МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ КАЗАХСТАН
НАО НАЦИОНАЛЬНЫЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ БЛАГОПОЛУЧИЯ ДЕТЕЙ

Сборник – практикум

В ПОМОЩЬ ПЕДАГОГУ-ПСИХОЛОГУ



Том 2

Практикум
по психолого-педагогической деятельности

№	Наименование разделов	Стр.
	Аннотация	
	Введение	1
I.	**Компас диагностической работы**	3
II.	**Навигатор диагностических решений**	113
III.	**Маршрут сопровождения**	158
IV.	**Работа с автоматизированной программой**	300
	Заключение	325

АННОТАЦИЯ

Настоящий сборник-практикум предназначен для педагогов-психологов организаций образования и направлен на оказание практической помощи в проведении диагностики, анализе ее результатов и выстраивании дальнейшего маршрута психолого-педагогического сопровождения обучающихся.

В пособии раскрываются алгоритмы интерпретации результатов диагностики, подходы к определению обучающихся, нуждающихся в дополнительном внимании и сопровождении, а также практические решения для различных профессиональных ситуаций. Материалы сборника помогают специалисту определить, когда достаточно наблюдения, когда требуется углубленная диагностика, а когда необходимо организовать срочное реагирование и взаимодействие с родителями.

Сборник включает удобные инструменты для ежедневной работы педагога-психолога: алгоритмы, чек-листы, памятки, практические кейсы и навигационные схемы. Представленные материалы позволяют выстроить последовательную диагностическую работу и принять обоснованное профессиональное решение по дальнейшему сопровождению обучающегося.

ВВЕДЕНИЕ

О чем этот практикум

Сегодня перед педагогом-психологом стоит задача не просто провести диагностику, а своевременно заметить обучающихся, нуждающихся в поддержке, грамотно оценить риски и выстроить дальнейший маршрут сопровождения.

На практике именно после первичной диагностики возникает больше всего вопросов.

«На что обратить внимание в результатах?»

«Как понять, что ребенок нуждается в углубленной диагностике?»

«Когда достаточно наблюдения, а когда необходимо срочное вмешательство?»

«Как говорить с родителями?»

«Какие действия предпринимать дальше?»

Чтобы ответить на эти вопросы, давайте обратимся к сборнику-практикуму. Сборник-практикум создан как рабочий инструмент, который поможет педагогу-психологу пройти весь путь от проведения диагностики до принятия профессионального решения и организации сопровождения обучающегося.

Материалы представлены в виде алгоритмов, чек-листов, памяток, практических кейсов и навигационных схем, которые можно использовать в ежедневной работе.

Цель сборника-практикума:

Оказать практическую помощь педагогу-психологу в организации диагностической работы, анализе результатов диагностики и выстраивании дальнейшего маршрута психолого-педагогического сопровождения обучающихся.

Основные задачи пособия:

1. *помочь продуктивно организовать диагностическую работу;*

2. *показать алгоритмы анализа и интерпретации результатов обследования;*

3. *научить определять обучающихся, нуждающихся в дополнительном внимании и сопровождении;*

4. *предложить практические решения для работы в различных профессиональных ситуациях;*

5. *обеспечить специалиста удобными инструментами для ежедневной деятельности.*

ГЛАВА I
КОМПАС ДИАГНОСТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ

Первый шаг к пониманию потребностей и трудностей обучающегося

За каждым результатом диагностики стоит ребенок, подросток или студент со своими переживаниями, трудностями и потребностью в поддержке. Поэтому начнем с самого важного вопроса.

ПОЧЕМУ ДИАГНОСТИКА СЕГОДНЯ ТАК ВАЖНА?

Современный педагог-психолог работает в условиях, когда за внешним благополучием обучающегося нередко скрываются серьезные эмоциональные переживания, трудности адаптации, межличностные конфликты, высокий уровень тревожности, признаки эмоционального неблагополучия или кризисного состояния.

При этом далеко не всегда ребенок или подросток готов открыто говорить о своих переживаниях. Нередко проблемы становятся заметны только тогда, когда уже начинают отражаться на поведении, обучении, взаимоотношениях со сверстниками и взрослыми.

Поэтому диагностическая работа является одной из ключевых задач педагога-психолога. Она позволяет своевременно увидеть изменения в эмоциональном состоянии обучающегося, выявить факторы риска, определить потребности в поддержке и принять обоснованные решения о дальнейших действиях.

Однако важно помнить: диагностика – это не только проведение тестов и обработка результатов. Профессиональная диагностическая работа всегда строится на комплексном анализе различных источников информации.

! Важно

Ни один результат диагностической методики не должен рассматриваться отдельно от наблюдения и профессиональной беседы.

С ЧЕГО НАЧИНАЕТСЯ ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ РАБОТА ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА?

Этап 1. Подготовка → **Этап 2. Организация** → **Этап 3. Проведение**

ЭТАП 1. ПОДГОТОВКА

Для начала давайте определимся, что такое первичная диагностика и почему необходимо охватывать максимально большое количество детей.

Первичная диагностика в школе и в колледже – это первый системный взгляд на состояние всех обучающихся, с которыми работает педагог-психолог. Это момент, когда мы не работаем с отдельными детьми, а пытаемся понять общую картину: как дети себя чувствуют, как они адаптируются к среде, где у них есть напряжение, а где есть устойчивость.

В практике многие трудности не лежат на поверхности. Ребенок может спокойно сидеть на уроках, выполнять задания, не конфликтовать – и при этом внутри переживать тревогу, усталость или трудности в общении. Другой ребенок, наоборот, может быть активным и внешне «проблемным», но за этим часто скрывается

нехватка внимания, трудности саморегуляции или сложность в принятии правил. И именно первичная диагностика помогает увидеть такие вещи не по отдельным впечатлениям, а системно.

По сути, это инструмент, который позволяет педагогу-психологу собрать психологическую ***«карту класса/группы»*** или ***«карту школы/колледжа»***. На этой карте видно, где у детей есть эмоциональное напряжение, как они справляются с учебной нагрузкой, есть ли сложности в отношениях со сверстниками, встречаются ли признаки изоляции, тревожности или конфликтности. И самое важное – эта картина строится на сопоставлении данных, наблюдений и реальных проявлений поведения.

Первичная диагностика – это стартовая точка всей дальнейшей работы педагога-психолога, с которой начинается понимание того, что происходит с детьми в реальности.

Предлагаем рассмотреть каждый шаг отдельно.

ШАГ 1

Формирование внутреннего графика диагностической работы

Планирование сроков проведения диагностики на основе единых республиканских декад и условий организаций образования

Перед началом диагностической работы необходимо внимательно ознакомиться с единым графиком проведения диагностики и на его основе составить внутренний график организации образования. Он должен строго соответствовать установленным декадам, при этом конкретные даты внутри этих периодов определяются школой или колледжем самостоятельно, с учетом расписания и организационных условий, но без выхода за рамки обозначенных сроков.

Первичная диагностика проводится педагогом-психологом в соответствии с утвержденным графиком. График определяет периоды проведения диагностики, возрастные группы обучающихся и перечень методик, предусмотренных для соответствующих классов.

На основании графика педагог-психолог составляет рабочий план своей деятельности: определяет сроки проведения диагностики, классы, методики, порядок обработки результатов, сроки индивидуальных диагностических встреч и периоды работы по результатам диагностики.

Работа по результатам диагностики начинается после каждого диагностического периода, а не после завершения всех диагностик полугодия. Если диагностика проведена по определенной возрастной группе, педагог-психолог сразу обрабатывает результаты, распределяет обучающихся по зонам риска, вносит обучающихся в форму контроля при наличии оснований и организует дальнейшую индивидуальную диагностическую работу.

Правила организации графика диагностической работы

1. Учет времени проведения диагностики

Диагностика проводится в учебное время с соблюдением условий, обеспечивающих достоверность результатов. Не рекомендуется проведение диагностики на первом уроке и на последних двух уроках учебного дня, так как в этот период снижается концентрация внимания, повышается утомляемость, а на последних уроках также существует риск, что обучающийся может уйти домой в эмоционально нестабильном состоянии без возможности своевременной поддержки.

2. Рекомендуемые дни проведения

Оптимально планировать диагностическую работу с понедельника по четверг. Проведение диагностики в пятницу нежелательно, так как после нее ограничены возможности оперативной работы с обучающимися, отнесенными к «красной зоне», включая беседы, уточняющую диагностику и первичное сопровождение.

3. Обязательная возможность отработки результатов

График должен обязательно предусматривать время для последующей работы с результатами диагностики: индивидуальные беседы, углубленная диагностика, первичное сопровождение обучающихся. Организация работы должна обеспечивать возможность своевременно отработать каждого обучающегося, попавшего в «красную зону».

В зависимости от модели работы в организации это может быть реализовано либо одним педагогом-психологом (диагностика и последующая работа), либо распределением функций между специалистами (один проводит диагностику, другой – углубленную работу и сопровождение).

4. Согласование с выделенным временем педагога-психолога

График диагностики должен быть синхронизирован с внутренним расписанием работы педагога-психолога и проводиться в рамках специально отведенного времени для психолого-педагогической деятельности (вводимого организацией отдельного временного ресурса для работы педагога-психолога).

5. Организационная согласованность

Все этапы диагностики и последующей работы должны быть заранее согласованы внутри организации образования с учетом

расписания занятий, нагрузки обучающихся и возможности оперативного реагирования на выявленные случаи.

! Важно

Периоды, обозначенные в графике как ***«Работа по результатам диагностики»****, используются для обработки результатов, индивидуальных диагностических встреч, углубленной диагностики, сопровождения обучающихся желтой и красной зоны, групповой работы и оценки динамики.*

ГРАФИК ПРОВЕДЕНИЯ ПЕРВИЧНОЙ ДИАГНОСТИКИ

Классы	I полугодие					II полугодие				
	Октябрь I декада	**Октябрь** II декада	**Ноябрь** II декада	**Ноябрь** III декада	**Декабрь**	**Январь** III декада	**Февраль** I декада	**Февраль** II декада	**Февраль** III декада	**Март-май**
1 класс		Карта наблюдения адаптации к школе для педагогов/родителей **(20/20)** (заполняется классными руководителями)	Работа по результатам*	Работа по результатам*	Работа по результатам*	Работа по результатам*	Работа по результатам*	Карта наблюдения адаптации к школе для педагогов/родителей **(20/20)** (подключаются к заполнению педагоги-психологи)	Работа по результатам*	Работа по результатам*
2-4 классы		Карта наблюдения адаптации к школе для педагогов/родителей **(20/20)**	Экспресс-анкетирование «Как с тобой обращаются?» **(7)**	Работа по результатам*	Работа по результатам*	Работа по результатам*	Работа по результатам*	Экспресс-анкетирование «Как с тобой обращаются?» **(7)**	Работа по результатам*	Работа по результатам*
5 класс	1. Экспресс-анкетирование «Как с тобой обращаются?» **(15)**; 2. «Выявление тревожности у пятиклассников» О.Н. Хмельницкой **(15)**; 3. Шкала психологического благополучия подростка К. Рифф **(18)**	Работа по результатам*	Работа по результатам*	Работа по результатам*	Работа по результатам*	Работа по результатам*	1. RCADS-25 **(25)**; 2. Экспресс-анкетирование «Как с тобой обращаются?» **(15)**; 3. ДОПО, Е.Н. Осин, Д.А. Леонтьев **(15)**	Работа по результатам*	Работа по результатам*	Работа по результатам*

Классы	I полугодие					II полугодие				
	Октябрь I декада	**Октябрь** II декада	**Ноябрь** II декада	**Ноябрь** III декада	**Декабрь**	**Январь** III декада	**Февраль** I декада	**Февраль** II декада	**Февраль** III декада	**Март-май**
6-8 классы	1. Экспресс-анкетирование «Как с тобой обращаются?» **(15)**; 2. Шкала психологического благополучия подростка К. Рифф **(18)**	Работа по результатам*	Работа по результатам*	1. RCADS-25 **(25)**	Работа по результатам*	Работа по результатам*	1. Шкала Спилбергера-Ханина **(40)**; 2. Экспресс-анкетирование «Как с тобой обращаются?» **(15)**; 3. ДОПО, Е.Н. Осин, Д.А. Леонтьев **(15)**	Работа по результатам*	Работа по результатам*	Работа по результатам*
9-11 классы/1-2 курсы	1. Экспресс-анкетирование «Как с тобой обращаются?» **(15)**; 2. Шкала психологического благополучия подростка К. Рифф **(18)**	Работа по результатам*	Работа по результатам*	1. DASS-20 **(20)**	Работа по результатам*	1. Шкала Спилбергера-Ханина **(40)**; 2. Экспресс-анкетирование «Как с тобой обращаются?» **(15)**; 3. ДОПО, Е.Н. Осин, Д.А. Леонтьев **(15)**	Работа по результатам*	Работа по результатам*	Работа по результатам*	Работа по результатам*

ШАГ 2

Согласование с администрацией школы/ колледжа

Договоритесь об условиях работы заранее

Прежде чем приступать к диагностике, согласуйте все детали с администрацией организации образования. Это позволит избежать неожиданностей и обеспечит оптимальный рабочий процесс.

Что нужно согласовать:

– сроки проведения диагностики по графику;
– классы и группы, которые участвуют;
– место проведения: кабинет, аудитория, условия рассадки;
– технические условия: время, доступ, сопровождение.

Почему поддержка администрации имеет важное значение?

Организация диагностики начинается не с заполнения бланков и не с выбора методик, а с формирования общего понимания ее значимости внутри организации образования.

Важно, чтобы администрация воспринимала диагностическую работу не как обязательную формальную процедуру, а как один из ключевых инструментов сохранения психологического благополучия обучающихся. Результаты диагностики позволяют своевременно выявлять трудности адаптации, эмоциональное неблагополучие, признаки социальной изоляции, буллинга, высокий уровень тревожности, кризисные переживания и другие факторы, которые могут оказывать существенное влияние на жизнь ребенка или подростка.

На практике эмоциональные трудности далеко не всегда заметны окружающим. Обучающийся может продолжать посещать занятия, выполнять учебные задания и внешне выглядеть благополучно, при

этом испытывая серьезное внутреннее напряжение, чувство одиночества, тревогу или другие переживания. Именно поэтому психологическая диагностика является не формальностью, а важным элементом системы раннего выявления и профилактики неблагополучия.

Необходимо помнить, что психологическое благополучие ребенка является основой его успешного развития, обучения и социализации. Когда ребенок чувствует себя в безопасности, знает, что его готовы услышать и поддержать, ему значительно легче справляться с учебными нагрузками, строить отношения со сверстниками и преодолевать возникающие трудности.

Эффективная система сопровождения возможна только тогда, когда администрация, педагоги, родители и психолого-педагогическая служба действуют как единая команда. Поддержка администрации позволяет не только качественно организовать диагностическую работу, но и своевременно реализовывать мероприятия по сопровождению обучающихся, нуждающихся в дополнительном внимании и помощи.

Поэтому на этапе подготовки важно не ограничиваться согласованием организационных моментов, а обязательно обсудить с администрацией цели диагностической работы, ее роль в формировании безопасной и поддерживающей образовательной среды, а также порядок дальнейших действий по результатам обследования. Важно, чтобы у всех участников было единое понимание смысла этой работы и общей ответственности за психологическое благополучие обучающихся. Именно с такого профессионального согласования

начинается эффективное взаимодействие, которое затем отражается и в качестве всей системы сопровождения.

Ниже приведен пример того, как педагог-психолог может выстроить такое обсуждение с администрацией.

Здравствуйте, уважаемые коллеги!

Я хотела бы с вами сегодня согласовать график первичной диагностики на учебный год.

Мы в течение года будем смотреть, как себя чувствуют дети в школе/ колледже: как они адаптируются, как справляются с нагрузкой, есть ли у кого-то напряжение, тревога, сложности в общении или просто состояние, когда ребенку тяжело, но он об этом не говорит.

И очень важно, что мы можем это увидеть не тогда, когда уже все стало очевидно и появились сложности, а заранее – на раннем этапе.

График, который я предлагаю, построен так, чтобы мы спокойно, без перегрузки и спешки, прошли по классам и собрали первичную информацию. Он учитывает и возраст детей, и учебную нагрузку, и реальную возможность как дальше с этим работать.

Также график составлен в соответствии с требованиями и едиными сроками проведения диагностических процедур по установленным декадам, при этом конкретные даты были определены внутри организации образования с учетом расписания нашей школы/колледжа.

Я вкратце ознакомлю вас с содержанием диагностик.

В начальной школе мы в первую очередь смотрим адаптацию – как ребенок вообще вошел в школьную жизнь, насколько ему комфортно, как он себя чувствует в классе.

В среднем звене у нас уже начинается период изменений, переходов, и там чаще появляются первые сложности – в общении, в эмоциональном состоянии, в учебной нагрузке.

В старших классах/в колледже мы больше смотрим на эмоциональное состояние подростков – тревожность, усталость, одиночество, внутреннее напряжение, то, как они вообще себя чувствуют в этой системе.

И здесь важно понимать, что диагностика сама по себе – это первый шаг. Самое главное начинается дальше: когда мы смотрим результаты и понимаем, кому нужна поддержка, с кем нужно поработать дополнительно, кого стоит пригласить на консультацию, а где достаточно наблюдения.

Поэтому мне важно, чтобы мы сейчас утвердили этот график как рабочий инструмент, который помогает нам вовремя видеть детей, которым нужна помощь.

И дальше уже спокойно выстраивать сопровождение по результатам.

При необходимости содержание диагностической и последующей психолого-педагогической работы может быть подробно представлено администрации организации образования.

Важно, чтобы администрация не только формально утверждала график, но и была включена в понимание логики работы психолого-педагогической службы, видела практическую ценность диагностики и была заинтересована в дальнейшем сопровождении обучающихся.

ШАГ 3

Получение согласий

Официальное разрешение от родителей или законных представителей

Сбор согласий рекомендуется проводить при непосредственном участии педагога-психолога. Наиболее эффективной практикой является участие педагога-психолога в родительских собраниях, где он может лично познакомиться с родителями, рассказать о целях и задачах психолого-педагогического сопровождения, направлениях своей работы и ответить на возникающие вопросы. При необходимости организационную помощь в сборе согласий могут оказывать классные руководители или кураторы групп.

Личное присутствие педагога-психолога на родительском собрании позволяет установить первый профессиональный контакт, сформировать доверие к психолого-педагогической службе и снизить возможные опасения родителей. Практика показывает, что родители значительно охотнее дают согласие на психологическое сопровождение, когда понимают его смысл, знают, кто будет работать с их ребенком, и уверены, что деятельность специалиста направлена на поддержку, развитие и благополучие обучающегося.

!

Объяснение должно быть простым и понятным. Не «психологическая диагностика», а выявление трудностей адаптации, эмоционального состояния и потребностей ребенка в поддержке.

Перед тем как представить информацию о психологическом сопровождении и попросить согласие, важно не только что вы говорите, но и как вы это делаете. От этого напрямую зависит уровень доверия родителей и их готовность сотрудничать.

1. Говорите спокойно и уверенно

✔ Родители чувствуют интонацию. Спокойная, ровная речь вызывает доверие.

✔ Не нужно торопиться или оправдываться.

2. Избегайте сложных терминов

Фразы вроде *«психодиагностическое обследование»* лучше заменять на *«помощь в понимании состояния ребенка», «выявление трудностей адаптации», «поддержка ребенка в школе».*

3. Не создавайте ощущение проблемы

✔ Не стоит начинать с тревожных формулировок.

✔ Речь должна идти о нормальной, системной работе школы/колледжа, а не о «рисках».

4. Подчеркивайте заботу, а не контроль

Важно, чтобы родитель слышал: *мы не оцениваем ребенка, а поддерживаем его развитие и благополучие.*

5. Говорите от позиции сотрудничества

Не *«мы проводим работу с вашими детьми»*, а *«мы вместе с вами сопровождаем ребенка».*

6. Дайте ощущение прозрачности

Родитель должен понимать:

✔ зачем это делается;

✔ что будет происходить;

✔ как будут использоваться результаты.

Родители охотнее включаются в сотрудничество, когда понимают цели психолого-педагогического сопровождения и видят в педагоге-психологе партнера, заинтересованного в благополучии их ребенка.

Ниже представлен примерный текст выступления, который поможет выстроить доверительный диалог с родителями на первом собрании.

Здравствуйте, уважаемые родители.

Прежде всего, хочу познакомиться с вами и немного рассказать о работе педагога-психолога в нашей школе/колледже.

Основная задача педагога-психолога – содействовать созданию условий, в которых ребенок сможет чувствовать себя комфортно, безопасно и уверенно, успешно адаптироваться к новым требованиям, развивать свои способности, выстраивать отношения со сверстниками и взрослыми, а при возникновении трудностей своевременно получать необходимую поддержку.

Психолого-педагогическое сопровождение включает наблюдение за процессом адаптации обучающихся, профилактическую работу, консультирование детей, родителей и педагогов, проведение развивающих и коррекционных мероприятий, участие в разрешении сложных ситуаций, а также помощь ребенку в периоды возрастных и жизненных изменений.

Я уверена, что каждый ребенок уникален. У каждого свой характер, свои сильные стороны, свои переживания и свой темп развития. Иногда дети открыто рассказывают о своих трудностях, но гораздо чаще переживания остаются незаметными для окружающих. Ребенок может внешне выглядеть спокойным и благополучным, но при этом испытывать тревогу, сложности в общении, адаптации или эмоциональное напряжение.

Именно поэтому психолого-педагогическое сопровождение строится не только на реагировании на уже возникшие проблемы, но

и на их своевременном предупреждении. Одним из важных инструментов такой работы является психологическая диагностика. Она помогает лучше понять, как чувствует себя ребенок, насколько успешно проходит его адаптация, комфортно ли ему в коллективе, есть ли факторы, которые могут негативно влиять на его эмоциональное состояние и развитие.

Важно отметить, что диагностика не является экзаменом, проверкой или оценкой ребенка. Здесь нет правильных или неправильных ответов, хороших или плохих результатов. Ее цель – помочь специалисту увидеть общую картину и при необходимости вовремя организовать поддержку.

