебной, как опасную. Особую тревогу вызывает у них проверка знаний в любом виде (контрольная работа, диктанты и т.д.).

Как распознать тревожного ребенка?

Эти дети часто перепроверяют уже сделанное, постоянно исправляют написанное, причем это может и не вести к существенному улучшению качества работы. При устном ответе они, как правило, пристально наблюдают за реакциями взрослого. Они обычно задают множество уточняющих вопросов, часто переспрашивают учителя, проверяя, правильно ли они его поняли. Тревожные дети при выполнении индивидуального задания обычно просят учителя "посмотреть, правильно ли они сделали". Они часто грызут ручки, теребят пальцы или волосы.

Основные трудности

Ситуация экзамена вообще сложна для тревожных детей, потому что она по природе своей оценочная. Наиболее трудной стороной ГИА для тревожного ребенка является отсутствие эмоционального контакта с взрослым.

Стратегии поддержки

На этапе подготовки. Для тревожных детей особенно важно создание ситуации эмоционального комфорта на предэкзаменационном этапе. Ни в коем случае нельзя нагнетать обстановку, напоминая о серьезности предстоящего экзамена и значимости его результатов. Чрезмерное повышение тревоги у детей этой категории приводит только к дезорганизации их деятельности. Задача взрослого — создание ситуации успеха, поощрение, поддержка. В этом огромную роль играют поддерживающие высказывания: "Я уверен, что ты справишься", "Ты так хорошо справился с контрольной по физике".

Во время проведения экзамена. Очень важно обеспечить тревожным детям ощущение эмоциональной поддержки. Это можно сделать различными невербальными способами: посмотреть, улыбнуться и т.д. Тем самым взрослый как бы говорит ребенку: "Я здесь, я с тобой, ты не один". Если ребенок обращается за помощью: "Посмотрите, я правильно делаю?" — лучше всего, не вникая в содержание написанного, убедительно сказать: "Я уверена, что ты все делаешь правильно, и у тебя все получится".

НЕУВЕРЕННЫЕ ДЕТИ

Краткая психологическая характеристика

Проблема таких детей в том, что они не умеют опираться на собственное мнение, они склонны прибегать к помощи других людей. Неуверенные дети не могут самостоятельно проверить качество своей работы: они сами себе не доверяют. Они могут хорошо справляться с теми

заданиями, где требуется работа по образцу, но испытывают затруднения при необходимости самостоятельного выбора стратегии решения. В подобной ситуации они обычно обращаются за помощью к одноклассникам или родителям (особенно при выполнении домашнего задания). Такие дети списывают не потому, что не знают ответа, а потому, что не уверены в правильности своих знаний и решений. В поведенческом плане им часто присущ конформизм, они не умеют отстаивать собственную точку зрения. Неуверенные дети часто подолгу не могут приступить к выполнению задания, но

достаточно педагогу подсказать им первый шаг, как они начинают работать.

Основные трудности

Неуверенные дети испытывают затруднения во время любого экзамена, поскольку им сложно опираться только на собственные ресурсы и принимать самостоятельное решение. При сдаче ГИА они испытывают дополнительные сложности, поскольку принципиальное значение там имеет самостоятельный выбор стратегии деятельности, а эта задача для неуверенных детей крайне сложна.

Стратегии поддержки

На этапе подготовки. Очень важно, чтобы неуверенный ребенок получил положительный опыт принятия другими людьми его личного выбора. При работе с такими детьми необходимо воздерживаться от советов и рекомендаций ("Сначала реши простые задания, а потом переходи к сложным"). Лучше предложить выбрать ему самому и терпеливо дожидаться, когда он примет решение ("Как ты думаешь, с чего лучше начать: с простых или сложных заданий?").

Во время экзамена. Неуверенного ребенка можно поддерживать простыми фразами, способствующими созданию ситуации успеха: "Я уверен, у тебя все получится", "Ты обязательно справишься". Если ребенок никак не может приступить к выполнению задания, долго сидит без дела, стоит спросить его: "Ты не знаешь, как начать? Как выполнять следующее задание?" – и предложить ему альтернативу: "Ты можешь начать с простых заданий или сначала просмотреть весь материал. Как ты думаешь, что будет лучше?" Ни в коем случае нельзя говорить тревожным и неуверенным детям "Подумай еще", "Поразмысли хорошенько". Это только усилит их тревогу и никак не продвинет выполнение задания.

ДЕТИ, ИСПЫТЫВАЮЩИЕ НЕДОСТАТОК ПРОИЗВОЛЬНОСТИ И САМООРГАНИЗАЦИИ

Краткая психологическая характеристика

Обычно этих детей характеризуют как "невнимательных", "рассеянных". Как показывает практика, у них очень редко имеют

место истинные нарушения внимания. Гораздо чаще «невнимательные» дети — это дети с низким уровнем произвольности. У них сформированы все психические функции, необходимые для того, чтобы быть внимательными, но общий уровень организации деятельности очень низкий. У таких детей часто неустойчивая работоспособность, им присущи частые колебания темпа деятельности. Они могут часто отвлекаться.