Если в ходе работы выявляются вопросы, требующие внимания, мы обязательно обсуждаем их с родителями и совместно определяем дальнейшие шаги. Для нас очень важно выстраивать сотрудничество, потому что наибольшего результата можно добиться только тогда, когда семья и школа/колледж действуют вместе.

Для того чтобы психолого-педагогическое сопровождение вашего ребенка осуществлялось в полном объеме, нам необходимо ваше согласие. Это не просто формальный документ, а возможность для специалиста своевременно оказывать поддержку ребенку, наблюдать его развитие и при необходимости помогать в преодолении возникающих трудностей.

Если у вас возникнут какие-либо вопросы, я всегда готова обсудить с вами лично.

Благодарю вас за доверие, открытость к сотрудничеству и заинтересованность в благополучии ваших детей.

Данное выступление является важной частью первого этапа организации психолого-педагогического сопровождения. От того, насколько ясно, спокойно и профессионально будет донесена его суть, зависит уровень доверия родителей, их готовность к сотрудничеству и успешность всей дальнейшей работы. Педагогу-психологу важно помнить, что в этот момент формируется не только согласие на сопровождение, но и общее отношение семьи к психолого-педагогической службе в организации образования.

ШАГ 4

Подготовка диагностического инструментария

Изучите методики до проведения

Качественная диагностика начинается задолго до встречи с обучающимися. Даже самая надежная и валидная методика может дать искаженные результаты, если ребенок не понял вопрос, растерялся из-за незнакомого слова или постеснялся уточнить инструкцию.

Одна из распространенных ошибок – впервые подробно знакомиться с методикой непосредственно перед проведением или вместе с обучающимися. В результате педагогу-психологу приходится одновременно проводить диагностику, объяснять содержание вопросов и искать ответы на возникающие уточнения.

Чтобы чувствовать себя уверенно и сосредоточиться на детях, а не на бланках, важно заранее изучить весь диагностический материал.

Что необходимо сделать до проведения диагностики?

1. Изучить все обязательные методики

В первую очередь внимательно ознакомьтесь с методиками, которые входят в программу первичной диагностики для соответствующей возрастной группы.

Прочитайте инструкцию, вопросы, порядок проведения и правила интерпретации результатов. Важно понимать не только техническую сторону методики, но и то, какие психологические показатели она оценивает и для чего используется.

Педагог-психолог должен четко представлять, что именно измеряет каждая методика: тревожность, эмоциональное благополучие, адаптацию, переживание одиночества, отношения со сверстниками, факторы риска и другие показатели.

№	Методика	Что позволяет выявить
1	**Схема экспертной оценки социально-психологической адаптации детей к школе (педагоги)**	Трудности школьной адаптации, проблемы поведения, эмоционального реагирования, общения со сверстниками и взрослыми, признаки школьной дезадаптации.
2	**Схема экспертной оценки социально-психологической адаптации детей к школе (родители)**	Особенности адаптации ребенка в домашних условиях, изменения эмоционального состояния, отношения к школе, признаки утомления и напряжения.
3	**Экспресс-анкетирование «Как с тобой обращаются?» (2 класс)**	Риски буллинга, отвержения, обид, унижения, социальной изоляции и других неблагоприятных форм взаимодействия среди обучающихся.
4	**«Выявление тревожности у пятиклассников» О.Н. Хмельницкой**	Тревожность, связанную с переходом в среднее звено, адаптационные трудности, эмоциональное напряжение и школьные переживания.
5	**Шкала благополучия подростка К. Риффа**	Снижение психологического благополучия, неудовлетворенность собой, трудности самопринятия, ощущение отсутствия жизненных целей и ресурсов.
6	**RCADS-25**	Признаки тревожных расстройств и депрессивных проявлений, требующих дополнительного внимания и углубленной диагностики.

7	**Экспресс-анкетирование «Как с тобой обращаются?» (5–7 класс)**	Буллинг, виктимизацию, социальное исключение, психологическое давление со стороны сверстников.
8	**Экспресс-анкетирование «Как с тобой обращаются?» (8–11 класс)**	Риски травли, кибербуллинга, социальной изоляции, нарушения психологической безопасности в коллективе.
9	**ДОПО**	Субъективное переживание одиночества, эмоциональную изоляцию, дефицит поддерживающих отношений и риск социальной отстраненности.
10	**DASS-20**	Симптомы депрессии, тревоги и стресса, уровень эмоционального неблагополучия и психологической нагрузки.
11	**Методика Спилбергера–Ханина**	Ситуативную тревожность (здесь и сейчас) и личностную тревожность как устойчивую индивидуальную особенность.

!

Обратите внимание

Во всех диагностических методиках первичной диагностики присутствует заключительный вопрос:

«Мне хочется, чтобы взрослые мне помогли».

Этот вопрос является одним из наиболее значимых для педагога-психолога.

Не каждый ребенок готов открыто рассказать о своих переживаниях, трудностях или попросить о помощи во время беседы. Многие дети и подростки стараются справляться самостоятельно, скрывают свои чувства или опасаются, что их не поймут. Часто дети могут выбрать социально одобряемый вопрос. Поэтому ответ на данный вопрос нередко становится своеобразным сигналом о потребности ребенка в поддержке.

Фактически этот вопрос предоставляет ребенку возможность безопасно сообщить взрослым о том, что ему нужна помощь, поддержка, внимание или просто разговор с человеком, которому можно доверять.

Поэтому рекомендуется рассматривать ответы на данный вопрос как один из приоритетных ориентиров при определении обучающихся, которым может потребоваться дополнительная беседа, наблюдение или дальнейшее психолого-педагогическое сопровождение. Иногда именно этот ответ становится первым и единственным способом, которым ребенок сообщает о своих трудностях.

На что обратить внимание при изучении диагностических методик?

Перед проведением диагностики важно внимательно ознакомиться не только с инструкцией и правилами подсчета результатов, но и с содержанием самой методики. За каждым вопросом, шкалой и показателем стоят определенные психологические явления, понимание которых напрямую влияет на качество дальнейшей интерпретации.

В работе педагога-психолога недостаточно просто получить баллы и определить уровень по шкале. Гораздо важнее понимать, что именно стоит за тем или иным показателем, как он может проявляться в поведении обучающегося и какое значение имеет для дальнейшего сопровождения.

Некоторые термины и психологические показатели встречаются в профессиональной литературе достаточно часто, однако в повседневной практике используются реже. Другие могут иметь более широкий смысл, чем, кажется на первый взгляд. Поэтому перед проведением диагностики полезно еще раз обратиться к описанию

шкал, изучить содержание показателей и при необходимости дополнительно ознакомиться с их психологическим значением.

Такой подход позволяет не просто провести диагностику и получить результаты, а действительно понимать, о чем говорят диагностические данные, на что следует обратить внимание в первую очередь и какие выводы можно делать по итогам проведенной работы.

Давайте остановимся на некоторых методиках

«Как с тобой обращаются?» *(2 – 11 классы)*

При работе с методикой «Как с тобой обращаются?» важно обращать внимание не только на итоговый балл, но и на отдельные ответы обучающегося. Иногда именно один ответ может сообщить педагогу-психологу гораздо больше, чем общий результат всей анкеты.

Критические маркеры – это ответы, которые могут указывать на ситуацию, представляющую угрозу для физического или психологического благополучия ребенка. Это своеобразный сигнал тревоги, который говорит специалисту:

«На эту ситуацию нужно обратить внимание прямо сейчас»

Если ребенок отвечает **«Всегда»** на вопросы **№3 или №7**, это может свидетельствовать о **регулярном физическом воздействии, систематическом унижении, жестоком обращении или длительной травле.** Один ответ еще не является доказательством происходящего насилия, но он является достаточным основанием для того, чтобы не оставлять ситуацию без внимания.

В таких случаях педагог-психолог не ждет результатов следующих диагностик и не ограничивается анализом общего балла. Необходимо провести дополнительное изучение ситуации, беседу и оценить уровень риска для ребенка.

Маркеры насилия – это ответы, которые сами по себе еще не говорят о наличии насилия, но могут указывать на неблагополучие, нарушение чувства безопасности, эмоциональное давление или жестокое обращение.

Можно представить их как предупреждающие сигналы, которые требуют более внимательного взгляда на ситуацию.

Например, ребенок может регулярно сталкиваться с унижением, грубым обращением, угрозами, запугиванием, агрессией со стороны сверстников или взрослых. По отдельности такие ответы могут не давать высокого общего балла по методике, однако в совокупности они помогают увидеть проблему, которая еще не стала очевидной.

Именно поэтому при анализе результатов важно смотреть не только на итоговые показатели, но и на содержание конкретных ответов.

Практическое правило

! Высокий общий балл показывает уровень риска. Критические маркеры и маркеры насилия показывают, где именно может скрываться проблема.

Иногда один отмеченный пункт может стать первым сигналом о ситуации, в которой ребенку необходима помощь взрослых.

REVISED CHILD ANXIETY AND DEPRESSION SCALE – 25

(пересмотренная шкала тревоги и депрессии у детей)

Особо значимые индикаторы: на какие ответы необходимо обратить особое внимание

При анализе результатов важно смотреть не только на итоговые баллы по шкалам, но и на отдельные вопросы, ответы на которые могут указывать на состояния, требующие дополнительного внимания со стороны педагога-психолога.

Некоторые ответы являются значимыми независимо от общего результата методики и требуют качественного анализа, уточняющей беседы и оценки дальнейших действий.

Вопрос 18. Мысли о смерти

Данный вопрос относится к числу наиболее значимых индикаторов и требует обязательного внимания специалиста.

Если обучающийся указывает, что подобные мысли возникают у него часто или постоянно, это может означать, что тема смерти занимает определенное место в переживаниях ребенка или подростка и требует более внимательного изучения.

Важно помнить, что мысли о смерти могут возникать по разным причинам. У детей и подростков это не всегда связано с суицидальными намерениями или выраженным эмоциональным неблагополучием. Иногда подобные размышления носят философский или возрастной характер и связаны с поиском ответов на вопросы о смысле жизни, взрослении, будущем, ценности человеческой жизни и неизбежности смерти.

Вместе с тем мысли о смерти могут быть связаны и с эмоциональными трудностями: сильным внутренним напряжением, чувством одиночества, переживанием потери, длительной тревогой, депрессивными переживаниями, кризисной ситуацией или ощущением безысходности.

Поэтому любой положительный ответ на данный вопрос является основанием для приглашения обучающегося на индивидуальную беседу и более детального изучения его эмоционального состояния. Основная задача такой встречи – спокойно и бережно уточнить содержание переживаний ребенка или подростка, понять, какой смысл

он вкладывает в свои мысли, оценить наличие факторов риска и определить необходимость дальнейшего сопровождения.

> ***Практическое правило***
>
> Мысли о смерти никогда не следует игнорировать или объяснять только возрастными особенностями. Любое упоминание подобных мыслей требует профессионального внимания.

Вопросы 12, 17, 23. Навязчивые мысли и действия

Эти вопросы помогают обратить внимание на то, что у ребенка могут быть навязчивые мысли или повторяющиеся действия.

Навязчивые мысли – это когда одна и та же мысль «застревает» в голове и постоянно возвращается, даже если ребенку она неприятна, и он не хочет о ней думать.

Например,

«А вдруг что-то плохое случится?»

«Я точно все сделал правильно?»

«А если я ошибся?»

Такие мысли могут крутиться снова и снова и мешать спокойно учиться, отдыхать или общаться.

Навязчивые действия – это когда ребенок как будто «вынужден» что-то повторять, чтобы стало спокойнее внутри. Он может делать это не потому, что хочет, а потому что иначе становится тревожно. Ребенку кажется, что если он будет делать определенные вещи, то он контролирует ситуацию и ничего плохого не будет.

Например,

– много раз проверять, закрыл ли дверь или выключил ли свет;

– пересчитывать предметы снова и снова;

– ***несколько раз переписывать одно и то же задание;***

– ***повторять одни и те же действия «чтобы стало спокойно».***

> **!** ***Важно отдельно подчеркнуть***
>
> Даже если у ребенка в ответах встречаются признаки навязчивых мыслей или действий, это не означает наличие диагноза ОКР (обсессивно-компульсивного расстройства).

По результатам анкет, опросников или первичной диагностики **нельзя ставить медицинские диагнозы и делать клинические выводы**. Это не инструмент диагностики психических расстройств, а способ увидеть возможные трудности и уровень внутреннего напряжения ребенка.

ОКР может определить только специалист клинического профиля (врач-психиатр или клинический психолог) после полноценного обследования. Но такие ответы могут говорить о том, что у ребенка есть внутреннее напряжение, с которым ему сложно справляться самостоятельно.

Это может проявляться так:

1. ***частая тревожность*** – ребенок много переживает даже в обычных ситуациях, легко «накручивает» себя, ожидает, что может случиться что-то плохое;

2. ***постоянные сомнения*** – ему трудно быть уверенным в своих действиях, он может много раз мысленно возвращаться к одному и тому же: «а правильно ли я сделал?», «а вдруг я ошибся?»;

3. ***внутреннее напряжение*** – у ребенка может быть ощущение, что он все время «на взводе», ему трудно расслабиться, даже когда внешне все спокойно;

4. ***способы самоуспокоения через повторения*** – он может много раз перепроверять, пересчитывать, повторять действия или мысли, потому что так ему становится немного спокойнее внутри.

Важно: это не «плохое поведение» и не каприз. Чаще всего это способ ребенка справиться с тревогой, и попытка вернуть себе чувство контроля и спокойствия.

Если такие ответы встречаются часто или выражены сильно, лучше пригласить ребенка на спокойную индивидуальную беседу.

Задача педагога-психолога в этом случае – понять, что именно вызывает тревогу и напряжение, и нужна ли ребенку поддержка.

Вопросы 11 и 14. Физиологические проявления тревоги

Эти вопросы направлены не на мысли и переживания, а на то, как тревога проявляется в теле.

Иногда ребенок сам не может объяснить словами, что с ним происходит, но его организм уже реагирует на стресс. В таких случаях тревога «выходит через тело».

За такими симптомами часто могут скрываться разные состояния, например,

– высокая общая тревожность;

– сильное эмоциональное напряжение;

– стрессовые ситуации в школе или дома;

– перегрузка (учебная, эмоциональная, социальная);

– панические реакции.

Паническая реакция – это состояние, когда у ребенка внезапно резко включается сильный страх или тревога, хотя реальной опасности в этот момент может не быть. ***Ребенку становится очень страшно***

или плохо «внутри тела», и он не понимает, почему это происходит.

Как это может проявляться у ребенка в жизни?

Если у ребенка выражены такие симптомы, он может:

1. часто жаловаться на «плохое самочувствие» без ясной причины (живот, голова, слабость);
2. резко «выключаться» из деятельности – становится бледным, вялым, говорит, что ему плохо;
3. избегать школы или отдельных ситуаций, потому что «там становится плохо»;
4. резко пугаться в обычных ситуациях, как будто тело реагирует сильнее, чем сама ситуация;
5. не понимать, почему ему плохо, и не уметь объяснить свое состояние.

Почему это может быть:

1. реакция на длительный стресс;
2. накопленная тревога;
3. последствия конфликтов или небезопасной среды;
4. отсутствие отдыха;
5. эмоциональная перегрузка;
6. сильная усталость;
7. внутреннее напряжение, которое долго не выходило.

При панических реакциях у ребенка может появляться:

1. дрожь, озноб, сильный пот;
2. ощущение, что он «теряет контроль» или «сейчас что-то случится»;
3. нарушения работы желудочно-кишечного тракта (дискомфорт в животе, нестабильный стул, учащенные позывы);
4. тошнота, иногда вплоть до рвотных реакций;

5. учащенное мочеиспускание без медицинских причин;
6. может резко сказать: «Мне плохо», «Я сейчас упаду», «Мне страшно»;
7. сильное сердцебиение, как будто «сердце выскакивает»;
8. ощущение нехватки воздуха;
9. резкая бледность или краснота лица или тела;
10. жалобы на сильную слабость или головокружение;
11. просьба срочно выйти, уйти, прекратить занятие.

Для ребенка это переживается ***очень реально*** и ***очень страшно.***

Он не «придумывает» и не «преувеличивает» – его организм действительно реагирует как на опасность.

Паническая реакция:

- не является симуляцией;
- не является капризом;
- не является диагнозом сама по себе.

Это сигнал о том, что у ребенка система стресса перегружена и он не справляется с напряжением привычными способами.

Часто ребенок в этот момент:

- пугается самого состояния;
- начинает бояться, что это повторится;
- может избегать школы, кабинетов, ситуаций, где уже было плохо.

Они показывают, что:

- у ребенка может быть высокий уровень напряжения;
- он может не справляться со стрессом в моменте;
- телесные реакции стали способом «сигнализировать» о перегрузке.

Поэтому очень важно не ограничиваться анкетой:

– спокойно поговорить с ребенком и уточнить, когда это происходит;

– понять частоту и условия появления симптомов;

– посмотреть, есть ли стрессовые ситуации в школе или семье;

– сопоставить данные с наблюдением и другими методиками;

– при необходимости направить на углубленную диагностику и сопровождение.

Главная мысль

Если у ребенка «говорит тело» – значит, ему сложно справляться с эмоциями словами, и это всегда повод для внимательного, но спокойного изучения ситуации, а не для быстрых выводов.

Дифференциальный опросник переживания одиночества

Что означают основные показатели методики ДОПО?

Высокое одиночество

Одиночество – это не количество людей вокруг ребенка, а его внутреннее ощущение. Ребенок может находиться среди друзей, одноклассников и семьи, но при этом чувствовать себя непонятым, ненужным или эмоционально отдаленным от окружающих.

Высокое одиночество говорит о том, что ребенок испытывает выраженный дефицит эмоциональной близости, поддержки или чувства принадлежности.

«Вокруг есть люди, но я все равно чувствую себя один».

Низкое одиночество

Ребенок чувствует себя принятым, нужным и включенным в отношения с окружающими.

«Я не чувствую себя одиноким, рядом есть люди, которые меня понимают».

Высокое уединение

Уединение – это способность спокойно находиться наедине с собой и использовать это время для отдыха, размышлений, восстановления сил или любимых занятий. Высокий показатель не означает замкнутость или проблемы в общении.

«Мне хорошо и спокойно наедине с собой».

Низкое уединение

Ребенку трудно оставаться одному. Одиночество может вызывать скуку, тревогу, внутренний дискомфорт или постоянную потребность чем-то себя занять.

«Мне некомфортно оставаться одному».

Высокая зависимость от общения

Ребенок сильно нуждается в постоянном контакте с другими людьми. Отношение окружающих существенно влияет на его настроение, самооценку и эмоциональное состояние.

«Мне очень важно, чтобы рядом всегда кто-то был».

Низкая зависимость от общения

Ребенок не испытывает постоянной потребности в общении и может комфортно проводить время как с другими людьми, так и самостоятельно.

«Я могу быть с людьми, а могу быть один – мне одинаково спокойно».

Сочетания показателей «одиночество – уединение / зависимость»

Сочетание	Суть	Психологическая интерпретация	Как проявляется у ребенка	Интерпретация для педагога-психолога
Высокое одиночество + низкое уединение	*«Одиноко и плохо даже наедине с собой»*	Эмоциональная изоляция без ресурса восстановления	Чувствует одиночество, но одиночество не облегчает состояние, а усиливает тревогу и напряжение	Уязвимый профиль. Возможны тревожно-депрессивные реакции, эмоциональное истощение. Требует индивидуальной беседы
Высокое одиночество + высокая зависимость	*«Очень нужен контакт, но он не дает чувства принятия»*	Тревожная потребность в отношениях при дефиците принятия	Сильная потребность в общении + ощущение отверженности	Замкнутый круг: потребность в контакте усиливает тревогу. Нужен анализ отношений в коллективе.
Низкое одиночество + низкое уединение	*«Хорошо с людьми, но плохо без них»*	Социальная включенность при трудности быть одному	Комфортно в группе, но одиночество вызывает дискомфорт	Зона развития: саморегуляция и устойчивость к одиночеству
Низкое одиночество + высокое уединение	*«Есть люди – хорошо. Нет людей – тоже спокойно»*	Эмоциональная устойчивость и сбалансированная социальность	Спокойно чувствует себя и в общении, и наедине с собой	Оптимальный вариант. Показатель психологического благополучия
Высокое уединение + низкая зависимость	*«Мне хорошо наедине с собой»*	Автономность и ресурсное одиночество	Комфорт в одиночестве, отсутствие тревоги без общения	Ресурсный тип. Важно исключить социальную изоляцию

Как использовать результаты ДОПО в практике:

Результаты дифференциального опросника переживания одиночества важно рассматривать не по отдельным шкалам, а в их сочетании между собой. Именно комбинации показателей дают наиболее точное понимание того, как ребенок переживает отношения с окружающими и свое внутреннее состояние.

Важно помнить, что одинаковый высокий или низкий показатель может иметь разный психологический смысл в зависимости от других шкал. Например, один и тот же уровень одиночества у разных детей может говорить, как о временной эмоциональной реакции, так и о более устойчивом дефиците поддержки и значимых отношений.

Поэтому задача педагога-психолога заключается не в том, чтобы «оценить уровень одиночества», а в том, чтобы понять:

– чувствует ли ребенок себя включенным в отношения;

– есть ли у него эмоциональная опора;

– может ли он быть один без внутреннего дискомфорта;

– или наоборот, одиночество становится для него источником напряжения.

Особенно важно обращать внимание на сочетания показателей, которые указывают на внутренний дисбаланс: когда ребенку одновременно трудно быть одному и трудно чувствовать себя принятым в общении. Такие профили требуют более внимательного изучения и, при необходимости, углубленной диагностики и проведения беседы с ребенком.

! **Главная мысль:** одиночество – это не просто отсутствие общения, а качество внутреннего переживания отношений. И именно это переживание является ключевым для понимания психологического состояния ребенка.

Важно помнить

Не все дети и подростки одинаково относятся к общению и времени, проведенному наедине с собой. Некоторые обучающиеся по своим личностным особенностям предпочитают более спокойный круг общения, любят проводить время в одиночестве, заниматься своими увлечениями, читать, рисовать, играть или размышлять. Само по себе стремление к уединению не является признаком неблагополучия.

Кроме того, переживание одиночества не всегда связано с реальным отсутствием поддержки со стороны окружающих. Особенно часто это встречается в подростковом возрасте.

Подросток может иметь любящих родителей, друзей, поддержку педагогов и при этом искренне чувствовать себя непонятым, одиноким или эмоционально отдаленным от других людей. В таких случаях речь идет не столько об объективной ситуации, сколько о субъективном переживании самого подростка.

Именно поэтому педагогу-психологу важно не только оценивать результаты методики, но и выяснять:

- как сам ребенок понимает свое одиночество;
- когда появились эти переживания;
- с чем он их связывает;
- есть ли у него значимые взрослые и близкие отношения;

– насколько эти переживания влияют на его эмоциональное состояние и повседневную жизнь.

Главный вопрос для педагога-психолога заключается не в том, есть ли вокруг ребенка люди, а в том, чувствует ли он себя понятым, принятым и эмоционально связанным с ними. Именно это позволяет отличить возрастные переживания, особенности характера и потребность в уединении от ситуации, которая действительно требует дополнительного внимания и сопровождения.

Остальные показатели, используемые в методиках первичной диагностики, как правило, имеют достаточно понятные и однозначные названия, поэтому обычно не вызывают затруднений при интерпретации. В случае необходимости рекомендуется дополнительно ознакомиться с описанием шкал и авторской интерпретацией методики перед ее применением.

Несмотря на понятные для специалиста формулировки, отдельные вопросы могут вызывать затруднения у обучающихся, поэтому важно заранее продумать, как при необходимости объяснить их простыми и доступными словами, не изменяя первоначального смысла.

2. Найти вопросы, которые могут вызвать затруднения у детей и подростков

После ознакомления с методикой полезно посмотреть на нее глазами ребенка или подростка.

Задайте себе несколько вопросов:

- Все ли формулировки будут понятны обучающимся?
- Есть ли слова, которые редко используются в повседневной речи?

– Может ли ребенок неверно понять смысл вопроса?

– Не вызовет ли формулировка дополнительную тревогу или смущение?

Особенно это актуально для обучающихся младшего и среднего возраста, а также для подростков с низким уровнем читательской грамотности.

3. Подготовить понятные объяснения сложных формулировок

Если в методике встречаются слова или выражения, которые могут быть непонятны детям, заранее продумайте нейтральные пояснения.

Важно помнить

Объяснение не должно подсказывать ответ или менять смысл вопроса. Его задача – помочь ребенку понять формулировку. Рекомендуется заранее составить собственный список сложных слов и возможных пояснений, чтобы при проведении диагностики отвечать спокойно и одинаково всем обучающимся.

Слово или выражение	Возможное пояснение
Эмоциональное напряжение	Сильное внутреннее переживание или беспокойство
Подавленность	Когда долго нет настроения и ничего не радует
Изоляция	Когда человек чувствует себя отдельно от других
Благополучие	Насколько человеку хорошо и комфортно в жизни

Давайте остановимся на конкретных методиках и вопросах первичной диагностики, которые могут вызвать вопросы у учеников.

Шкала благополучия подростка

Для вопросов важно не пересказывать смысл полностью и не подсказывать ответ, а только помочь ребенку понять формулировку.

№ вопроса	Слово или выражение	Возможное пояснение
10	**Я думаю, жизнь ничего не стоит**	1. Тебе кажется, что в жизни нет ничего важного? 2. Бывает так, что тебе сложно увидеть что-то хорошее в жизни? 3. Бывает ли так, что ты не чувствуешь радость от жизни? 4. Бывает, что тебе кажется, что жизнь стала скучной и неинтересной?
17	**Я чувствую себя так грустно, что едва могу это вынести**	1. Здесь спрашивается, бывает ли тебе настолько грустно или тяжело, что справляться с этими чувствами очень сложно. 2. Есть ли такое ощущение, что грусть стала такой большой, что тебе тяжело с ней? 3. Бывает такое ощущение, что тебе так грустно, что кажется, что это очень сложно терпеть? 4. Бывает ли тебе настолько грустно, что становится очень тяжело? 5. Бывает ли тебе очень-очень грустно?

Revised Child Anxiety And Depression Scale – 25

Варианты простых пояснений

№ вопроса	Формулировка	Возможное пояснение
15	**Я не могу ясно думать**	1. Бывает такое ощущение, будто в голове все запуталось? 2. Тебе сложно собраться с мыслями? 3. Бывает так, что тебе сложно понять, о чем ты думаешь? 4. Бывает так, будто мысли перепутались? 5. Тебе легко разбираться в своих мыслях или бывает, что ты путаешься? 6. Бывает ли, что тебе трудно сосредоточиться или разобраться в своих мыслях?

16	**Я чувствую себя бесполезным/бесполезной**	1. Бывает, что тебе кажется, что ты не можешь помочь так, как хотелось бы? 2. Тебе кажется, что сейчас ты никому не можешь помочь? 3. Тебе грустно, потому что думаешь, что от тебя мало пользы? 4. Тебе кажется, что у тебя ничего не получается? 5. Тебе кажется, что ты не делаешь ничего важного?
17	**Я думаю особым образом, чтобы не случилось ничего плохого**	1. Бывает так, что тебе кажется, если ты будешь думать или делать правильно, то плохого не случится? 2. Тебе кажется, что иногда ты веришь, что твои мысли или действия могут защитить от неприятностей?
23	**Иногда я делаю некоторые вещи по-особому, чтобы ничего плохого не случилось**	3. Бывает так, что ты думаешь о хорошем, потому что боишься, что иначе может произойти что-то плохое? 4. Бывает ли так, что тебе кажется, что от твоих мыслей зависит случится что-то плохое или нет? 5. Бывает ли, что ты специально повторяешь какие-то мысли или слова, чтобы все было хорошо? 6. Бывает ли, что ты специально делаешь что-то определенным способом, чтобы не произошло чего-то плохого?

!

Важно помнить

Если ребенок все равно не понимает вопрос, лучше еще раз спокойно объяснить отдельные слова, а не приводить примеры из жизни, которые могут повлиять на его ответ.

ДЕПРЕССИЯ, ТРЕВОГА, СТРЕСС

(DASS-20)

Вопросы, которые могут вызвать затруднения

№ вопроса	Формулировка	Возможное пояснение
14	**На прошлой неделе я нетерпимо относился(-лась) ко всему, что**	1. На прошлой неделе тебя сильно раздражало, когда тебе мешали или отвлекали от дел?

	мешало мне заниматься тем, что я делаю	2. На прошлой неделе, ты злилась, когда что-то отвлекало тебя от того, что ты делала? 3. На прошлой неделе тебя сильно раздражало, когда тебе мешали заниматься своими делами?
15	**На прошлой неделе я ощущал(-а), что я близок(-ка) к панике**	1. Было ли ощущение, что тебя охватывает очень сильный страх или тревога и становится трудно себя контролировать? 2. Было ли ощущение, что тревога была такой сильной, что тебе становилось страшно? 4. Было ли ощущение, что ты чувствовала так, будто внутри все дрожит от волнения? 5. Было ли такое ощущение, что тебе очень тревожно и страшно, что ты не мог(-ла) успокоиться?
16	**На прошлой неделе я был(-а) не в состоянии проявлять энтузиазм по отношению к чему-либо**	1. Было ли так, что тебе ничего не хотелось и ничего не вызывало интереса? 2. Было ли так, что тебе ничего не хотелось делать с интересом? 3. Чувствовал ли ты, что на прошлой неделе тебе было сложно чувствовать интерес?
20	**На прошлой неделе я ощущал(-а) безосновательный страх**	1. Было ли чувство страха или тревоги, когда вроде бы ничего плохого не происходило? 2. Было ли тебе страшно, хотя ты не понимал почему? 3. Чувствовал ли ты тревогу и страх без причины?

МЕТОДИКА ОЦЕНКИ ТРЕВОЖНОСТИ

Бланк 1. Шкала ситуативной тревожности

№ вопроса	Формулировка	Возможное пояснение
2	**Мне ничто не угрожает**	1. Тебе кажется, что с тобой все будет хорошо? 2. Тебе кажется, что с тобой ничего плохого не случится? 3. Есть уверенность, что все у тебя в порядке и спокойно?

3	**Я нахожусь в напряжении**	1. Тебе сейчас неспокойно внутри? 2. Ты сейчас чувствуешь, что тебе сложно расслабиться? 3. Тебе сейчас тяжело успокоиться? 4. Ты сейчас волнуешься?
4	**Я испытываю сожаление**	1. Бывает, ты жалеешь о том, что сделал? 2. Бывает, что тебе кажется, что можно было сделать иначе? 3. Ты жалеешь о чем-то, что сделал? 4. Бывает чувство, что тебе грустно, из-за того, что случилось?
7	**Меня волнуют возможные неудачи**	1. Ты переживаешь, что может что-то не получится? 2. Тебе страшно, что у тебя не выйдет что-то, когда ты берешься за новое дело? 3. Ты думаешь о том, что может не получиться? 4. Ты боишься ошибаться? 5. Тебе тревожно из-за того, что что-то может пойти не так? 6. Ты волнуешься, что у тебя не получится?
9	**Я встревожен**	1. Ты сейчас волнуешься? 2. Тебе сейчас тревожно? 3. Ты сейчас переживаешь? 4. Тебе сейчас не спокойно? 5. Ты сейчас как будто ждешь, что может случится что-то плохое? 6. Тебе сейчас страшно или у тебя есть странные ощущения, которые сложно описать?
10	**Я испытываю чувство внутреннего удовлетворения**	1. Тебе приятно от того, что ты делаешь? 2. Ты чувствуешь, что тебе хорошо от того, что получилось? 3. Ты доволен(-льна) тем, что сделал(-а)? 4. Тебе нравится то, что у тебя получилось? 5. Ты чувствуешь радость от своих дел? 6. Тебе хорошо внутри, когда ты что-то делаешь?
12	**Я нервничаю**	1. Ты сейчас волнуешься? 2. Ты сейчас переживаешь? 3. Тебе сейчас не спокойно? 4. Ты сейчас как будто не можешь успокоиться?
13	**Я не нахожу себе места**	1. Тебе трудно спокойно сидеть? 2. Ты не можешь успокоиться?

		3. Ты все время двигаешься и не можешь остановиться? 4. Ты чувствуешь, что тебе трудно сидеть на месте? 5. Ты волнуешься и не можешь расслабиться?
14	**Я взвинчен**	1. Ты раздражен и тебе сложно успокоиться? 2. Тебя сейчас все раздражает и трудно быть спокойным? 3. Тебе сейчас трудно успокоиться, и ты злишься быстрее обычного?
15	**Я не чувствую скованности, напряженности**	1. Тебе трудно расслабиться? 2. Ты чувствуешь, что все тело как будто зажато, как будто болит? 3. Ты как будто весь напряжен и не можешь расслабиться?
17	**Я озабочен**	1. Ты сейчас о чем-то переживаешь? 2. Тебя сейчас что-то волнует? 3. Ты сейчас о чем-то думаешь и не можешь перестать? 4. Тебе сейчас что-то не дает покоя? 5. Ты сейчас думаешь о какой-то проблеме?
18	**Я слишком возбужден и мне не по себе**	1. Ты сейчас очень волнуешься и тебе не по себе? 2. Тебе сейчас трудно успокоиться? 3. Ты сейчас очень переживаешь и тебе некомфортно? 4. Тебе сейчас неспокойно и трудно успокоиться?

Бланк 2. Шкала личностной тревожности

№ вопроса	Формулировка	Возможное пояснение
21	**Я испытываю удовольствие**	1. Бывает ли тебе приятно и радостно? 2. Умеешь ли радоваться разным вещам? 3. Тебе часто что-то нравится и приносит радость? 4. Получаешь ли ты радость от того, что делаешь? 5. Здесь спрашивается, бывает ли тебе радостно и приятно от того, что происходит в твоей жизни?
24	**Я хотел бы быть таким же счастливым, как другие люди**	1. Бывает ли, тебе кажется, что другие люди счастливее тебя? 2. Бывает ли ощущение, что другим живется лучше или радостнее?

		3. Смотришь ли ты иногда на других и думаешь: «Я тоже хотел(-а) бы быть таким(-ой) счастливым(-ой)»? 4. Кажется ли тебе иногда, что у других все складывается лучше, чем у тебя? 5. Бывает ли, что ты завидуешь тому, как радуются другие люди? 6. Чувствуешь ли ты иногда, что тебе не хватает радости по сравнению с другими?
25	**Нередко я проигрываю из-за того, что недостаточно быстро принимаю решения**	1. Бывает ли, что ты долго думаешь и из-за этого упускаешь возможность что-то сделать? 2. Случается ли, что ты не можешь быстро выбрать или решить, как поступить? 3. Бывает ли, что другие успевают раньше тебя, потому что ты долго принимаешь решение? 4. Трудно ли тебе иногда быстро решить, что делать дальше? 5. Бывает ли, что из-за долгих раздумий ты не успеваешь сделать то, что хотел(-а)?
26	**Обычно я чувствую себя бодрым**	1. Обычно у тебя хватает сил и энергии? 2. Чаще всего ты чувствуешь себя полным(-ой) сил? 3. Обычно ты чувствуешь себя активным(-ой)? 4. Чаще всего ты не чувствуешь себя уставшим(-ей)? 5. Обычно тебе хватает сил на учебу, игры и другие дела? 6. Чаще всего ты чувствуешь себя энергичным(-ой)?
27	**Я спокоен, хладнокровен и собран**	1. Обычно тебе удается сохранять спокойствие? 2. Чаще всего ты остаешься спокойным(-ой), даже если что-то идет не так? 3. Легко ли тебе сохранять спокойствие в разных ситуациях? 4. Обычно ты не сильно нервничаешь и можешь спокойно думать? 5. Получается ли у тебя сохранять спокойствие, когда возникают трудности?
28	**Ожидаемые трудности обычно очень беспокоят меня**	1. Ты сильно переживаешь из-за того, что может случиться? 2. Бывает ли, что ты заранее сильно волнуешься о предстоящих событиях?

		3. Часто ли ты переживаешь еще до того, как что-то произошло? 4. Случается ли, что мысли о будущих делах или событиях сильно тебя тревожат? 5. Бывает ли, что ты заранее накручиваешь себя перед важными событиями?
29	**Я слишком переживаю из-за пустяков**	1. Бывает ли, что ты сильно переживаешь из-за мелочей? 2. Часто ли тебя расстраивают вещи, которые другим кажутся не очень важными? 3. Случается ли, что ты долго переживаешь из-за небольших проблем? 4. Бывает ли, что даже маленькие неприятности сильно тебя волнуют?
31	**Я принимаю все близко к сердцу**	1. Бывает ли, что тебя легко обидеть или расстроить? 2. Часто ли ты долго переживаешь из-за слов или поступков других людей? 3. Сильно ли тебя задевают неприятные слова или ситуации? 4. Бывает ли, что ты долго думаешь о том, что тебя расстроило? 5. Часто ли ты переживаешь из-за того, что сказали или сделали другие?
33	**Обычно я чувствую себя в безопасности**	1. Чаще всего ты чувствуешь, что тебе ничего не угрожает? 2. Обычно ты чувствуешь себя спокойно и защищенно? 3. Обычно ты не боишься того, что может что-то плохое случиться? 4. Обычно ты чувствуешь себя спокойно, и тебе ничего не угрожает? 5. Чаще всего тебе спокойно там, где ты находишься? 6. Обычно тебе не страшно дома, в школе или там, где ты бываешь? 7. Чаще всего ты чувствуешь, что с тобой все в порядке и ничего плохого не происходит? 8. Обычно ты не чувствуешь страха или тревоги за свою безопасность?
34	**Я стараюсь избегать**	1. Ты стараешься не попадать в сложные или неприятные ситуации?

	критических ситуаций и трудностей	2. Бывает ли, что ты стараешься избегать трудностей? 3. Ты обычно стараешься не ввязываться в сложные ситуации? 4. Ты избегаешь ситуаций, где может быть трудно или неприятно? 5. Стараешься ли ты не делать то, что может привести к проблемам?
35	**У меня бывает хандра**	1. Бывает ли у тебя плохое настроение без особой причины? 2. Иногда тебе бывает грустно и ничего не хочется делать? 3. Бывает ли у тебя состояние, когда ты чувствуешь грусть и упадок сил? 4. Случается ли, что тебе просто грустно и не хочется ничего? 5. Бывает ли у тебя «плохое настроение», когда все кажется неинтересным?
36	**Я доволен**	1. Ты доволен тем, как у тебя все складывается? 2. Тебя в целом устраивает твоя жизнь сейчас? 3. Чаще всего ты чувствуешь, что у тебя все хорошо? 4. Ты обычно чувствуешь себя довольным собой и своей жизнью? 5. Тебе в целом нравится, как у тебя идут дела?
37	**Всякие пустяки отвлекают и волнуют меня**	1. Бывает ли, что тебя легко отвлекают и волнуют разные мелочи? 2. Часто ли разные небольшие вещи мешают тебе сосредоточиться? 3. Бывает ли, что ты начинаешь переживать из-за мелких вещей? 4. Тебя легко отвлекают разные не очень важные дела или ситуации? 5. Случается ли, что из-за небольших проблем ты начинаешь волноваться? 6. Бывает ли, что разные мелочи мешают тебе спокойно думать или работать?
38	**Я так сильно переживаю свои разочарования, что потом долго**	1. Бывает ли, что ты долго переживаешь из-за того, что тебя расстроило? 2. Случается ли, что ты долго не можешь забыть неприятные ситуации?

	не могу забыть о них	3. Ты долго думаешь о том, что тебя разочаровало или огорчило? 4. Бывает ли, что неприятные события долго не выходят у тебя из головы? 5. Сложно ли тебе быстро перестать думать о том, что тебя расстроило? 6. Бывает ли, что ты долго переживаешь из-за своих неудач или разочарований?
39	**Я уравновешенный человек**	1. Ты обычно спокойный и уравновешенный человек? 2. Можно ли сказать, что ты чаще всего сохраняешь спокойствие? 3. Ты обычно спокойно реагируешь на разные ситуации? 4. Чаще всего ты остаешься спокойным и не сильно переживаешь? 5. Легко ли тебе сохранять спокойствие в разных ситуациях?
40	**Меня охватывает сильное беспокойство, когда я думаю о своих делах и заботах**	1. Бывает ли, что ты сильно волнуешься, когда думаешь о своих делах? 2. Случается ли, что мысли о делах и заботах сильно тебя тревожат? 3. Ты сильно переживаешь, когда думаешь о своих делах? 6. Бывает ли, что ты начинаешь сильно волноваться из-за своих дел и забот? 7. Тебе бывает тревожно, когда ты думаешь о том, что тебе нужно сделать?

! При объяснении таких вопросов важно не заменять их смысл полностью, а лишь помочь ребенку понять отдельные слова или выражения («паника», «энтузиазм», «безосновательный страх», «нетерпимо относился»). Это позволяет сохранить достоверность результатов диагностики.

4. Подготовить вступительное слово

Перед каждой диагностикой рекомендуется заранее продумать короткое вступление.

Задача вступительных слов – объяснить детям:

- зачем проводится диагностика;
- почему важно отвечать честно;
- как будут использоваться результаты;
- что диагностика не является экзаменом или проверкой знаний.

Когда обучающийся понимает смысл происходящего, он чувствует себя спокойнее и относится к диагностике более ответственно. Важно, чтобы ребенок или подросток понимал: диагностика проводится не ради самих результатов. Это первый шаг дальнейшей психологической работы, который помогает лучше понять его состояние, потребности и определить, какая поддержка может понадобиться в будущем. Чем более искренними будут ответы, тем точнее педагог-психолог сможет спланировать дальнейшую работу и сопровождение.

Пример вступительного слова для обучающихся

2–4 классов

Здравствуйте, ребята!

Сейчас мы с вами будем отвечать на вопросы. Но сначала хочу рассказать самое главное.

Это не контрольная работа и не проверка знаний. За эту работу не ставят оценки, поэтому волноваться не нужно. Здесь нет правильных и неправильных ответов.

Мне важно узнать, как вы себя чувствуете в школе, нравится ли вам здесь, легко ли вам общаться с другими ребятами и все ли у вас хорошо. У каждого человека свои мысли, чувства и переживания, поэтому ответы у всех могут быть разными.

Пожалуйста, отвечайте так, как думаете именно вы. Не нужно смотреть на ответы соседей или пытаться угадать, какой ответ лучше выбрать. Самый лучший ответ – это честный ответ.

Если какой-то вопрос покажется вам непонятным, поднимите руку. Я помогу понять вопрос, но отвечать будете вы сами.

Ваши ответы не повлияют на оценки, вас никто не будет ругать за ответы, и никто не будет сравнивать вас с другими ребятами.

Поэтому просто отвечайте спокойно, не спешите и выбирайте тот ответ, который больше всего подходит именно вам.

Ну что, готовы?

Тогда начинаем.

Пример вступительного слова для обучающихся

5–7 (8) классов

Здравствуйте, ребята!

Сегодня мы с вами будем выполнять небольшое задание. Сразу хочу сказать: это не контрольная работа и не экзамен, здесь не ставят оценки, нет правильных или неправильных ответов.

Наша задача – лучше понять, как вы себя чувствуете в школе и в жизни: как складывается общение с ребятами и взрослыми, насколько вам комфортно учиться, бывают ли ситуации, которые вызывают трудности или переживания.

Важно отвечать честно, так как есть на самом деле. Не нужно выбирать «правильный» ответ или думать, как будет лучше выглядеть. Здесь важен именно ваш личный ответ.

Иногда в жизни бывают разные периоды: когда все хорошо и спокойно, и когда может быть немного сложнее. Это нормально, и об этом тоже можно говорить через такие задания.

Если какой-то вопрос покажется непонятным – можно спокойно поднять руку, я помогу объяснить.