Основные трудности

ГИА требует очень высокой организованности деятельности. Непроизвольные дети при общем высоком уровне познавательного развития и вполне достаточном объеме знаний могут нерационально использовать отведенное время.

Стратегии поддержки

На этапе подготовки. Психические функции формируются через наличие внешних опор. Поэтому на этапе подготовки очень важно научить ребенка использовать для саморегуляции деятельности различные материальные средства. Такими средствами могут стать песочные часы, отмеряющие время, нужное для выполнения задания; составление списка необходимых дел (и их вычеркивание по мере выполнения); линейка, указывающая на нужную строчку и т.д. Бесплезно призывать таких детей "быть внимательнее", поскольку это им недоступно.

Во время экзамена. Таким детям требуется помощь в самоорганизации. Это можно сделать с помощью направляющих вопросов: "Ты как?", "Ты сейчас что делаешь?". Возможно также использование внешних опор. Например, ребенок может составить план своей деятельности и

зачеркивать пункты или класть линейку на то задание, которое он сейчас выполняет. Важно, чтобы ребенок научился использовать эти опоры на предварительном этапе, иначе на экзамене это отнимет у него слишком много сил и времени.

ПЕРФЕКЦИОННЫЕ И «ОТЛИЧНИКИ»

Краткая психологическая характеристика

Дети данной категории обычно отличаются высокой успеваемостью, ответственностью, организованностью, исполнительностью. Если они выполняют задание, они стремятся сделать его лучше всех или быстрее остальных использовать дополнительный материал. Перфекционисты очень чувствительны к похвале и вообще к любой оценке своей деятельности. Все, что они делают, должно быть замечено и высоко оценено. Для таких детей характерен очень высокий уровень притязаний и крайне неустойчивая самооценка. Для того чтобы чувствовать себя хорошими, им нужно не просто успевать, а быть лучшими, не просто хорошо справляться с заданием, а делать это блестяще.

Основные трудности

ГИА для данной категории детей — это тот самый случай, когда верной оказывается поговорка "Лучшее — враг хорошего". Им недостаточно выполнить минимально необходимый объем заданий, им нужно сделать все, причем безошибочно. Еще один возможный камень преткновения для них — это необходимость пропустить задание, если они не могут с ним справиться.

Стратегии поддержки

На этапе подготовки. Очень важно помочь таким детям скорректировать их ожидания и осознать разницу между "достаточным" и "превосходным". Им необходимо понять, что для получения отличной оценки нет необходимости выполнять все задания. На предэкзаменационном этапе перфекционистам можно предложить тренировочные упражнения, где им потребуется выбирать задания для выполнения, и не нужно будет делать все подряд.

Во время экзамена перфекционисту нужно помочь выбрать стратегию деятельности и реализовать ее. Его можно спросить: "Какие задания ты решил сделать?" и по необходимости тактично вмешаться в его планы. В ходе экзамена можно время от времени

интересоваться: "Сколько тебе еще осталось?" — и помогать ему скорректировать собственные ожидания: "Тебе не нужно делать столько. Того, что ты уже выполнил, будет достаточно. Переходи к следующему заданию".

АСТЕНИЧНЫЕ ДЕТИ

Краткая психологическая характеристика

Основная характеристика астеничных детей — высокая утомляемость, истощаемость. Они быстро устают, у них снижается темп деятельности и резко увеличивается количество ошибок. Как правило, утомляемость связана с особенностями высшей нервной деятельности и имеет не столько чисто психологическую, сколько неврологическую природу, поэтому возможности ее коррекции крайне ограничены.

Основные трудности

ГИА требует высокой работоспособности на протяжении достаточно длительного периода времени. Поэтому у астеничных детей очень высока вероятность снижения качества работы, возникновения ощущения усталости.

Стратегии поддержки

На этапе подготовки. При работе с астеничными детьми очень важно не предъявлять заведомо невыполнимых требований, которым ребенок не сможет соответствовать: "Некоторые выпускники занимаются с утра до вечера, а ты после двух часов уже устал". Ребенок не притворяется, просто таковы его индивидуальные особенности. Большое значение приобретает оптимальный режим подготовки, чтобы ребенок не переутомлялся: ему необходимо делать перерывы в занятиях, гулять, достаточно спать. Родителям астеничных детей стоит получить консультацию у психоневролога или невропатолога о возможности поддержать ребенка с помощью витаминов или травяных сборов.

Во время экзамена астеничным детям требуется несколько перерывов. По возможности им лучше организовать несколько коротких "перемен" (отпустить в туалет, попить и т.п.)