После работы, если у меня появятся уточняющие вопросы по вашим ответам, я могу пригласить вас на короткую беседу. Это не значит, что есть сложность – просто иногда нужно чуть лучше понять ситуацию, чтобы при необходимости помочь.

И если у вас самих появится желание что-то обсудить или задать вопросы – вы тоже можете подойти в любое время. Я буду рада с вами обсудить ваши вопросы!

Работаем спокойно, не спеша.

Начинаем.

Пример вступительного слова для обучающихся 9–11 классов

Здравствуйте, ребята!

Сегодня мы с вами будем выполнять диагностическое задание. Это не экзамен, не контрольная и не проверка знаний. Здесь нет оценок и нет правильных или неправильных ответов.

Это скорее небольшая возможность остановиться и прислушаться к себе.

Старшие классы – это обычно очень интересный и непростой период. В это время вы уже начинаете больше понимать себя, свои желания, отношения с людьми, задумываетесь о будущем, о выборе пути. И одновременно могут появляться разные переживания, сомнения, усталость или внутренние вопросы – и это тоже нормально.

Поэтому сегодня важно отвечать так, как есть на самом деле. Не «как правильно», не «как лучше», а как вы действительно себя чувствуете и что вам близко.

Ваши ответы помогут лучше понять, как вы проживаете этот этап жизни, и при необходимости оказать поддержку тем, кому она может быть нужна.

Если во время работы у вас появятся вопросы по заданиям – можно спокойно поднять руку, я подойду и объясню.

После диагностики, если у меня возникнут уточняющие вопросы по вашим ответам, я могу пригласить вас на короткую индивидуальную беседу. Это не означает, что есть проблема – просто иногда важно что-то уточнить, чтобы лучше понять ситуацию и при необходимости поддержать.

И наоборот – если у вас после работы появятся какие-то мысли, вопросы или вы почувствуете, что хотите что-то обсудить, вы тоже можете подойти сами в любое время.

Работаем спокойно, в своем темпе. Спасибо вам. Начинаем.

! В работе с обучающимися средних и старших классов обязательно проговаривать в начале диагностики, что работа не ограничивается самим выполнением заданий. После ее завершения при необходимости будет продолжена дальнейшая работа: уточняющие беседы, обсуждение отдельных моментов и оказание необходимой психологической поддержки.

У некоторых обучающихся могут оставаться вопросы или желание что-то уточнить – и это является положительным признаком. Это говорит о том, что ребенок чувствует себя достаточно безопасно, чтобы проявлять интерес, задавать вопросы и открыто выражать свои переживания.

В дальнейшем мы подробнее остановимся на том, как работать с такими обращениями и как выстраивать поддерживающий диалог после диагностики.

5. Подготовить ответы на возможные вопросы обучающихся

Практика показывает, что во время диагностики дети часто задают одни и те же вопросы.

Вопрос ребенка	Возможный ответ педагога-психолога
«А это контрольная?»	*Нет, это не контрольная и не проверка знаний. Здесь не нужно ничего учить или специально готовиться. Нам важно узнать твое мнение и твои ощущения.*
«Правильные ответы есть?»	*Нет. В этой работе нет правильных и неправильных ответов. Важно отвечать так, как это действительно подходит тебе.*
«А кто увидит мои ответы?»	*Твои ответы увидит только педагог-психолог. Если по результатам появятся вопросы или темы, которые важно обсудить, педагог-психолог сначала поговорит об этом лично с тобой. Твои ответы не будут обсуждаться, можешь быть спокоен!*
«А если я не знаю, что выбрать?»	*Выбери тот вариант, который больше всего похож на тебя или на то, как ты обычно себя чувствуешь. Не старайся долго искать идеальный ответ – чаще всего правильным оказывается тот вариант, который первым приходит в голову и лучше всего отражает твои мысли, чувства или поведение.*
«А это повлияет на оценки?»	*Нет. Диагностика никак не влияет на оценки, успеваемость или отношение учителей к тебе.*
«А можно пропустить вопрос?»	*Лучше постараться ответить на все вопросы, но если какой-то вопрос совсем непонятен, подними руку, и я помогу разобраться в его смысле.*
«А родители узнают мои ответы?»	*Нет. Твои ответы видит только педагог-психолог. Результаты диагностики не передаются родителям в виде заполненных анкет или тестов. Если возникнет необходимость обсудить какие-то важные вопросы, я сначала поговорю об этом с тобой.*
«А зачем вообще это нужно?»	*Чтобы понять, как чувствуют себя дети, нужна ли кому-то помощь или поддержка и что можно сделать, чтобы в школе или колледже было комфортнее и безопаснее.*

Подготовленные ответы позволяют снизить тревожность группы и избежать лишних обсуждений во время обследования.

! Если педагог-психолог заранее понимает содержание вопросов, знает возможные трудности и подготовил понятные объяснения, диагностика проходит спокойно, организованно и дает значительно более достоверные результаты. В этом случае внимание специалиста сосредоточено не на инструкции и бланках, а на самом важном – состоянии и реакции обучающихся.

Чтобы работа была продуктивной и действительно давала результаты, важно выстроить целостное понимание всей системы сопровождения и еще раз последовательно рассмотреть ее ключевые этапы и логику работы.

ШАГ 5

Понимание системы в целом

Увидеть весь маршрут, не только отдельные шаги

НАЗНАЧЕНИЕ АЛГОРИТМА

Алгоритм выстраивается как **последовательный маршрут** от проведения первичной диагностики до организации помощи ребенку и контроля ее результативности. Диагностика рассматривается не как самостоятельная завершенная процедура, а как **первый этап выявления обучающихся**, которым может требоваться внимание, поддержка или межведомственная помощь.

Схема показывает **общий маршрут движения от диагностического сигнала к конкретным действиям помощи ребенку.** Каждый последующий блок раскрывает, кого включают в форму контроля, как проводится уточнение ситуации и кто отвечает за сопровождение.

! Диагностика без понимания дальнейших шагов не имеет практической ценности.

Схема алгоритма

Алгоритм выстраивается как последовательный маршрут от диагностического сигнала к конкретным действиям педагога-психолога. Каждый диагностический период запускает полный цикл работы: от проведения первичной диагностики до сопровождения и оценки динамики.



КЛЮЧЕВОЙ ПРИНЦИП

Работа по результатам диагностики начинается после каждого диагностического периода. Если обучающийся вышел в зону риска хотя бы по одной методике либо дал значимый ответ по маркерному вопросу, он включается в форму контроля и направляется на индивидуальную диагностическую встречу с углубленной диагностикой по показаниям.

1. Общая логика работы по графику диагностики

Первичная диагностика проводится педагогом-психологом в соответствии с утвержденным графиком. Как прописано в **«ШАГЕ 1».**

2. Зоны риска по результатам первичной диагностики

Распределение обучающихся по зонам риска проводится после обработки результатов первичной диагностики. Оно необходимо не для маркировки ребенка, а для определения дальнейшей очередности и глубины работы педагога-психолога.

Зона риска/ категория	Основание для отнесения	Дальнейшая логика работы
Зеленая зона	По результатам диагностики выраженные риски не выявлены, маркерные ответы отсутствуют.	Обучающийся не включается в форму контроля, но участвует в общей профилактической работе в классе.
Желтая зона	Выявлен средний уровень риска или умеренные признаки неблагополучия (хотя бы по одной методике).	Обучающийся включается в форму контроля, проводится индивидуальная диагностическая встреча и углубленная диагностика по показаниям.
Красная зона	Выявлен высокий уровень риска, выраженные признаки неблагополучия или сочетание нескольких неблагоприятных показателей.	Обучающийся обязательно включается в форму контроля, индивидуальная диагностическая встреча проводится в приоритетном порядке.
Маркерные ответы	По отдельному вопросу выявлен значимый ответ, даже если общий результат не относится к зоне риска.	Обучающийся включается в форму контроля и направляется на индивидуальную диагностическую работу по содержанию ответа.

3. Включение обучающихся в форму контроля

В форму контроля включаются обучающиеся, по которым по результатам первичной диагностики выявлены основания для дальнейшей индивидуальной работы.

Зона	Основание	Включение в форму контроля	Дальнейшее действие
Зеленая зона	Выраженные риски по результатам диагностики не выявлены	**Не включается**	Участие в общей профилактической работе

Желтая зона	Умеренные признаки эмоционального, поведенческого или социального неблагополучия	**Включается**	Индивидуальная беседа, уточнение причины
Красная зона	Выраженные признаки риска или неблагополучия	**Включается ОБЯЗАТЕЛЬНО**	Обязательная беседа, углубленное изучение ситуации
Значимые ответы	По отдельным вопросам выявлены сигналы возможного неблагополучия, даже если общий результат вне зоны риска	**Включается**	Индивидуальное уточнение ситуации
Социальный риск	Социальные обстоятельства, требующие внимания к положению ребенка	**Включается**	Социально-педагогическое сопровождение

КАК ФИКСИРУЕТСЯ ПРИЧИНА ВНЕСЕНИЯ

В форме контроля кратко указывается причина включения: «красная зона по результатам методики _____», «желтая зона по результатам методики _____», «значимый ответ по маркерному вопросу _____», «сочетание повышенных показателей по методикам _____ и _____».

Важно

Включение в форму контроля – не заключение, диагноз и не стигматизирующая мера.

Это профессиональный и управленческий механизм, позволяющий не потерять ребенка после выявления сигнала риска и обеспечить дальнейшее уточнение ситуации.

4. ПОШАГОВЫЙ АЛГОРИТМ ДЕЙСТВИЙ

Пошаговый алгоритм применяется после каждого диагностического периода, предусмотренного графиком первичной диагностики. Каждый шаг завершается конкретным результатом, который переводит диагностику в дальнейшую работу с обучающимися.

01 Организация диагностики по утвержденному графику

Педагог-психолог:

− определяет классы и возрастные группы, подлежащие диагностике в установленный период;

− уточняет перечень методик для соответствующей возрастной группы;

− готовит диагностические материалы, инструкции, бланки или электронные формы;

− согласует дату и условия проведения диагностики с администрацией и классными руководителями;

− определяет порядок прохождения диагностики обучающимися, отсутствовавшими в основной день.

Результат шага: Диагностика организована в соответствии с графиком и возрастным пакетом методик.

02 Проведение первичной диагностики

Педагог-психолог:

− дает обучающимся понятную инструкцию;

– обеспечивает спокойные условия и конфиденциальность;

– следит за корректным заполнением диагностических материалов;

– фиксирует обучающихся, которые отсутствовали или не завершили диагностику;

– сохраняет первичные данные для последующей обработки.

Результат шага: Получены первичные диагностические данные по обучающимся.

03 Обработка результатов после диагностического периода

Педагог-психолог:

– подсчитывает баллы по ключам;

– определяет уровень выраженности показателей;

– выявляет обучающихся, вышедших в зону риска хотя бы по одной методике;

– отдельно просматривает маркерные вопросы;

– фиксирует значимые ответы независимо от общего балла;

– сопоставляет результаты нескольких методик, если обучающийся проходил комплекс диагностик;

– формирует сводную информацию по классу и по обучающимся, требующим дальнейшей работы.

Результат шага: Определены обучающиеся, у которых есть диагностические основания для дальнейшей работы.

04 Распределение обучающихся по зонам риска

Педагог-психолог:

– распределяет обучающихся на зеленую, желтую и красную зоны;

– отдельно выделяет обучающихся со значимыми маркерными ответами;

– проверяет правило: если обучающийся вышел в зону риска хотя бы по одной методике, он включается в дальнейшую индивидуальную диагностическую работу;

– проверяет правило: если общий балл не показывает выраженного риска, но есть значимый маркерный ответ, обучающийся также включается в дальнейшую работу.

Результат шага: Определено, какие обучающиеся остаются в общей профилактической работе, а какие подлежат включению в форму контроля.

05 Включение обучающихся в форму контроля

Педагог-психолог:

– вносит в форму контроля обучающихся красной и желтой зоны;

– вносит обучающихся, вышедших в зону риска хотя бы по одной методике;

– вносит обучающихся со значимыми маркерными ответами;

– кратко указывает причину внесения: зона риска, методика, маркерный ответ или сочетание диагностических показателей.

Классный руководитель:

− может рекомендовать включение обучающегося в форму контроля при наличии изменений в поведении, снижении учебной активности, признаков социальной изоляции, конфликтности, эмоциональной нестабильности или трудностей адаптации;

− передает педагогу-психологу результаты педагогического наблюдения и информацию о трудностях обучающегося в образовательной среде;

− участвует в дальнейшем сопровождении обучающегося совместно со специалистами службы сопровождения.

Социальный педагог:

− может поставить обучающегося на контроль, если выявлены признаки семейных проблем, трудной жизненной ситуации, социального неблагополучия, буллинга, жестокого обращения или других факторов риска;

− передает педагогу-психологу информацию, полученную в ходе социально-педагогического сопровождения и взаимодействия с семьей;

− участвует в организации межведомственного и социально-педагогического сопровождения обучающегося.

Результат шага: Сформирован перечень обучающихся, с которыми педагог-психолог проводит индивидуальную диагностическую работу.

06 Определение очередности индивидуальной диагностической работы

Педагог-психолог:

− определяет обучающихся, требующих приоритетной встречи;

− для красной зоны планирует первую индивидуальную диагностическую встречу в течение **1-3 рабочих дней** после обработки результатов;

− для желтой зоны планирует первую индивидуальную диагностическую встречу в течение **3-10 рабочих** дней после обработки результатов;

− по значимым маркерным ответам определяет срок с учетом содержания ответа и выраженности сигнала.

Результат шага: Определена очередность работы с обучающимися, включенными в форму контроля.

Очередность индивидуальной диагностической работы

После внесения обучающихся в форму контроля педагог-психолог определяет сроки первой индивидуальной диагностической встречи. Сроки нужны для того, чтобы ребенок с выявленным сигналом риска не оставался без внимания после обработки результатов.

Категория обучающихся	Срок первой индивидуальной диагностической встречи	Особенности работы
Красная зона	В течение 1-3 рабочих дней после обработки результатов	Приоритетная индивидуальная диагностическая встреча, углубленная диагностика по направлению риска, определение первичного маршрута сопровождения.
Желтая зона	В течение 3-10 рабочих дней после обработки результатов	Индивидуальная диагностическая встреча, углубленная диагностика по показаниям, определение формы

Категория обучающихся	Срок первой индивидуальной диагностической встречи	Особенности работы
		профилактической или коррекционно-развивающей работы.
Значимые маркерные ответы	В приоритетном порядке с учетом содержания ответа	Индивидуальная диагностическая работа по содержанию ответа, оценка необходимости углубленной диагностики и сопровождения.
Зеленая зона	Не проводится, если нет дополнительных оснований	Общая профилактическая работа класса и наблюдение в рамках плановой деятельности педагога-психолога.

Индивидуальная диагностическая встреча и углубленная диагностика/ этап 2

Педагог-психолог:

– приглашает обучающегося на индивидуальную диагностическую встречу;

– объясняет цель встречи в спокойной и понятной форме;

– уточняет состояние обучающегося и ситуацию, которая могла повлиять на результаты диагностики (выясняет возможные причины эмоционального состояния обучающегося в ходе доверительной беседы);

– проводит углубленную диагностику по возрасту и выявленному направлению риска;

– при необходимости распределяет углубленную диагностику на несколько встреч;

− фиксирует результаты индивидуальной диагностической работы;

− определяет, подтвердился ли риск, и какая помощь требуется.

Результат шага: Уточнен характер риска и определены основания для дальнейшего сопровождения.

08 Определение маршрута сопровождения

Педагог-психолог:

− определяет, достаточно ли наблюдения и общей профилактической работы;

− при умеренном риске планирует профилактическое сопровождение, групповую работу или краткий цикл индивидуальных встреч;

− при подтвержденном риске разрабатывает индивидуальный маршрут сопровождения;

− выявляет и анализирует возможные причины эмоционального неблагополучия, трудностей поведения или кризисного состояния обучающегося;

− при необходимости организует работу с семейной ситуацией, межличностными конфликтами, последствиями буллинга и другими выявленными факторами риска;

− если трудности проявляются в классе, планирует работу с классом и взаимодействие с классным руководителем;

− если требуется поддержка семьи, проводит консультацию родителей и дает рекомендации;

– при выявлении признаков неблагополучия, угрожающих безопасности и благополучию ребенка, инициирует подключение необходимых служб и специалистов;

– при необходимости организует межведомственное взаимодействие с органами опеки, медицинскими организациями, подразделениями акимата района, Центром психологической поддержки и другими компетентными службами;

– если ситуация требует организационных решений, информирует администрацию в необходимом объеме.

Результат шага: По каждому обучающемуся из формы контроля определен дальнейший маршрут работы.

Причина риска	Основные действия	Участники
Эмоциональное неблагополучие	Проводятся консультации, наблюдение, углубленная диагностика, работа с родителями и выявленными причинами эмоционального неблагополучия обучающегося.	Педагог-психолог, родители, при необходимости – здравоохранение, ИДН. *При сохранении высокого риска или отсутствии положительной динамики организуется взаимодействие с РУПР, КОПД, УПР, службой «111» и другими компетентными структурами в рамках межведомственного сопровождения обучающегося.*
Буллинг	Защита ребенка, работа с классом, работа с причиной, работа с инициаторами, контроль безопасности	Педагог-психолог, классный руководитель, администрация, ЦПП, ИДН *При сохранении высокого риска или отсутствии положительной динамики организуется взаимодействие с РУПР, КОПД, УПР, службой «111» и другими компетентными структурами*

		в рамках межведомственного сопровождения обучающегося.
Насилие или угроза безопасности	Срочное реагирование, информирование администрации, подключение компетентных органов	Директор, опека, ИДН, управление по защите прав детей. *При сохранении высокого риска или отсутствии положительной динамики организуется взаимодействие с РУПР, КОПД, УПР, службой «111» и другими компетентными структурами в рамках межведомственного сопровождения обучающегося.*
Семейное неблагополучие	Оценка ситуации семьи, работа с родителями, социальное сопровождение	Социальный педагог, опека, центр поддержки семьи. *При сохранении высокого риска или отсутствии положительной динамики организуется взаимодействие с РУПР, КОПД, УПР, службой «111» и другими компетентными структурами в рамках межведомственного сопровождения обучающегося.*
Социальная уязвимость	Включение в меры социальной поддержки	Социальный педагог, акимат, центр поддержки семьи. *При сохранении высокого риска или отсутствии положительной динамики организуется взаимодействие с РУПР, КОПД, УПР, службой «111» и другими компетентными структурами в рамках межведомственного сопровождения обучающегося.*
Правовые риски	Профилактическая и межведомственная работа	Администрация, ИДН, КДН, ЦПП. *При сохранении высокого риска или отсутствии положительной динамики организуется взаимодействие с РУПР, КОПД, УПР, службой «111» и другими*

		компетентными структурами в рамках межведомственного сопровождения обучающегося.
Состояние здоровья	Рекомендация обращения к специалистам	Родители, медицинский работник, здравоохранение. *При сохранении высокого риска или отсутствии положительной динамики организуется взаимодействие с РУПР, КОПД, УПР, службой «111» и другими компетентными структурами в рамках межведомственного сопровождения обучающегося.*

Маршрутизация по итогам индивидуальной диагностической встречи

Итог индивидуальной диагностической работы	Дальнейший маршрут
Риск не подтвердился	Обучающийся продолжает участие в профилактической, разъяснительной и диагностической работе в соответствии с утвержденным планом организации образования.
Риск выражен умеренно	Профилактическое сопровождение, групповая работа или краткий цикл индивидуальных встреч.
Риск подтвердился	Индивидуальный маршрут сопровождения, регулярная работа и контроль динамики.
Трудности связаны с эмоциональным состоянием	Индивидуальные консультации, коррекционно-развивающая работа, упражнения на саморегуляцию и поддержку эмоциональной устойчивости.
Трудности проявляются в классе	Работа с классом и взаимодействие с классным руководителем без стигматизации обучающегося.
Требуется поддержка семьи	Консультация родителей, рекомендации по поддержке ребенка, согласование дальнейших шагов.
Ситуация требует организационных решений	Информирование администрации в необходимом объеме для организации помощи и безопасности.

09 Реализация сопровождения и оценка динамики

Педагог-психолог:

– проводит индивидуальные консультации и коррекционно-развивающие занятия;

– организует групповую работу с обучающимися желтой зоны;

– проводит работу с классом при выявлении групповых трудностей;

– консультирует родителей при необходимости;

– взаимодействует с классным руководителем и администрацией при необходимости;

– отслеживает изменения в состоянии обучающегося и корректирует маршрут сопровождения.

Результат шага: Сопровождение продолжается до оценки динамики и принятия решения о дальнейшем наблюдении, продолжении или усилении работы.

Динамика	Решение руководителя
Положительная устойчивая	Постепенное снятие с активного сопровождения, перевод в режим наблюдения
Частичная динамика	Продолжение сопровождения, корректировка плана работы
Нет динамики	Пересмотр маршрута помощи, подключение дополнительных специалистов
Ухудшение ситуации	СРОЧНОЕ межведомственное рассмотрение, немедленное усиление мер помощи

Пояснения

Алгоритм применяется после каждого диагностического периода, предусмотренного графиком первичной диагностики. В каждом полугодии педагог-психолог проходит один и тот же цикл: проведение диагностики, обработка результатов, распределение по зонам риска, включение в форму контроля, индивидуальная диагностическая встреча, углубленная диагностика по показаниям, маршрутизация, сопровождение и оценка динамики.

I полугодие

– Педагог-психолог проводит диагностику по соответствующим классам и методикам согласно графику.

– После каждого диагностического периода сразу обрабатывает результаты.

– Распределяет обучающихся по зонам риска и выделяет маркерные ответы.

– Вносит обучающихся желтой и красной зоны, а также детей с маркерными ответами в форму контроля.

– Проводит индивидуальные диагностические встречи и углубленную диагностику по показаниям.

– Определяет маршрут сопровождения и начинает работу по результатам диагностики.

– Для 2-4 классов диагностика проводится во II декаде ноября;

– После ее завершения запускается тот же цикл работы.

II полугодие

Период	Возрастная группа	Действия педагога-психолога
III декада января	**9-11 классы**	Проведение диагностики, обработка результатов, определение зон риска, внесение в форму контроля, индивидуальные диагностические встречи.
I декада февраля	**5-8 классы**	Проведение диагностики, обработка результатов, определение зон риска, углубленная диагностика по показаниям.
II декада февраля	**1 классы**	Проведение карты наблюдения, анализ результатов, определение обучающихся, требующих внимания.
II декада февраля	**2-4 классы**	Проведение диагностики, обработка результатов, распределение по зонам, индивидуальная диагностическая работа.
III декада февраля	**Все выявленные обучающиеся**	Работа по результатам диагностики: индивидуальные встречи, углубленная диагностика, сопровождение, взаимодействие со взрослыми, оценка динамики.

РАБОТА ПО РЕЗУЛЬТАТАМ ДИАГНОСТИКИ

Периоды, указанные в графике как «Работа по результатам диагностики», не являются свободным временем. В этот период педагог-психолог завершает обработку результатов, проводит индивидуальные диагностические встречи, углубленную диагностику, начинает сопровождение обучающихся красной и желтой зоны, организует групповую работу и оценивает динамику.

Подготовка – это не формальность.
Это фундамент качественной диагностики.

Углубленная диагностика и маршрутизация будут подробно рассмотрены в следующих главах, где мы последовательно разберем

алгоритмы работы, критерии принятия решений и практические шаги сопровождения обучающихся.

А сейчас предлагаем остановиться на втором этапе организации первичной диагностики с обучающимися и подробно рассмотреть его содержание, логику и практические действия педагога-психолога.

ЭТАП 2. ОРГАНИЗАЦИЯ

Алгоритм организации проведения первичной диагностики

01 Подготовка к проведению (общий этап)

1. Проверить готовность всех диагностических материалов (платформа)
2. Убедиться, что классы и время соответствуют утвержденному графику.
3. Подготовить единое вступительное слово для обучающихся.

02 Если диагностика проводится на платформе

1. Проверить доступ к платформе и корректность загрузки методик.
2. Убедиться, что у каждого обучающегося есть устройство и доступ.
3. Проверить интернет-соединение и техническую готовность кабинета.
4. Подготовить резервный вариант (на случай технического сбоя).
5. Перед началом убедиться, что обучающиеся вошли в систему и видят нужный тест.

03 Организация пространства и условий (в зависимости от места проведения)

Кабинет педагога-психолога

1. Обучающиеся рассаживаются индивидуально, с достаточной дистанцией.
2. Исключается возможность списывания и подсказок.
3. Со столов убираются лишние предметы.
4. Педагог-психолог обеспечивает тишину и полный контроль процесса.
5. При необходимости выделяется место для индивидуального разъяснения инструкции.

Кабинет информатики / компьютерный класс

1. За каждым обучающимся закрепляется отдельное рабочее место.
2. Экраны не должны быть видны соседям.
3. Проверяется доступ к платформе на всех устройствах.
4. Отключаются уведомления и посторонние программы.
5. Исключается любое взаимодействие между обучающимися.

Использование личных телефонов

1. Каждый обучающийся работает только со своим устройством.
2. Заранее проверяется доступ к интернету и платформе.
3. Телефоны должны быть заряжены.
4. Исключается передача устройств и подсказки.
5. Педагог-психолог находится в аудитории и контролирует процесс.

Если у обучающегося нет устройства

1. Предоставляется резервное школьное устройство (при наличии).
2. Условия должны быть максимально равными для всех участников.

КРИТИЧЕСКИ ВАЖНО

Диагностика не проводится дома и вне присутствия специалиста. Исключаются любые формы удаленного прохождения без контроля.

Общий принцип:

Независимо от формата и условий проведения, диагностика должна обеспечивать единые стандарты, самостоятельность ответов, контролируемую среду и возможность наблюдения за состоянием обучающихся.

Далее мы рассмотрим следующий этап проведения диагностики, где перейдем к практической работе педагога-психолога в процессе сопровождения обучающихся и разберем, как выстраивается работа непосредственно во время выполнения методик.

ЭТАП 3. ПРОВЕДЕНИЕ

На этапе проведения диагностики педагог-психолог действует по четкому алгоритму.

1. Озвучить вступительное слово спокойно, уверенно и без спешки, создавая у обучающихся ощущение безопасности и понятности процесса.

2. Кратко обозначить цель работы и напомнить, что здесь нет правильных и неправильных ответов.

3. Проверить, что обучающиеся действительно поняли инструкцию: при необходимости задать уточняющие вопросы или повторно пояснить отдельные моменты.

4. Убедиться, что у всех есть необходимые материалы (доступ к платформе/устройства) и что никто не остался без возможности выполнять задание.

5. Обратить внимание на эмоциональное состояние группы: есть ли тревога, растерянность, отвлеченность – при необходимости спокойно дополнительно пояснить ситуацию.

6. Убедиться, что обучающиеся готовы начать (есть понимание задания и спокойное состояние).

7. Начать выполнение диагностики по единому сигналу, обеспечивая одинаковые условия старта для всей группы.

На этапе проведения диагностики основная задача педагога-психолога – не только организовать выполнение методик, но и обеспечить спокойное, безопасное и равномерное протекание процесса для всех обучающихся.

После запуска работы по единому сигналу педагог-психолог занимает позицию наблюдателя и сопровождающего специалиста. Важно сохранять спокойную, нейтральную и поддерживающую атмосферу в аудитории, не создавая дополнительного напряжения и не влияя на содержание ответов обучающихся.

В процессе выполнения заданий педагог-психолог следит за общим состоянием группы: обращает внимание на темп работы, возможную тревожность, растерянность, отказ от выполнения отдельных заданий или выраженное эмоциональное реагирование. При необходимости спокойно подходит к обучающемуся, еще раз объясняет инструкцию или отдельные формулировки, не подсказывая ответы и не направляя выбор.

Если у обучающихся возникают вопросы по смыслу заданий, допускается краткое и понятное разъяснение сложных слов или

инструкций, при этом важно сохранять нейтральность и не интерпретировать содержание за ребенка.

Отдельное внимание уделяется сохранению дисциплины и единого темпа работы. Недопустимы обсуждения между обучающимися, обмен ответами и любые формы взаимного влияния. Педагог-психолог мягко, но четко регулирует такие ситуации, возвращая внимание к индивидуальной работе.

На протяжении всего этапа специалист также фиксирует наблюдаемые особенности поведения и эмоциональных реакций, которые в дальнейшем могут быть учтены при интерпретации результатов и планировании сопровождения.

Важно понимать, что наблюдение в процессе диагностики дополняет получаемые данные и позволяет увидеть более целостную картину состояния обучающегося в реальных условиях выполнения заданий.

Почему наблюдение является обязательной частью диагностики?

В практике специалистов встречается ситуация, когда основное внимание уделяется результатам тестирования, а наблюдение воспринимается как дополнительный или второстепенный инструмент.

На самом деле именно наблюдение часто помогает увидеть то, что невозможно выявить с помощью опросников и анкет. Во время диагностического обследования педагог-психолог может заметить:

- ✔ особенности эмоциональных реакций обучающегося;
- ✔ уровень тревожности и напряжения;
- ✔ уверенность или неуверенность в себе;
- ✔ особенности общения со сверстниками и взрослыми;

- ✔ признаки усталости и эмоционального истощения;
- ✔ избегающее поведение;
- ✔ демонстративность;
- ✔ импульсивность;
- ✔ снижение мотивации;
- ✔ признаки кризисного состояния.

Иногда результаты методики находятся в пределах нормы, однако наблюдение показывает выраженное эмоциональное неблагополучие. Бывают и обратные ситуации, когда высокий показатель по шкале тревожности связан не с устойчивой проблемой, а с временным волнением во время проведения диагностики.

Рекомендуется рассматривают диагностику как сочетание трех взаимосвязанных инструментов.

Формула качественной диагностики

Методики + Наблюдение + Беседа = Обоснованное профессиональное решение

Ценность диагностической работы заключается не в количестве проведенных методик, а в том, насколько полученные данные помогают понять обучающегося и определить необходимые меры поддержки.

Главный вопрос, который должен сопровождать специалиста на каждом этапе проведения диагностики:

«Что стоит за этим результатом и что он говорит о состоянии конкретного ребенка/подростка/студента?»

Именно поиск ответа на этот вопрос превращает набор диагностических данных в профессиональное решение и делает диагностику реальным инструментом помощи обучающемуся.

На что обращать внимание во время наблюдения?

Наблюдение становится по-настоящему ценным инструментом тогда, когда педагог-психолог понимает, какие особенности поведения, эмоционального состояния и взаимодействия обучающегося важно замечать и фиксировать.

Во время наблюдения педагог-психолог оценивает не отдельные проявления, а общую картину поведения ребенка, подростка или студента. Один признак сам по себе редко позволяет сделать вывод о наличии трудностей. Значение имеет совокупность наблюдаемых особенностей, их устойчивость и соответствие возрастным нормам развития.

Важно помнить, что одно и то же поведение может иметь разное значение в зависимости от возраста обучающегося.

Например, повышенная эмоциональность и потребность в поддержке являются естественными для младших школьников, тогда как выраженная замкнутость, резкое снижение активности или отказ от общения у подростка могут служить сигналом о возможном неблагополучии.

Поэтому наблюдение всегда должно опираться не только на профессиональный опыт специалиста, но и на понимание возрастных особенностей развития обучающихся.

Ниже представлены основные маркеры наблюдения, которые помогут педагогу-психологу структурировать информацию, более точно оценивать состояние обучающегося, своевременно замечать

тревожные сигналы и принимать обоснованные диагностические решения.

! Важно

Задача педагога-психолога заключается не в поиске проблем, а в выявлении особенностей, которые требуют дополнительного внимания, уточнения или поддержки. Наблюдение помогает увидеть не только трудности обучающегося, но и его ресурсы, сильные стороны и возможности для дальнейшего развития.

КЛЮЧЕВЫЕ МАРКЕРЫ ПО ВОЗРАСТНЫМ ГРУППАМ

1 класс **6 – 7 лет**	**Период школьной адаптации**

Первые месяцы обучения в школе сопровождаются значительными изменениями в жизни ребенка. Он сталкивается с новыми правилами, учебными требованиями, необходимостью длительно удерживать внимание, выстраивать отношения со сверстниками и взрослыми.

Для данного возраста характерны:

– быстрая утомляемость;
– отвлекаемость;
– импульсивность;
– эмоциональные реакции на замечания (слезы, обида);
– потребность в поддержке взрослого;
– трудности самоконтроля;
– неустойчивость внимания;

– чувствительность к оценке;
– ситуативная тревога в новых условиях;
– капризность и эмоциональная нестабильность в период адаптации.

Многие из перечисленных проявлений являются естественной частью привыкания к школе и оцениваются не сами по себе, а с учетом их выраженности, длительности и влияния на обучение, общение и эмоциональное состояние ребенка.

! Важно

Обращать внимание необходимо не отдельные проявления, а их устойчивость, выраженность и влияние на обучение, общение и эмоциональное состояние ребенка.

Что важно заметить в этом возрасте?

Маркеры наблюдения	На что обратить внимание
Что делает (поведение)	– частые истерики; – выраженный страх школы; – отказ заходить в класс; – избегание заданий; – резкие перепады поведения; – социальная замкнутость; – конфликты со сверстниками; – стойкие жалобы на усталость и недомогание без медицинских причин; – самоповреждающие действия (удары себя, укусы, царапание кожи, выдергивание волос, бровей, обгрызание ногтей и кожи до крови); – стойкое избегание общения
Что говорит (речь)	– *«Я не смогу»;*

	– *«Я плохой»;* – *«У меня не получится»;* – *«Я не хочу в школу»;* – *«Я боюсь»;* – *«Я всех подвожу»;* – *«Лучше бы меня не было»;* – *«Я никому не нужен»;* – *«У меня болит живот»;* – *«Меня тошнит»*
Как выглядит (внешний вид)	– систематическая неопрятность; – грязная или длительное время не меняемая одежда; – отсутствие одежды по сезону; порванные вещи; – неухоженные волосы; – нестриженные или постоянно обгрызенные ногти; – выраженный неприятный запах; – частый заспанный или истощенный вид; – синяки, ссадины и травмы непонятного происхождения; – следы укусов, расчесов, самоповреждений; – чрезмерно тревожная реакция на вопросы о происхождении травм

Светофор наблюдения

Уровень	Критерий наблюдения
Зеленый (норма / наблюдаю)	– плачет, но быстро восстанавливается; – устает к концу дня; – может капризничать в новых или сложных ситуациях; – отвлекается, но включается в работу и контакт
Желтый (внимание / динамическое наблюдение)	– частые жалобы на недомогание без медицинской причины; – регулярные истерики при предъявлении требований;

	– выраженный страх ошибок; – заметное избегание школы или отдельных ситуаций; – резкие изменения поведения за короткий промежуток времени
Красный (реагирую / срочное сопровождение)	– самоповреждающее поведение (удары себя, укусы, травмирование); – высказывания о нежелании жить; – устойчивый отказ от еды, школы или общения; – систематическая агрессия к себе; – выраженная социальная изоляция

2 - 3 класс **7 – 9 лет**	**Период познавательной активности и учебной мотивации**

В этом возрасте у детей сохраняется выраженная любознательность и интерес к новому. Обучение воспринимается не только как обязанность, но и как способ узнавать мир, пробовать себя и получать одобрение взрослых.

Учебная мотивация в норме остается достаточно высокой: ребенку важно понимать, уметь, справляться с заданиями и получать положительную обратную связь.

Ключевую роль в этом возрасте играет фигура учителя. Он воспринимается как значимый взрослый и источник оценки. Отношение к учителю напрямую влияет на учебную вовлеченность и поведение ребенка.

! Важно

В этом возрасте важно не столько «успешность» ребенка, сколько ***наличие интереса к обучению, стремления пробовать и включаться в деятельность.***

Тревожным сигналом является не снижение оценок, а потеря познавательной мотивации: «не хочу», «не интересно», «не буду пробовать».

Также значимым маркером является характер отношения к учителю:

→ принятие и уважение;

→ либо страх, протест или обесценивание.

Что важно заметить в этом возрасте?

Маркеры наблюдения	На что обратить внимание
Что делает (поведение)	– снижение интереса к учебной деятельности; – отказ выполнять задания; – избегание сложных или новых задач; – устойчивые трудности включения в работу; – выраженное нежелание пробовать; – конфликтное, тревожное или протестное отношение к учителю; – частые жалобы на скуку; – избегание отдельных предметов; – частые пропуски занятий без объективных причин; – стремление покинуть урок или длительно отсутствовать на занятиях; – выраженная обидчивость при замечаниях;

	− агрессивные или протестные реакции на требования; конфликты со сверстниками; − жестокость по отношению к другим детям или животным; − причинение вреда себе (обгрызание ногтей и кожи до крови, выдергивание волос, удары себя); − выраженная пассивность и отказ от участия в коллективной деятельности.
Что говорит (речь)	− *«Я не хочу учиться»;* − *«Мне это не нужно»;* − *«Я ненавижу школу»;* − *«Учитель тупой»;* − *«Все вокруг тупые»;* − *«Я самый худший ученик»;* − *«У меня ничего не получается»;* − *«Я не буду это делать»;* − *«Я глупый»;* − *«Зачем стараться?»;* − *«Все равно не получится»;* − *«Мне все равно»;* − *«Меня никто не любит»;* − *«Со мной никто не дружит»;* − *«Я никому не нужен»;* − *«Лучше бы я вообще не ходил в школу».*
Как выглядит (внешний вид)	− часто выглядит уставшим или сонным; − напряжен перед уроками, контрольными работами или ответами у доски; − избегает зрительного контакта с учителем; − выглядит тревожным при оценивании; − неопрятность, нехарактерная для ребенка ранее; − покрасневшие глаза после плача;

	– обгрызенные ногти; – расчесы, следы повреждений кожи; – частые мелкие травмы; – грустное, тревожное или подавленное выражение лица; – стремление держаться отдельно от сверстников; – отсутствие эмоциональной реакции на похвалу или собственные успехи.

Светофор наблюдения

Уровень	Критерий наблюдения
Зеленый (норма / наблюдаю)	– проявляет интерес к новым заданиям; – старается выполнять работу; – нуждается в поддержке и одобрении; – ситуативно устает; – может отвлекаться, но возвращается к заданию
Желтый (внимание / динамическое наблюдение)	– снижение учебной мотивации; – частые отказы выполнять задания; – избегание отдельных уроков или учебных ситуаций; – регулярные пропуски занятий без уважительной причины; – может задерживаться вне класса, не заходить на урок после перемены; – жалобы на скуку, усталость или «не хочу в школу»; – конфликты со сверстниками; – раздражительность или протестные реакции на требования; выраженная эмоциональная нестабильность
Красный (реагирую / срочное сопровождение)	– устойчивый отказ от посещения школы или отдельных уроков; – регулярные и длительные пропуски без уважительной причины;

	− систематическое избегание пребывания в классе (ребенок не заходит на урок, скрывается, убегает); − выраженные конфликты с детьми или взрослыми с агрессией; − самоповреждающее поведение с причинением себе боли или травм (удары по себе, укусы до следов, удары головой, нанесение царапин, попытки травмировать себя); − высказывания о ненужности, беспомощности или нежелании жить; − выраженная социальная изоляция; − стойкое разрушительное поведение по отношению к себе или другим; − резкое снижение функционирования в школе

Если у ребенка сохраняется интерес к новому, он пробует выполнять задания и реагирует на поддержку взрослого – это соответствует возрастной норме.

Основной фокус внимания в этом возрасте – учебная мотивация и включенность в процесс обучения, а не только результаты.

Снижение мотивации, отказ от деятельности и негативное отношение к учителю требуют обязательного анализа причин: эмоциональное состояние, отношения в классе, стиль взаимодействия педагога, перегрузка или личностные трудности ребенка.

4 класс **9 – 10 лет**	**Переходный этап к подростковому возрасту**

В этом возрасте усиливается эмоциональная чувствительность, значимость мнения сверстников и потребность в принадлежности к группе. Для части детей (чаще у девочек, реже у мальчиков) могут

начинаться первые проявления предподросткового периода, что влияет на поведение, общение и учебную мотивацию.

Авторитет учителя сохраняется, но постепенно становится менее доминирующим. Возрастает влияние сверстников и значимость социального положения в классе.

В классе начинает формироваться более сложная система взаимоотношений: дети объединяются в малые группы, усиливается выбор «своих», появляются первые устойчивые дружеские связи и первые конфликты ценностей и взглядов.

Учебная мотивация в целом сохраняется, но может становиться менее устойчивой на фоне усиления значимости общения и социального статуса.

! Важно

В этом возрасте важно учитывать переходный характер развития: часть детей остается в рамках младшего школьного возраста, другая часть уже демонстрирует предподростковые изменения.

Оценивать необходимо не отдельные проявления, а их устойчивость, выраженность и влияние на учебную деятельность, эмоциональное состояние и отношения в коллективе, с родителями, с педагогами.

Что важно заметить в этом возрасте?

Маркеры наблюдения	На что обратить внимание
Что делает (поведение)	– снижение учебной мотивации; – резкая зависимость поведения от мнения сверстников; – эмоциональная нестабильность;

	− частые конфликты в группе; − стремление к изоляции или, наоборот, к чрезмерному объединению в микрогруппы; − первые проявления скрытого буллинга (в роли участника или свидетеля); − избегание отдельных школьных ситуаций (ответ у доски, контрольные, выступления); − резкие перепады настроения; − повышенная тревожность; − снижение включенности в учебную деятельность; − эпизодические прогулы или опоздания; − выраженная чувствительность к оценке и критике.
Что говорит (речь)	− *«Я хуже всех»;* − *«Со мной никто не дружит»;* − *«Меня не понимают»;* − *«Я никому не нужен»;* − *«Все против меня»;* − *«Я не хочу в школу»;* − *«Зачем учиться?»;* − *«Я тупой»;* − *«У меня ничего не получается»;* − *«Меня не берут»;* − *«Я никому не интересен»;* − *«Я лишний»;* − *«Со мной никто не хочет дружить».*
Как выглядит (внешний вид)	− часто выглядит уставшим или напряженным; − возможны следы эмоционального истощения (подавленность, «потухший» взгляд); − нехарактерная ранее неопрятность; − избегание контакта глазами;

	– напряжение перед уроками и проверочными работами; – стремление держаться отдельно или «слишком плотно» к одной группе детей; – следы обгрызенных ногтей; – расчесы или мелкие повреждения кожи; – частые жалобы на усталость; – сниженная эмоциональная реакция на похвалу или успех; – резкая смена привычного внешнего стиля или поведения в одежде.

Светофор наблюдения

Уровень	Критерий наблюдения
Зеленый (норма / наблюдаю)	– активен в классе; – включается в учебную деятельность; – ситуативно переживает из-за оценок и отношений; – формирует дружеские связи; – эмоциональные реакции адекватны ситуации; – нуждается в поддержке и признании; – участвует в групповой работе; – может быть чувствителен к мнению сверстников, но сохраняет устойчивость поведения
Желтый (внимание / динамическое наблюдение)	– часто бывает один; – эпизодически не включается в учебные задания; – рассеянность и невнимательность; – снижение устойчивого интереса к учебной деятельности; – выраженная зависимость от мнения сверстников; – избегание отдельных детей или групп;

	– ситуативная тревожность по поводу статуса в классе; – эмоциональная нестабильность; – может «выпадать» из коллективной работы; – периодическая отстраненность от общения
Красный (реагирую / срочное сопровождение)	– устойчивое социальное исключение или выраженная изоляция; – отсутствие устойчивых контактов со сверстниками либо крайние формы поведения в группе; – выраженная агрессия (дерется, грубит, провоцирует конфликты); – импульсивное и деструктивное поведение; – может воровать или нарушать социальные нормы; – попытки доминирования или подавления других детей; – частые конфликты со взрослыми; – выраженная тревожность или, наоборот, чрезмерная «удобность» (страх высказывать мнение, полное подчинение); – резкое снижение учебной и социальной активности; – признаки эмоциональной подавленности; – частые пропуски школы без уважительных причин

! Важно

Красная зона в данном возрасте не всегда проявляется только через агрессию. Она может включать как деструктивное поведение, так и полную социальную подавленность, чрезмерную зависимость и отсутствие собственного мнения.

Также важно учитывать, что самоповреждающее поведение может быть менее заметным для взрослых, так как ребенок становится более контролирующим свое поведение и старается не демонстрировать его открыто.

При этом формы самоповреждения могут сохраняться, но быть скрытыми от наблюдения в школе и проявляться вне поля зрения взрослых. Поэтому особое значение приобретает внимательное отношение к косвенным признакам и изменениям в поведении.

5 класс **10 – 11 лет**	**Период адаптации к обучению в среднем звене**

Переход в 5 класс является одним из наиболее значимых этапов школьного обучения. Ребенок сталкивается с новой образовательной средой: несколькими учителями, изменением требований, увеличением учебной нагрузки и новой системой оценивания.

Особенно уязвимыми в этот период становятся не только дети с поведенческими трудностями, но и внешне благополучные учащиеся – отличники и тревожные дети. Для них характерно стремление к стабильности и успеху, поэтому смена условий может вызывать выраженное внутреннее напряжение.

В этот период ребенку необходимо заново выстраивать отношения с учителями, адаптироваться к новым требованиям и подтверждать свою учебную успешность в изменившихся условиях.

! Важно

Основной задачей психолого-педагогического наблюдения в 5 классе является оценка процесса адаптации к средней школе.

Тревожным сигналом является не сам факт трудностей, а их устойчивость и увеличение во времени: снижение мотивации, усиление тревожности, потеря учебной уверенности и нарушение социальных связей.

Что важно заметить в этом возрасте?

Маркеры наблюдения	На что обратить внимание?
Что делает (поведение)	– снижение учебной уверенности на фоне перехода в среднее звено; – трудности адаптации к новым требованиям и нескольким педагогам; – повышенная утомляемость; – эпизодическая дезорганизация учебной деятельности; – снижение активности на уроках; неуверенность при ответах; – избегание отдельных предметов или учителей; – ситуативная тревожность; – трудности включения в новый коллектив; – эпизодическая замкнутость; – зависимость от поддержки взрослых; – нестабильность учебной мотивации в период адаптации
Что говорит (речь)	– *«Я не справляюсь»;* – *«Я не понимаю, как тут учиться»;* – *«Я стал хуже учиться»;* – *«Я боюсь ошибиться»;* – *«У нас слишком сложно»;*

	– *«Я ничего не знаю»;* – *«Я не такой умный, как раньше»;* – *«Я никому не нужен»;* – *«Со мной никто не дружит»;* – *«Я здесь чужой»;* – *«Меня не понимают»;* – *«Я не хочу идти в школу»;* – *«Мне там плохо»;* – *«Я устал»;* – *«Мне тяжело»;* – *«Я не хочу отвечать»;* – *«Оставьте меня»;* – *«Мне все равно»*
Как выглядит (внешний вид)	– ситуативная неопрятность, связанная с адаптацией (не всегда соблюдена аккуратность одежды); – повышенная утомленность во внешнем виде (сонливость, сниженная собранность); – возможная неустойчивость в уходе за собой в период стресса; – снижение аккуратности тетрадей и внешнего вида в школе; – избегание зрительного контакта при тревоге; – напряженная поза на уроках; – возможное стремление «закрываться» (капюшон, закрытая поза, скрещенные руки); – единичные следы обгрызенных ногтей при тревоге; – в норме – без устойчивых признаков запущенности или выраженных изменений внешности

Светофор наблюдения

Уровень	Критерий наблюдения
Зеленый (норма / наблюдаю)	– постепенно адаптируется к новой системе обучения; – проявляет учебную активность; – ситуативно тревожится, но включается в работу; – сохраняет базовые социальные связи; – нуждается в поддержке и разъяснении требований
Желтый (внимание / динамическое наблюдение)	– слабые признаки дезадаптации: – неуверенность в учебной деятельности; – снижение мотивации; – тревожность перед уроками или контрольными; – затруднения в установлении контакта с учителями; – избегание отдельных предметов; – эмоциональная нестабильность; – снижение активности в классе
Красный (реагирую / срочное сопровождение)	– устойчивые признаки дезадаптации к средней школе; – резкое снижение учебной мотивации; – значительное ухудшение успеваемости без объективных причин; – выраженная социальная изоляция или разрушение прежних дружеских связей; – полное избегание отдельных учителей или школы; – выраженная тревожность или подавленность; – возможное самоповреждающее поведение; – стойкие негативные высказывания о себе

6 – 7 класс 11 – 13 лет	**Период активного подросткового становления и эмоциональной перестройки**

В этом возрасте начинается наиболее выраженный этап подросткового развития. Поведение становится эмоционально нестабильным, реактивным, с яркими проявлениями агрессии, раздражительности и протестных форм реагирования.

Формируется потребность в автономии и личных границах. Подростки активно отстаивают свое пространство, но при этом сами могут нарушать границы других – часто в жесткой, импульсивной или агрессивной форме.

Авторитет учителя снижается, становится более условным. Влияние сверстников значительно возрастает. Формируются устойчивые группы, усиливается групповая иерархия, появляется выраженное разделение «своих» и «чужих».

! Важно

В этом возрасте ключевым становится не только индивидуальное поведение, но и групповая динамика класса.

Именно в 6–7 классах чаще всего формируются:

- *буллинг (в том числе скрытый и групповой);*
- *жесткая иерархия в коллективе;*
- *лидерские конфликты между группами и классами;*
- *перенос агрессии в социальные взаимодействия.*

Что важно заметить в этом возрасте?

Маркеры наблюдения	На что обратить внимание
Что делает (поведение)	– повышенная эмоциональная реактивность и импульсивность; – стремление к самостоятельности и отстаиванию границ; усиление значимости сверстников; – формирование микрогрупп и группировок; – частые конфликты со сверстниками и взрослыми; – протестное поведение; – снижение учебной мотивации; – нарушения школьных правил и границ; – прогулы, опоздания, уходы с уроков; – участие в буллинге (в роли участника, наблюдателя или инициатора); – пренебрежительное отношение к окружающим; – эмоциональная холодность или резкие вспышки агрессии; – рискованные формы поведения; – стремление к доминированию в группе; – расширение контактов, включая старшие классы
Что говорит (речь)	– *«Все бесят»;* – *«Я всех ненавижу»;* – *«Отстаньте»;* – *«Мне все равно»;* – *«Сдохните»;* – *«Я убью»;* – *«Ненавижу школу»;* – *«Учителя тупые»;* – *«Вы меня достали»;* – *«Я не обязан ничего делать»;*

	– *«Мне пофиг»;* – *«Пошли вы»;* – *«Я сам знаю, как надо»;* – *«Мне никто не указ»*; – использование нецензурной лексики как нормы общения; – обесценивание взрослых и сверстников; – грубые уничижительные высказывания о других; – угрозы и демонстративная агрессия в речи
Как выглядит (внешний вид)	– возможны резкие изменения внешнего вида (стиль, демонстративность или полное игнорирование внешнего вида); – неустойчивость в аккуратности одежды и ухода за собой; – закрытые позы, стремление к изоляции или, наоборот, демонстративность в одежде; – напряженный или агрессивный внешний вид; – следы усталости, эмоционального перенапряжения; – обгрызенные ногти, расчесы кожи при тревоге; – синяки и мелкие травмы; – попытки скрывать эмоции через внешний образ (капюшон, закрытая одежда); – в отдельных случаях – признаки самоповреждений или их маскировка

Светофор наблюдения

Уровень	Критерий наблюдения
Зеленый (норма / наблюдаю)	– проявляет эмоциональную реактивность, но контролирует поведение; – включается в учебную и внеучебную деятельность; – формирует группы общения; – защищает границы, но без выраженной агрессии;

	– ситуативные конфликты; – интерес к сверстникам и социальному взаимодействию
Желтый (внимание / динамическое наблюдение)	– частые эмоциональные вспышки; – протестное поведение; – снижение учебной мотивации; – эпизодические прогулы или опоздания; – выраженная раздражительность; – конфликтность в группе; – участие в напряженных межличностных ситуациях; – пренебрежительное отношение к правилам; – первые проявления буллинга (как участник или свидетель)
Красный (реагирую / срочное сопровождение)	– устойчивое агрессивное или деструктивное поведение; – систематические прогулы; – участие в буллинге (в том числе организатор или активный участник); – выраженная жестокость по отношению к сверстникам; – неконтролируемые вспышки агрессии; – социальная изоляция или криминализированное поведение (воровство, драки, угрозы); – выраженная эмоциональная холодность или полная потеря эмпатии; – систематическое нарушение правил и границ

В 6–7 классах важно учитывать, что поведение подростка определяется не только индивидуальными особенностями, но и выраженной групповой динамикой, а также процессом активной

сепарации от взрослых. В этом возрасте формируется потребность отделяться от родительских и школьных авторитетов, что естественным образом может проявляться через протест, эмоциональные вспышки, негативизм и конфликтность.

Важно понимать, что не каждая форма агрессии является признаком риска. В пределах возрастной нормы подросток может проявлять раздражение, спорить, отстаивать границы, эмоционально реагировать на требования взрослых. Ключевым различием является способность к сохранению контакта с авторитетом: в рамках возрастной нормы, даже вступая в конфликт, способен слышать взрослого, признавать ошибку, корректировать поведение и возвращаться к взаимодействию.

При рисковых формах поведения наблюдается другая картина: утрата гибкости в контакте, устойчивое отрицание правил и авторитетов, выраженная импульсивность, невозможность остановиться в конфликте и снижение способности к рефлексии собственного поведения.

Половые особенности в этом возрасте проявляются по-разному. У мальчиков чаще усиливается двигательная активность, стремление к соревнованию, физическому взаимодействию, при этом постепенно растет интерес к цифровой среде – компьютерным играм и социальным сетям как пространству общения и самоутверждения. У девочек быстрее проявляются гормональные и эмоциональные изменения: возрастает чувствительность к внешности, стилю, социальному признанию и оценке со стороны сверстников.

У большинства подростков обоих полов значительно увеличивается вовлеченность в социальные сети, что становится

дополнительным фактором влияния на самооценку, поведение и формирование групповых норм.

8 класс **13 – 14 лет**	**Этап формирования идентичности и социальной перестройки**

8 класс выделяется как самостоятельный этап подросткового развития, поскольку в этот период происходит качественное изменение социальной и эмоциональной динамики подростка.

Если в 6–7 классах преобладает становление подросткового поведения с яркой импульсивностью и протестом, то в 8 классе наблюдается снижение внешней агрессии при одновременном углублении внутренних процессов, связанных с формированием идентичности, отношений и социальной принадлежности.

В отличие от 9–11 классов, где усиливается ориентация на будущее, экзамены и профессиональное самоопределение, 8 класс характеризуется максимальной вовлеченностью в социальную среду «здесь и сейчас»: отношения, группы, статус, признание, эмоциональные связи, авторитет.

! Важно

В 8 классе значительно возрастает влияние сверстников, а авторитет взрослого, включая учителя, часто теряет ведущую регулирующую роль.

В большинстве случаев подросток ориентируется на мнение группы сверстников, что становится ключевым фактором поведения, выбора и эмоциональных реакций.

Именно этот возраст характеризуется максимальной социальной зависимостью при внешнем стремлении к автономии.

Что важно заметить в этом возрасте?

Маркеры наблюдения	На что обратить внимание
Что делает (поведение)	– активное включение в группу сверстников; – формирование устойчивых микрогрупп и иерархий; – выраженное стремление к статусу и признанию в группе; усиление конкуренции внутри класса; – участие в групповых конфликтах и буллинге (в роли участника, наблюдателя или инициатора); – эпизоды демонстративного или импульсивного поведения; – снижение учебной мотивации на фоне значимости общения; – пренебрежение школьными правилами; – зависимость от мнения группы при принятии решений; – рискованные формы поведения в компании сверстников; – расширение социальных контактов, включая старшие классы
Что говорит (речь)	– *«Все тупые / все бесят»;* – *«мне плевать»; «я сам решаю»;* – *«не лезьте ко мне»;* – *«вы ничего не понимаете»;* – *«я ненавижу школу»;* – *«я лучше них»;* – *«они никто»;* – *«я сам по себе»;* – *«мне никто не указ»;* – использование грубой и нецензурной лексики в группе как нормы общения; – обесценивание сверстников и взрослых; – резкие конфликтные высказывания;

	− импульсивные угрозы *(«отстань», «свали», «убью», «сдохни»)* как форма эмоциональной реакции без устойчивого намерения
Как выглядит (внешний вид)	− возможна демонстративность во внешнем виде (яркость, акцент на принадлежность к группе, подчеркнутая «взрослость» образа); − либо, наоборот, резкое упрощение и игнорирование внешнего вида; смена стиля под влияние микрогруппы; − стремление выделиться или подчеркнуть статус через одежду и аксессуары; − периодическая неопрятность при снижении мотивации; − напряженная мимика, демонстративные позы; − признаки усталости и эмоционального перенапряжения; − обгрызенные ногти, следы тревожных привычек; − возможное частичное скрывание тела одеждой в период тревожности

Светофор наблюдения

Уровень	Критерий наблюдения
Зеленый (норма / наблюдаю)	− активно включается в социальную жизнь класса; − формирует и поддерживает устойчивые дружеские связи; − ориентируется на мнение сверстников, но сохраняет контакт с взрослым; − может вступать в споры и конфликты, но способен признавать позицию другого и восстанавливаться после конфликтов; − участвует в групповой динамике без выраженного давления на других; − эмоциональные реакции ситуативны и связаны с конкретной ситуацией (оценка, конфликт, признание); − проявляет интерес к статусу в группе, но без устойчивой фиксации на доминировании или исключении других

Желтый (внимание / динамическое наблюдение)	− выраженная зависимость от мнения сверстников; − нестабильное положение в группе (то включен, то исключен); − конфликты или напряженные ситуации в микрогруппах; − уход в одну устойчивую группу с потерей других социальных связей; − эпизодическое участие в буллинге (как наблюдатель или ситуативный участник); − снижение учебной мотивации на фоне значимости общения; − пренебрежение школьными правилами в группе; − эмоциональная нестабильность в зависимости от социальной ситуации; − использование грубой, сленговой речи как способа принадлежности к группе.
Красный (реагирую / срочное сопровождение)	− устойчивое включение в агрессивные или деструктивные группы; − систематическое участие в буллинге (включая роль организатора, инициатора или активного участника); − выраженная социальная изоляция либо жесткая закрытость в одной деструктивной микрогруппе; − выраженная жестокость по отношению к сверстникам или животным; − систематическое нарушение школьных правил и границ; − криминализированные формы поведения (кражи, угрозы, драки, вымогательство); − выраженная эмоциональная холодность, снижение эмпатии; − неконтролируемые вспышки агрессии; − выраженная аутоагрессия, скрытые или явные самоповреждения;

	− суицидальные высказывания, суицидальные мысли или попытки; − самоповреждающее поведение (в том числе скрытое, замаскированное под случайные травмы); − частые пропуски школы без уважительных причин; − скрытые формы самоповреждающего поведения (в том числе замаскированные под «случайные» травмы); − резкое ухудшение состояния после эмоционально значимых событий (разрыв отношений, конфликт, исключение из группы, потеря значимого контакта), включая демонстративные или скрытые суицидальные и самоповреждающие реакции.

9 – 11 класс **14 – 17 лет**	**Период самоидентификации и формирования жизненных ориентиров**

9–11 класс – это завершающий этап школьного детства и переход к взрослой жизни.

В этот период подросток сталкивается с повышенной ответственностью: экзамены, выбор профессии, давление ожиданий семьи и школы, тревога будущего.

Эмоциональная динамика меняется: яркие вспышки, характерные для младшего подросткового возраста, постепенно снижаются, но напряжение не исчезает – оно уходит внутрь.

Подросток начинает активно искать ответы на вопросы:

– кто я;

– куда я иду;

– зачем я учусь;

– есть ли смысл в будущем;

– как устроены отношения с другими людьми;

– чего я на самом деле хочу от жизни.

Это делает данный возраст одновременно зрелым по мышлению и очень уязвимым по внутреннему состоянию. Подросток внешне может выглядеть уверенным, но внутри часто переживает сомнения, колебания и поиск опоры.

! Важно

В 9–11 классах меняется сама структура влияний на подростка. В данном возрасте ключевым становится внутренний мир подростка: его личные смыслы, ценности, представления о будущем и собственная жизненная траектория.

Внешне это может выглядеть как зрелость и самостоятельность, но фактически это период высокой внутренней нестабильности, когда подросток одновременно стремится к автономии и испытывает сильную зависимость от эмоционально значимых факторов – отношений, признания, успеха и ощущения собственной состоятельности.

Авторитет взрослого перестает быть универсальным и становится «выборочным»: подросток принимает влияние только тех взрослых, которых воспринимает как уважительных к его личности и жизненным вопросам. При этом формальный контроль и давление часто вызывают закрытость, сопротивление или уход в молчание.

В этом возрасте особенно важно учитывать, что многие переживания становятся внутренними и слабо проявляются в поведении. Подросток может выглядеть спокойным и включенным, но при этом находиться в состоянии выраженного эмоционального напряжения, тревоги или потери смысла.

Что важно заметить в этом возрасте?

Маркеры наблюдения	На что обратить внимание
Что делает (поведение)	– формирование устойчивой системы ценностей и жизненных ориентиров; – активный интерес к будущему (экзамены, профессия, выбор пути); – участие в учебной и внеучебной деятельности по интересам; – способность к рефлексии и обсуждению сложных тем (смысл жизни, отношения, ценности, моральный выбор); – эмоциональная саморегуляция становится более осознанной; – сохранение и углубление социальных связей; – обращение за помощью к значимым взрослым при необходимости; – планирование будущего и попытки выстраивания индивидуальной образовательной траектории
Что говорит (речь)	– *«я думаю о будущем»;* – *«хочу поступить…»;* – *«мне важно понять себя»;* – *«я не уверен, но пробую»;* – *«мне нужно время разобраться»;* – *«я устал»;* – *«мне тяжело, но я справляюсь»;* – *«я не вижу смысла»;* – *«мне все равно»;* – *«я не хочу ничего»;* – *«я не справляюсь»;* – *«оставьте меня в покое»;* – *«я никому не нужен»;* – *«всем будет лучше без меня»;*

	– *«я устал жить»;* – односложные ответы, уход от обсуждения будущего, резкое снижение речевой включенности
Как выглядит (внешний вид)	– внешний вид в норме отражает формирование индивидуального стиля и самопрезентации; – возможны эксперименты с образом (одежда, прическа, аксессуары) как способ самовыражения; – в целом сохраняется ухоженность при поддержанном состоянии; – при неблагополучии возможны резкие изменения внешнего вида (запущенность, снижение ухода за собой); – признаки эмоционального истощения (усталый взгляд, сниженная мимика, «потухший» внешний вид); – закрытые позы, избегание контакта; – стремление к изоляции или полное «исчезновение» из визуального контакта со средой; – возможные признаки самоповреждений или их сокрытия (закрытая одежда, избегание демонстрации тела)

Светофор наблюдения

Уровень	Критерий наблюдения
Зеленый (норма / наблюдаю)	– Подросток находится в активном процессе самоопределения и формирования жизненных ориентиров. – Проявляет интерес к будущему (экзамены, выбор профессии, личные цели), может обсуждать перспективы и строить реалистичные планы. – Включается в учебную деятельность на основе личного смысла или интереса, а не только внешнего контроля. – Формирует устойчивые группы по интересам, способен поддерживать длительные социальные связи. – Демонстрирует способность к рефлексии: обсуждает ценности, отношения, моральные нормы, смысл происходящего.

	– Эмоциональные реакции становятся более осознанными, подросток чаще способен остановиться и переосмыслить ситуацию. – При стрессе может испытывать тревогу, усталость, сомнения, но в целом сохраняет поведенческий контроль. При необходимости способен обращаться за помощью к взрослым, если есть доверие. Постепенно формируется собственная система взглядов и личных границ.
Желтый (внимание / динамическое наблюдение)	– Отмечается постепенное снижение учебной мотивации на фоне эмоционального и когнитивного истощения. – Появляется выраженная тревога относительно будущего, экзаменов, собственной состоятельности. – Подросток может терять интерес к отдельным предметам или к обучению в целом, часто говорит о бессмысленности учебы или сомнениях в своих способностях. – Усиливается эмоциональная закрытость, снижение готовности делиться переживаниями со взрослыми. – Наблюдается уход в узкий круг общения или зависимость от одной значимой группы. – Возможны конфликты с родителями и педагогами на фоне стремления к автономии. Появляется скрытая тревожность, раздражительность, эпизодическое протестное поведение, пассивное сопротивление требованиям (не выполняет задания, «забывает», избегает). Формируется неустойчивая вера в собственные возможности, частые сомнения в себе.
Красный (реагирую / срочное сопровождение)	– Наблюдается выраженная дезадаптация и нарушение функционирования в учебной и социальной сфере. – Подросток может находиться в состоянии эмоциональной пустоты, апатии, утраты смыслов. – Характерна устойчивая социальная изоляция либо уход в деструктивные компании с полным принятием их норм. – Отмечается систематическое избегание школы, прогулы без объяснения причин, резкое снижение учебной активности.

	– Возможны выраженные депрессивные состояния, ощущение безнадежности, потеря интереса к будущему. – Присутствуют самоповреждающие действия (селфхарм), суицидальные мысли, высказывания или попытки. – Усиливается употребление алкоголя, табака и психоактивных веществ как способ регуляции состояния. – Возможны уходы из дома, участие в опасных ситуациях и компаниях, рискованные действия без оценки последствий. – Резко снижается способность к самоконтролю и критической оценке происходящего, наблюдается глубокое нарушение адаптации.

1 – 2 курс колледжа 15 – 17 лет	**Период профессионального и личностного самоопределения, а также формирования жизненных и профессиональных ориентиров.**

1–2 курс колледжа – это период перехода от школьной системы к более самостоятельной и взрослой образовательной среде. Подросток сталкивается с новой организацией обучения, изменением роли взрослого, расширением свободы и одновременно повышением ответственности за собственные действия.

Это также период резкой социальной перестройки: формируются новые группы, новые правила взаимодействия и новые модели поведения.

! Важно

В 1–2 курсе колледжа происходит резкая перестройка всей социальной и личностной системы студента. Подросток одновременно выходит из школьной среды с высокой степенью контроля и попадает в пространство, где требования к самостоятельности значительно выше, а внешняя структура поддержки становится менее выраженной.

Внешне это может восприниматься как «взрослая жизнь» и расширение свободы, однако психологически это период высокой уязвимости, связанный с необходимостью быстро адаптироваться к новым правилам, людям, нормам общения и образовательным требованиям.

Ключевым фактором поведения становится не столько влияние отдельной группы, сколько сочетание нескольких факторов: наличие или отсутствие значимого взрослого рядом, качество первых социальных связей в новой среде и уровень личной готовности к самостоятельной жизни.

Что важно заметить в этом возрасте?

Маркеры наблюдения	На что обратить внимание
Что делает (поведение)	– постепенная адаптация к новой образовательной среде; – формирование самостоятельности; – установление контактов в группе и межгруппового общения; – освоение новой социальной роли студента; – появление и уточнение профессиональных интересов (часто нестабильных); – участие в учебном процессе при поддержке;

	− расширение круга общения; − постепенное принятие ответственности за собственные решения; − активное включение в студенческую среду; − освоение новых форм самостоятельной жизни (быт, режим, коммуникации)
Что говорит (речь)	− *«Я не справляюсь»;* − *«Я зря сюда поступил»;* − *«Мне это не нужно»;* − *«Я не понимаю, зачем учусь»;* − *«Я не вывожу»;* − *«Всем все равно»;* − *«Меня здесь никто не знает/не понимает»;* − *«Я тут лишний»;* − *«Я сам не знаю, чего хочу»;* − *«Мне тяжело привыкнуть»;* − обесценивающие или грубые высказывания; − закрытые ответы; − отказ обсуждать учебу, профессию и будущее
Как выглядит (внешний вид)	− возможны выраженные изменения внешнего вида как часть поиска идентичности и самопрезентации; − демонстративный стиль одежды (подчеркнутая взрослость, яркость, провокационные элементы либо резкая смена образа); − в отдельных случаях – открытая одежда вне контекста ситуации; − либо, наоборот, закрывание тела как форма защиты или тревожности; − признаки неустойчивого режима (усталый вид, недосып); − снижение ухоженности при дезадаптации; − активное следование групповой моде;

	− включение во «взрослые» формы досуга (вечеринки, встречи в квартирах, неформальные компании, поздние возвращения)

Светофор наблюдения

Уровень	Критерий наблюдения
Зеленый (норма / наблюдаю)	− проходит процесс адаптации к принципиально новой социальной и образовательной среде; − осваивает роль студента в системе, где отношение к нему ближе к взрослому формату взаимодействия; − постепенно знакомится с преподавателями и студентами своей и параллельных групп; − формирует новые социальные связи; − включается в учебный процесс при наличии поддержки; − постепенно осваивает самостоятельность в организации обучения и быта; − ориентируется в новых правилах и требованиях колледжа; − может испытывать стресс адаптации, но сохраняет включенность в образовательный процесс
Желтый (внимание / динамическое наблюдение)	− выраженные трудности адаптации к новой среде (растерянность, дезориентация, снижение включенности); − нестабильное посещение занятий, эпизодические пропуски; − снижение или потеря учебной мотивации; − сложности в установлении контакта с преподавателями и группой; − чувство одиночества, неустойчивые или поверхностные социальные связи; − зависимость от мнения группы; − включение в отдельные компании без устойчивой принадлежности;

	− эпизодическое участие в рискованных или сомнительных формах поведения; − трудности профессионального самоопределения (обучение «по направлению семьи», без внутреннего выбора); − эмоциональная нестабильность на фоне адаптации
Красный (реагирую / срочное сопровождение)	− устойчивая социальная и учебная дезадаптация; систематические пропуски занятий или фактический отказ от обучения; − включение в деструктивные группы с жесткой неформальной иерархией; − признаки давления в группе (психологическое давление, вымогательство, принуждение к действиям); − участие в криминализированных формах поведения; − выраженная эмоциональная опустошенность, апатия; − употребление алкоголя, табака, ПАВ; − рискованное поведение и «взрослые сценарии» без готовности к ним; − ранние и небезопасные романтические связи (в том числе отношения с более взрослыми партнерами, с выраженным дисбалансом влияния); − самоповреждающее поведение; − суицидальные высказывания или попытки; − резкое выпадение из социальной и образовательной среды

У нас уже есть все необходимое для начала качественной диагностической работы. Однако сама диагностика – это только начало. Полученные результаты еще не дают ответов на вопросы педагога-психолога. Цифры, баллы, шкалы и ответы начинают приобретать смысл только тогда, когда специалист умеет их

анализировать, сопоставлять между собой и видеть за ними реального ребенка или подростка.

Именно после завершения первичной диагностики начинается один из самых ответственных этапов работы. Педагогу-психологу необходимо понять, какие результаты требуют дополнительного внимания, где достаточно наблюдения, а где уже необходима более глубокая оценка ситуации. Возникают новые вопросы: кого приглашать на беседу, какие методики использовать дальше, как определить уровень риска и каким образом выстраивать дальнейшее сопровождение.

Об этом и пойдет речь в следующей главе. Мы перейдем от проведения диагностики к анализу ее результатов и рассмотрим, как принимать взвешенные профессиональные решения, сохраняя главный ориентир – благополучие и безопасность обучающегося.

ГЛАВА II
НАВИГАТОР ДИАГНОСТИЧЕСКИХ РЕШЕНИЙ

Путь от результатов диагностики к обоснованным профессиональным решениям

Диагностика завершена. Результаты получены, данные собраны, наблюдения зафиксированы. Однако именно на этом этапе начинается самая ответственная часть работы педагога-психолога. Провести диагностику значительно проще, чем правильно понять полученную информацию и принять обоснованные профессиональные решения.

За каждым показателем, баллом и ответом стоит конкретный ребенок или подросток со своей жизненной ситуацией, переживаниями и потребностями. Поэтому задача специалиста заключается не только в обработке результатов, но и в том, чтобы определить, кому достаточно дальнейшего наблюдения, кому необходима дополнительная диагностика, а кому поддержка требуется уже сейчас.

Именно здесь у многих педагогов-психологов возникает главный практический вопрос.

«Что делать с результатами после того, как диагностика проведена?»

Чтобы ответить на этот вопрос, необходимо последовательно разобраться, как правильно анализировать полученные результаты, на что обращать внимание в первую очередь и каким образом переходить от отдельных показателей к пониманию реальной ситуации ребенка или подростка. Именно с этого начинается путь от диагностики к дальнейшему сопровождению.

1 Как анализировать результаты первичной диагностики

Подробные инструкции по обработке результатов, подсчету баллов и интерпретации каждой методики представлены в ***«Сборнике диагностических методик: в помощь педагогу-психологу»***, поэтому в данной главе мы не будем повторно останавливаться на технических аспектах подсчета.

Диагностика проводится через цифровые платформы, обработка результатов осуществляется автоматически. Педагогу-психологу необходимо внимательно ознакомиться с алгоритмами работы используемой платформы и корректно использовать полученные данные в дальнейшей работе.

Подсчет результатов – это только первый шаг. Главная задача педагога-психолога заключается не в том, чтобы получить баллы, а в том, чтобы понять, что они означают для конкретного ребенка или подростка.

Поэтому после обработки результатов рекомендуется оформить аналитический протокол диагностического обследования. Такой документ помогает систематизировать информацию, увидеть общую картину по обучающемуся или группе и зафиксировать профессиональные выводы, которые станут основой для дальнейшей работы.

Аналитический протокол позволяет не только сохранить результаты диагностики, но и отразить наиболее значимые наблюдения, выявленные факторы риска, сильные стороны обучающегося, а также предварительные решения о необходимости дальнейшего сопровождения или углубленной диагностики.

! Любая диагностика включает не только количественную обработку результатов (баллы, уровни, показатели), но и **качественный анализ** полученных данных.

Именно качественный анализ позволяет увидеть ребенка за цифрами, понять значение полученных результатов, сопоставить их с наблюдением, возрастными особенностями и жизненной ситуацией обучающегося.

На практике именно этот этап становится ядром работы педагога-психолога. Подсчитать результаты может методика или цифровая платформа, но принять профессиональное решение может только специалист. Поэтому далее мы подробнее остановимся на качественном анализе результатов и рассмотрим, как перейти от отдельных показателей к целостному пониманию ситуации ребенка или подростка.

2 Как увидеть ребенка за цифрами

Вы не раз замечали, что одинаковые результаты могут иметь совершенно разное значение для разных обучающихся.

Один подросток с высоким уровнем тревожности может успешно справляться с нагрузкой и иметь поддержку семьи, а другой при аналогичных показателях может находиться в состоянии эмоционального истощения и нуждаться в помощи уже сейчас.

Поэтому следующим этапом становится качественный анализ результатов.

Комплексный анализ данных

На этапе качественного анализа педагог-психолог анализирует не отдельную методику, а общую картину состояния обучающегося.

Для этого рекомендуется учитывать:

1. результаты первичной диагностики;

2. наблюдение в процессе проведения диагностики;

3. информацию от классного руководителя;

4. информацию от социального педагога;

5. данные родителей (при наличии);

6. особенности жизненной ситуации ребенка или подростка.

Сопоставление результатов разных методик

! Ни одна методика не должна рассматриваться изолированно.

Чтобы лучше понять, как работает качественный анализ на практике, рассмотрим типичные ситуации, с которыми может столкнуться педагог-психолог при интерпретации результатов.

Ситуация 1. «Высокие показатели тревожности»

У обучающегося:

→ высокий уровень тревожности по нескольким методикам;

→ при этом в классе он выглядит спокойным и собранным;

→ по наблюдениям – старается быть «удобным», избегает ошибок.

Что важно увидеть педагогу-психологу: здесь тревожность может быть не внешней, а «внутренней» – ребенок не проявляет ее открыто, но постоянно напряжен внутри.

Вывод: высокая тревожность, подтвержденная несколькими методиками, даже при внешнем благополучии и отсутствии заметных поведенческих проявлений, является основанием для проведения углубленной диагностики. Особое внимание рекомендуется уделить страху ошибок, завышенным требованиям к себе, потребности все контролировать, уровню внутреннего напряжения и возможным признакам эмоционального истощения.

Ситуация 2. «Высокое одиночество»

У обучающегося:

→ высокий уровень одиночества по ДОПО;

→ средние или нормальные показатели по другим шкалам;

→ в классе есть общение, но поверхностное.

Что важно увидеть: ребенок может быть включен в коллектив формально, но не чувствовать эмоциональной связи.

Вывод: высокий уровень одиночества является основанием для более детального изучения системы отношений обучающегося. Рекомендуется оценить наличие значимых и доверительных отношений со сверстниками и взрослыми, чувство принятия в коллективе, особенности общения, а также возможные признаки социальной изоляции, эмоционального неблагополучия или скрытых конфликтов.

Ситуация 3. «Несоответствие данных»

У обучающегося:

→ по тестам показатели в норме;

→ но в анкете «Как с тобой обращаются?» есть критические маркеры;

→ по наблюдению – напряженность, закрытость.

Что важно увидеть: один источник данных уже сигнализирует о возможной проблеме.

Вывод: наличие критических маркеров в анкете и признаков неблагополучия по наблюдению является достаточным основанием для углубленной диагностики независимо от результатов остальных методик. В подобных случаях рекомендуется уточнить обстоятельства жизни обучающегося, оценить уровень его психологической

безопасности, характер взаимоотношений со сверстниками и взрослыми, а также исключить возможные факты насилия, буллинга или иных неблагоприятных ситуаций.

Ситуация 4. «Эмоциональное истощение»

У обучающегося:

→ сниженное психологическое благополучие;

→ признаки усталости и безразличия по нескольким шкалам;

→ в процессе диагностики – медленный темп, отсутствие вовлеченности.

Что важно увидеть: это может быть не просто «усталость», а состояние эмоционального истощения.

Вывод: сочетание сниженного психологического благополучия, признаков эмоционального истощения и наблюдаемых изменений активности требует углубленной диагностики. Рекомендуется оценить выраженность депрессивных проявлений, уровень хронического стресса, наличие перегрузки, трудностей адаптации, семейных или личностных факторов, которые могут поддерживать состояние эмоционального неблагополучия.

! Один показатель может вызвать вопрос.
Несколько совпадающих показателей позволяют сформировать рабочую гипотезу.

3 Анализ наблюдений

Результаты диагностики всегда рекомендуется сопоставлять с наблюдением. Иногда ребенок может не показать высоких результатов по шкалам риска, но его поведение во время обследования уже

сигнализирует о необходимости более внимательного изучения ситуации.

Ниже представлены два чек-листа наблюдения, которые можно использовать в процессе диагностики и в повседневной работе с обучающимися для фиксации ключевых поведенческих и эмоциональных проявлений.

Чек-лист наблюдения за обучающимися

в ходе первичной психологической диагностики

Отметьте все, что наблюдалось в процессе работы с группой

Класс / группа	Дата проведения	Педагог-психолог

	Тревожность и страх
☐	Выраженная тревожность перед началом работы
☐	Постоянные вопросы о правильности ответов
☐	Страх ошибиться
☐	Слезы или эмоциональные реакции
☐	Резкое ухудшение настроения во время диагностики

	Избегание и отказ
☐	Отказ выполнять отдельные задания
☐	Стремление как можно быстрее закончить работу
☐	Избегание контакта с педагогом-психологом
☐	Отсутствие интереса к происходящему

Поведенческие реакции	
□	Двигательное беспокойство
□	Выраженная заторможенность
□	Демонстративное поведение
□	Агрессивные реакции
□	Резкий уход из кабинета / попытка прервать диагностику

Запрос на контакт	
□	Обращение за помощью после завершения диагностики
□	Желание поговорить индивидуально

Комментарии и дополнительные наблюдения

При наличии двух и более отмеченных пунктов в одной категории рекомендуется индивидуальная беседа с обучающимся.

При необходимости наблюдения могут фиксироваться не только в процессе диагностики, но и в повседневной школьной жизни – на уроках, переменах, а также в ходе общения и внеурочной деятельности обучающегося.

Чек-лист наблюдения за обучающимся

в учебной и повседневной жизни

Отметьте все, что наблюдается у обучающегося в разных ситуациях

Класс / группа	Дата наблюдения	Педагог-психолог

Эмоциональное состояние	
□	Частая тревожность или напряженность
□	Резкие перепады настроения
□	Часто подавленное или грустное состояние
□	Быстрая эмоциональная утомляемость
□	Повышенная чувствительность к замечаниям или оценке
□	Повышенная импульсивность (резкие, необдуманные реакции)
□	Эмоциональные вспышки агрессии или раздражительности
□	Плаксивость

Поведение на уроках	
□	Трудности с включением в учебную деятельность
□	Быстрая потеря концентрации внимания
□	Избегание ответов или активного участия
□	Сильный страх ошибки
□	Чрезмерное стремление к идеальному выполнению заданий
□	Частые просьбы о подтверждении «правильно ли я делаю»

□	Нарушение дисциплины (разговоры, отвлечение других, несоблюдение правил)
□	Девиантные проявления на уроке (демонстративное игнорирование требований, провокационное поведение)
□	Отказ выполнять задания или намеренное их игнорирование
□	Систематическое нарушение правил поведения в классе

Общение со сверстниками	
□	Ограниченное общение с одноклассниками
□	Трудности в установлении контакта
□	Конфликтность или резкие реакции в общении
□	Избегание групповой работы
□	Зависимость от одного-двух значимых сверстников
□	Чувство изоляции или «я отдельно от других»
□	Отсутствие устойчивых дружеских отношений
□	Быстрая смена друзей или частые разрывы отношений
□	Трудности в поддержании длительного общения
□	Склонность к подчинению или чрезмерной зависимости в группе
□	Избегание общения со сверстниками вне учебной ситуации
□	Трудности в понимании социальных норм общения (шутки, границы, личное пространство)
□	Предпочитает общение со старшими по возрасту (взрослыми, старшеклассниками)

Взаимодействие со взрослыми	
□	Повышенная настороженность в общении
□	Избегание контакта со взрослыми
□	Чрезмерная зависимость от оценки взрослого
□	Страх замечаний или критики
□	Обращение за подтверждением каждого действия
□	Агрессивные или резкие реакции на замечания взрослых
□	Конфликтное поведение в ответ на требования или ограничения
□	Демонстративное игнорирование просьб или инструкций взрослого
□	Трудности в принятии помощи от взрослого
□	Чрезмерная чувствительность к тону общения (резко реагирует на замечания даже в нейтральной форме)

Поведенческие реакции	
□	Двигательное беспокойство или суетливость
□	Заторможенность, сниженная активность
□	Агрессивные реакции или вспышки раздражения
□	Демонстративное поведение
□	Замкнутость, уход в себя
□	Резкая смена привычного поведения без видимой причины
□	Необычные изменения внешнего вида (резкая смена стиля одежды, нехарактерный внешний вид)
□	Нарушение привычных социальных норм поведения

□	Частые попытки покинуть кабинет или прервать деятельность
□	Импульсивные действия (резкие, необдуманные поступки)
□	Повышенная неусидчивость, невозможность спокойно сидеть на месте
□	Снижение самоконтроля в поведении
□	Необычные или нехарактерные для ребенка поведенческие проявления в школе
□	Потеря интереса к ранее значимым видам деятельности
□	Резкое снижение вовлеченности в учебный процесс

Учебная включенность и мотивация	
□	Снижение интереса к учебе
□	Потеря мотивации к заданиям
□	Нестабильная работоспособность
□	Быстрое утомление при выполнении заданий
□	Формальное выполнение работы без вовлеченности

Творческая и внеучебная активность	
□	Отказ от участия в творческих заданиях
□	Отсутствие инициативы в проектах и мероприятиях
□	Снижение интереса к хобби и увлечениям
□	Сохранение или выраженная активность в творчестве (как ресурс)
□	Поиск нестандартных способов самовыражения

Запрос на контакт и помощь	
□	Обращение за помощью к педагогу-психологу или взрослым
□	Желание поговорить индивидуально
□	Попытки избегать любых обсуждений состояния
□	Появление вопросов о себе, чувствах, отношениях

Дополнительные наблюдения и комментарии

Важно учитывать не отдельные эпизоды, а устойчивые проявления в разных сферах жизни обучающегося. При наличии 2+ отмеченных пунктов в одной категории рекомендуется индивидуальная беседа.

Системное наблюдение позволяет дополнить результаты диагностики и сформировать более полное понимание состояния обучающегося.

4 Учет контекста жизни обучающегося

Для более точного понимания результатов диагностики педагог-психолог может использовать дополнительные источники информации. Этот этап важен, однако он всегда проводится с соблюдением профессиональной этики, принципов конфиденциальности и уважения к личности обучающегося.

Алгоритм сбора дополнительной информации

Психологический анамнез

настольный алгоритм для педагога-психолога

📌 Важно перед началом

Для более точного понимания результатов диагностики педагог-психолог может использовать дополнительные источники информации. Этот этап проводится с соблюдением профессиональной этики, принципов конфиденциальности и уважения к личности обучающегося.

Определение необходимости сбора информации	
1	Оценить результаты диагностики – есть ли противоречия в данных?
2	Определить: требуется ли уточнение ситуации?
3	Проверить: достаточно ли имеющейся информации для выводов?
4	Принять решение – сбор информации проводится только при необходимости, не автоматически.

Определение источников информации	
Классный руководитель	*– особенности поведения на уроках и переменах;* *– включенность в учебную деятельность и уровень мотивации;* *– характер взаимодействия со сверстниками (дружба, конфликты, изоляция);* *– адаптация к требованиям школы или группы;* *– изменения в поведении в динамике (резкие или постепенные изменения);* *– признаки эмоционального неблагополучия, замеченные в повседневной школьной жизни.*
Социальный педагог	*– особенности семейной ситуации и состава семьи;* *– социально-бытовые условия проживания;* *– наличие факторов риска (конфликты в семье, насилие, зависимости, отсутствие контроля);* *– особенности взаимодействия семьи со школой;* *– наличие ранее проводимой социальной или профилактической работы;*

	– уровень социальной поддержки ребенка со стороны окружения.
Родители / законные представители	*– поведение дома и в привычной среде;* *– эмоциональное состояние в повседневной жизни;* *– изменения в настроении, активности и привычках;* *– значимые жизненные события (стресс, утраты, переезды, конфликты);* *– особенности сна, питания, самочувствия;* *– реакции на стрессовые ситуации и трудности в семье.*

Соблюдение этических норм	
1	Соблюдать конфиденциальность данных обучающегося.
2	Проверить необходимость и обоснованность запроса информации.
3	Исключить необоснованное вмешательство в личную жизнь ребенка.
4	Использовать информацию исключительно в профессиональных целях сопровождения.

Согласование работы с обучающимся	
1	По возможности информировать ребенка о том, что часть информации может быть уточнена у взрослых.
2	Учитывать мнение и состояние обучающегося.
3	Исключить действия, которые могут вызвать у него чувство угрозы или недоверия.

Сбор информации от педагогов и специалистов	
1	Корректно сформулировать запрос.
2	Задавать конкретные профессиональные вопросы.
3	Фиксировать только значимую для работы информацию.
4	Избегать оценочных суждений и интерпретаций со стороны других специалистов.

Работа с родителями	
1	Запрашивать информацию только при необходимости, когда она действительно важна для понимания состояния ребенка.
2	Обращаться к родителям в корректной, уважительной и нейтральной форме.
3	Четко объяснять цель запроса: зачем нужна информация и как она будет использована.
4	Учитывать, что обсуждение с родителями не должно ухудшать контакт ребенка с семьей или вызывать напряжение в отношениях.
5	Не допускать ситуации, при которой ребенок чувствует, что его личная информация была раскрыта без необходимости.
6	Избегать оценочных суждений о семье, формулировать информацию через описание фактов и наблюдений.
7	Соблюдать принцип конфиденциальности: обсуждать только то, что действительно необходимо для сопровождения ребенка.
8	Сначала оценивать, можно ли получить нужную информацию из других источников (наблюдение, педагог, сам ребенок).
9	При взаимодействии с родителями сохранять позицию поддержки ребенка, а не поиска виновных.
10	Фиксировать полученную информацию в профессиональной форме, без эмоционально окрашенных интерпретаций.

При анализе результатов важно учитывать не только текущее состояние обучающегося, но и значимые события, которые могли повлиять на его эмоциональное благополучие и развитие.

Некоторые жизненные обстоятельства могут длительное время оставаться незаметными для окружающих, но при этом оказывать существенное влияние на эмоциональное состояние ребенка или подростка.

! **Главный принцип работы:** чем больше факторов риска присутствует одновременно, тем более внимательно специалисту следует относиться к результатам диагностики, наблюдению и организации дальнейшего сопровождения.

Жизненная ситуация	Что может наблюдаться у обучающегося	Возможные риски	На что обратить внимание педагогу-психологу
Один из родителей находится в местах лишения свободы	Стыд, чувство вины, скрытность, недоверие к взрослым, избегание разговоров о семье, сложности в общении со сверстниками	Социальная изоляция, формирование негативной самооценки, вовлечение в асоциальные группы, нарушения доверия к миру и взрослым	Как ребенок говорит о семье, есть ли поддерживающие взрослые, признаки одиночества и социальной отгороженности
Родители злоупотребляют алкоголем	Тревожность, постоянное напряжение, гиперответственность, стремление все контролировать, эмоциональная нестабильность	Хронический стресс, эмоциональное истощение, депрессивные реакции, риск формирования зависимого поведения в будущем	Чувствует ли ребенок себя в безопасности дома, есть ли ресурсы поддержки, признаки эмоционального выгорания
Родители употребляют наркотические вещества	Страх за родителей, недоверие, повышенная тревожность, усталость, проблемы с концентрацией внимания	Тяжелые нарушения привязанности, высокий уровень стресса, риск девиантного поведения, эмоциональные и поведенческие нарушения	Насколько ситуация влияет на повседневную жизнь ребенка, есть ли признаки семейного неблагополучия
Ребенок является свидетелем семейного насилия	Страх, тревожность, чувство беспомощности, повышенная настороженность, агрессия либо пассивность	Формирование представления о насилии как норме, высокий риск тревожных и депрессивных состояний, трудности в построении отношений	Реакции на конфликты, чувство безопасности, отношение к агрессии и насилию
Жертва психологического насилия	Низкая самооценка, постоянное чувство вины, страх критики, неуверенность, зависимость от чужого мнения	Депрессивные переживания, самоповреждающее поведение, высокая уязвимость к буллингу и манипуляциям	Самоотношение ребенка, уровень уверенности в себе, реакция на замечания и ошибки

Жертва физического насилия	Страх наказания, настороженность, избегание контакта со взрослыми, тревожность, повышенная чувствительность к громким звукам и конфликтам	Посттравматические реакции, высокий уровень тревоги, агрессия, самоповреждение, трудности доверия	Насколько ребенок чувствует себя защищенным, есть ли признаки страха перед конкретными взрослыми
Жертва сексуализированного насилия	Замкнутость, эмоциональная нестабильность, резкие изменения поведения, тревожность, избегание определенных тем	Высокий риск кризисных состояний, депрессии, самоповреждений, суицидальных мыслей, нарушений межличностных отношений	Любые изменения эмоционального состояния требуют максимально деликатного и профессионального сопровождения
Суицид в семье (ребенок знает о случившемся)	Повышенный интерес к теме смерти, страх потери близких, тревога, чувство вины, сложные переживания утраты	Повышенная уязвимость к кризисным состояниям, риск формирования суицидальных представлений как способа решения проблем	Как ребенок воспринимает произошедшее, прожита ли утрата, есть ли поддержка семьи
Суицид в семье (ребенок не знает о случившемся)	Внешние проявления могут отсутствовать, однако ребенок может чувствовать эмоциональное напряжение семьи	Косвенное влияние семейной атмосферы, тревожность, ощущение нестабильности и небезопасности	Соблюдать конфиденциальность, не допускать случайного раскрытия информации
Ребенок был свидетелем суицида или попытки суицида	Навязчивые воспоминания, страх, нарушения сна, тревожность, избегание определенных мест или тем	Посттравматические реакции, тревожные расстройства, кризисные состояния, эмоциональная дезорганизация	Наличие признаков психотравмы, уровень эмоционального напряжения
Потеря близкого человека	Грусть, снижение активности, ухудшение концентрации, замкнутость, перепады настроения	Затяжное проживание горя, депрессивные реакции, чувство одиночества	На каком этапе проживания утраты находится ребенок, есть ли поддержка со стороны взрослых

Развод родителей или тяжелый семейный конфликт	Тревога, чувство вины, внутренний конфликт лояльности, ухудшение поведения или успеваемости	Эмоциональная нестабильность, нарушения привязанности, снижение чувства безопасности	Как ребенок переживает ситуацию, вовлечен ли он во взрослые конфликты
Длительное отсутствие одного или обоих родителей	Чувство покинутости, одиночество, повышенная зависимость от значимых взрослых или, наоборот, эмоциональная отстраненность	Трудности привязанности, чувство ненужности, сложности в построении доверительных отношений	Кто является значимым взрослым для ребенка в настоящий момент
Опыт длительного буллинга	Недоверие к сверстникам, избегание общения, тревожность, низкая самооценка	Социальная изоляция, депрессивные переживания, самоповреждения, суицидальные мысли	Сохраняется ли ситуация в настоящее время, есть ли безопасное окружение
Тяжелое заболевание ребенка или близкого родственника	Тревога, страх будущего, эмоциональная истощенность, постоянная напряженность	Депрессивные реакции, эмоциональное выгорание, ощущение беспомощности	Насколько заболевание влияет на повседневную жизнь и эмоциональное состояние обучающегося
Ребенок был свидетелем катастрофы, чрезвычайной ситуации или тяжелого происшествия (ДТП, пожар, землетрясение, наводнение, авария, гибель людей и др.)	Повышенная тревожность, страх за свою жизнь и жизнь близких, нарушения сна, навязчивые воспоминания о событии, повышенная настороженность, избегание разговоров о произошедшем, эмоциональная нестабильность	Посттравматические стрессовые реакции, тревожные расстройства, панические реакции, длительное чувство небезопасности, эмоциональное истощение	Как часто ребенок вспоминает событие, возникают ли страхи и навязчивые воспоминания, изменилось ли его поведение после происшествия, восстановилось ли чувство безопасности

!

Дети могут реагировать на чрезвычайные ситуации по-разному. Одни открыто рассказывают о своих переживаниях, другие стараются не вспоминать произошедшее и внешне выглядят благополучно.

Однако даже спустя месяцы или годы последствия психотравмирующего события могут проявляться в виде тревожности, страхов, нарушений поведения, трудностей концентрации внимания или эмоциональной нестабильности. Поэтому информация о подобных событиях обязательно должна учитываться при анализе результатов диагностики и планировании дальнейшего сопровождения.

О факторах риска

Суицидальный риск

Все обучающиеся, у которых в анамнезе есть суицид в семье или суицидальные попытки близких, относятся к группе повышенного внимания (условно «красная зона») независимо от результатов текущей диагностики.

Почему это важно:

– ребенок мог столкнуться с опытом, который влияет на его представления о смерти и способах выхода из кризиса;

– реакция может проявиться не сразу, а в ситуации стресса;

– внешнее благополучие не исключает внутренней уязвимости.

Поэтому такие обучающиеся всегда рассматриваются как группа обязательного наблюдения и психолого-педагогического сопровождения при необходимости, а не как «норма без рисков».

Асоциальное поведение (риск формирования)

Отдельного внимания требуют дети, воспитывающиеся в условиях хронического семейного неблагополучия (насилие, зависимости, отсутствие стабильной поддержки).

У них может формироваться:

- искаженное представление о нормах поведения;
- сниженное чувство ответственности за свои поступки;
- привычка решать конфликты через агрессию;
- вовлечение в рискованные или асоциальные компании.

Важно понимать: это не диагноз и не прогнозирование поведения, а возможный риск, связанный с жизненным опытом ребенка.

Задача педагога-психолога – не «определить будущие проблемы», а:

- вовремя заметить факторы риска;
- поддержать развитие безопасных моделей поведения;
- помочь сформировать устойчивые социальные навыки.

Общий принцип

Даже при благополучных результатах диагностики наличие тяжелого семейного опыта (особенно суицид в окружении ребенка) автоматически переводит обучающегося в зону повышенного внимания.

Это не «ярлык», а профессиональное правило безопасности: мы не ждем ухудшения, мы заранее учитываем риск и наблюдаем более внимательно.

Сбор дополнительной информации позволяет педагогу-психологу увидеть ситуацию обучающегося более объемно и не ограничиваться только результатами диагностики. Полученные данные помогают уточнить гипотезу, понять возможные причины трудностей и принять более обоснованные профессиональные решения.

Важно: все рассмотренные жизненные ситуации и факторы риска будут более подробно разобраны в **Главе III**. Для каждой ситуации будут представлены возможные варианты действий педагога-психолога, особенности сопровождения обучающегося, алгоритмы принятия решений и рекомендуемые маршруты дальнейшей работы. Это поможет не только выявить проблему, но и понять, какие практические шаги необходимо предпринять в каждом конкретном случае.

5 Когда необходима углубленная диагностика

Углубленная психологическая диагностика проводится, когда результатов первичного этапа недостаточно для точного понимания состояния обучающегося.

> ***Основное правило:*** *если по одной из методик или по совокупности данных ребенок попадает в* ***«красную зону»****, требуется уточнение состояния через углубленную диагностику и беседу с ребенком/ подростком.*

Углубленная диагностика рекомендуется, если:

- по **одной методике выявлена «красная зона»**;
- обнаружены **критические маркеры** (например, суицидальные мысли, маркеры насилия и др.);
- выявлена **«желтая зона» (особенно пограничное состояние)**, требующая наблюдения в динамике;

– по наблюдениям (во время диагностики или в повседневной школьной жизни) фиксируются устойчивые **признаки эмоционального неблагополучия**;

– есть противоречия между результатами методик и поведением обучающегося.

> ***! Важно:***
>
> – *при красной зоне и критических маркерах рекомендуется организовать уточняющую диагностику в **течение 1–3 дней**;*
>
> – *при желтой (пограничной) зоне – **в течение 3–10 дней**, с обязательным наблюдением в динамике.*
>
> *Особое внимание следует уделять обучающимся «пограничной зоны», так как их состояние может быстро изменяться и переходить в более выраженную форму трудностей.*

Алгоритм принятия решения

Ситуация	Признаки	Дальнейшие действия педагога-психолога
Красная зона по одной методике	Высокие показатели риска, выраженные нарушения по шкалам тревожности, депрессии, одиночества и др.	Проведение углубленной диагностики в течение 1–3 дней, индивидуальная беседа, уточнение эмоционального состояния
Наличие критических маркеров	Суицидальные мысли, маркеры насилия, выраженные деструктивные ответы в анкете	Немедленное реагирование (1–3): индивидуальная встреча, уточнение состояния, информирование по регламенту, углубленная диагностика
Желтая зона	Средние, нестабильные показатели, противоречивые результаты, эмоциональная нестабильность	Проведение углубленной диагностики в течение 3–10 дней, повторная диагностика при необходимости, сбор дополнительной информации

Наблюдаемые признаки неблагополучия	Тревожность, замкнутость, резкие изменения поведения, снижение активности (по наблюдениям педагогов и педагога-психолога)	Назначение углубленной диагностики, проведение углубленной диагностики в течение 3–10 дней,
Противоречивые данные	Норма по тестам, но выраженные проблемы в поведении или наоборот	Дополнительная диагностика, уточнение ситуации через наблюдение и беседу, проведение углубленной диагностики в течение 3–10 дней

6 Навигационная карта углубленной диагностики

После проведения первичной диагностики перед педагогом-психологом часто возникает вопрос:

«Что делать дальше и какую методику выбрать для более детального изучения ситуации?»

Именно для этого была разработана навигационная карта углубленной диагностики.

Ее задача – помочь педагогу-психологу быстро сориентироваться в результатах первичного этапа и подобрать наиболее подходящий диагностический маршрут. На практике ребенок редко приходит с одной конкретной проблемой. За высокой тревожностью может скрываться пережитое насилие, за агрессивным поведением – чувство одиночества, а за сниженным настроением – сложная семейная ситуация или трудности адаптации.

Поэтому углубленная диагностика строится по принципу **уточнения и понимания причин выявленных трудностей**.

Для каждого направления подобраны методики, которые помогают более глубоко изучить ситуацию и принять обоснованное профессиональное решение.

Первичная диагностика	Что требуется уточнить	Стандартизированные методики углубленной диагностики	Проективные методики по показаниям
Экспресс-анкетирование «Как с тобой обращаются?» 2 - 4 класс	признаки небезопасного обращения, эмоциональное состояние, переживание ситуации в семье и школе	**PSS-C / ШВС-Д**	**«Рисунок семьи»; «Семейная социограмма»; «Кактус»; «Несуществующее животное»; методика незаконченных предложений**
«Выявление тревожности у пятиклассников» О.Н. Хмельницкой	характер школьной тревожности, источники напряжения, трудности адаптации в среднем звене	**Тест школьной тревожности Филлипса**	**«Человек под дождем»; методика незаконченных предложений**
Шкала психологического благополучия подростка К. Рифф	эмоциональное неблагополучие, самоотношение, ощущение беспомощности, сниженный ресурс	**1. Шкала безнадежности А. Бека; 2. Самооценка психических состояний Г. Айзенка**	**«Дом-Дерево-Человек»; «Человек под дождем»**
RCADS-25	тревожные и депрессивные проявления, эмоциональное напряжение, стрессовые реакции	**1. Самооценка психических состояний Г. Айзенка; 2. ШВС-Д**	**«Человек под дождем»; «Дом-Дерево-Человек»**

DASS-20	выраженность депрессии, тревоги, стресса, агрессивных и напряженных реакций	→	**1. Шкала безнадежности А. Бека; 2. Опросник агрессии Басса-Перри; 3. Самооценка психических состояний Г. Айзенка**	**«Человек под дождем»; «Дом-Дерево-Человек»**
Экспресс-анкетирование «Как с тобой обращаются?» 5-7 классы	признаки буллинга, небезопасного общения, агрессии, группового давления	→	**1. Методика выявления «Буллинг-структуры» Е.Г. Норкиной; 2. Опросник агрессии Басса-Перри**	**«Человек под дождем» для 6-7 классов; «Несуществующее животное» для 5 класса**
Экспресс-анкетирование «Как с тобой обращаются?» 8-11 классы	признаки буллинга, роль обучающегося в ситуации, агрессивные и защитные реакции	→	**1. Методика выявления «Буллинг-структуры» Е.Г. Норкиной; 2. Опросник агрессии Басса-Перри**	**«Человек под дождем»**
Дифференциальный опросник переживания одиночества, ДОПО	переживание одиночества, социальная изоляция, сниженный ресурс, эмоциональное неблагополучие	→	**1. ШВС-Д для 5 класса; 2. Самооценка психических состояний Г. Айзенка; 3. Шкала безнадежности А. Бека с 6 класса**	**«Человек под дождем»; «Дом-Дерево-Человек»**
Методика тревожности / шкала Спилбергера-Ханина	уровень тревожности, устойчивость тревожных проявлений, эмоциональное напряжение	→	**1. Самооценка психических состояний Г. Айзенка; 2. Шкала безнадежности А. Бека**	**«Человек под дождем»; «Дом-Дерево-Человек»**

Примечание

Навигационная карта является ориентиром для выбора углубленной диагностики и помогает определить наиболее подходящий диагностический маршрут в зависимости от выявленных трудностей. Она не является жестким алгоритмом и не ограничивает профессиональное решение педагога-психолога.

Углубленная диагностика направлена на детальное изучение выявленных трудностей и уточнение причин, которые могут стоять за результатами первичного этапа. При проведении углубленной диагностики рекомендуется по возможности использовать весь возрастной комплекс стандартизированных методик по выбранному направлению. Это позволяет получить более полное представление о состоянии обучающегося и рассмотреть ситуацию с разных сторон, не ограничиваясь одним показателем или одной методикой.

! Важно

Стандартизированные методики являются основным и обязательным инструментом углубленной диагностики.

Проективные методики носят дополнительный характер и используются для уточнения эмоциональных переживаний, особенностей восприятия ситуации, внутренних конфликтов и других аспектов, которые не всегда отражаются в стандартизированных опросниках. Результаты проективных методик рассматриваются только в комплексе с результатами основных диагностических инструментов и не могут выступать единственным основанием для выводов.

Окончательный объем обследования и выбор методик педагог-психолог определяет самостоятельно, исходя из особенностей ситуации,

возраста обучающегося, результатов предыдущих этапов диагностики и профессиональной оценки случая.

При необходимости педагог-психолог может использовать дополнительные методики, применяемые в практике организации образования или ЦПП. Такие методики рекомендуется предварительно согласовать с НАО «Өркен» и КОПД для их дальнейшего учета в платформе и планах диагностики.

7 Срочные и плановые ситуации

В работе педагога-психолога важно уметь различать ситуации, которые требуют планового сопровождения, и ситуации, где необходимы немедленные действия.

Как различать
когда есть время на последовательную работу,
а когда действовать необходимо сразу?

Плановые ситуации – это случаи, когда у обучающегося имеются определенные трудности, однако его состояние остается относительно стабильным и не требует экстренного вмешательства.

Такие дети могут испытывать эмоциональные, поведенческие, учебные или коммуникативные сложности, но при этом продолжают посещать занятия, сохраняют контакт со сверстниками и взрослыми, способны участвовать в образовательном процессе и справляться с повседневными задачами.

К плановым ситуациям могут относиться:

– повышенная тревожность;

– трудности адаптации к новым условиям обучения;

– сложности в общении со сверстниками;

– чувство одиночества;

– снижение учебной мотивации;

– эмоциональная чувствительность;

– отдельные признаки эмоционального неблагополучия;

– неуверенность в себе;

– трудности саморегуляции;

– конфликтность, не достигающая уровня кризиса;

– признаки эмоционального переутомления или школьной перегрузки.

При этом важно, что:

– обучающийся продолжает посещать занятия;

– сохраняет способность выполнять учебные требования;

– поддерживает контакт с педагогами и другими взрослыми;

– способен обсуждать свои трудности;

– не демонстрирует признаков непосредственной угрозы себе или окружающим;

– его состояние не ухудшается стремительно и не требует немедленного реагирования.

Важно понимать, что наличие проблемы еще не означает наличие кризиса.

Например, ребенок может испытывать высокий уровень тревожности, чувствовать себя одиноким или переживать сложности в отношениях со сверстниками. Эти ситуации требуют внимания специалиста, однако позволяют провести дополнительную

диагностику, собрать информацию, поговорить с самим ребенком, педагогами и родителями, а затем выстроить последовательный план сопровождения.

В плановых ситуациях у педагога-психолога есть возможность не принимать решения поспешно, а постепенно разобраться в причинах трудностей и подобрать наиболее эффективные формы помощи.

Как правило, работа строится по следующей схеме

выявление трудностей → уточнение причин → углубленная диагностика (при необходимости: «красная и желтая зоны») → определение целей сопровождения → реализация плана помощи → оценка динамики изменений.

Главная задача педагога-психолога в плановых ситуациях – не просто зафиксировать наличие проблемы, а понять ее причины, оценить факторы риска и ресурсы ребенка, а затем организовать сопровождение таким образом, чтобы не допустить дальнейшего ухудшения состояния и помочь обучающемуся справиться с возникающими трудностями.

Ситуации немедленного реагирования

Не все трудности можно отнести к плановому сопровождению. В практике педагога-психолога встречаются ситуации, в которых откладывать действия нельзя. В таких случаях основной задачей становится не дальнейший сбор информации и не углубленная диагностика, а обеспечение безопасности обучающегося и своевременное реагирование.

Ситуацией немедленного реагирования считается любая ситуация, при которой существует вероятность причинения вреда самому ребенку, другим людям или имеются признаки серьезного неблагополучия, требующие незамедлительного внимания взрослых.

Важно понимать, что педагог-психолог не должен ждать накопления большого количества доказательств или подтверждений. Во многих случаях достаточно одного серьезного сигнала, чтобы начать более активные действия по оценке ситуации и организации помощи.

Поводом для немедленного реагирования могут стать:

– прямые или косвенные высказывания о нежелании жить;

– самоповреждающее поведение;

– признаки возможного насилия;

– информация о подготовке к опасным действиям;

– резкое ухудшение эмоционального состояния;

– выраженные кризисные реакции;

– внезапные и значительные изменения поведения;

– сообщения о серьезной угрозе безопасности ребенка;

– признаки тяжелого психологического неблагополучия.

В подобных ситуациях педагогу-психологу важно помнить: его задача не поставить диагноз и не выяснить все обстоятельства в первые минуты. Главная задача – оценить уровень риска, обеспечить безопасность обучающегося и организовать дальнейшую помощь.

При работе с такими случаями рекомендуется придерживаться следующего принципа:

сначала безопасность → затем оценка ситуации → затем сопровождение.

Нередко специалисты допускают ошибку, пытаясь сразу разобраться во всех причинах происходящего. **Однако в кризисных ситуациях первоочередное значение имеет не поиск причин, а**

понимание того, существует ли риск для жизни, здоровья или благополучия ребенка в настоящий момент.

Также важно помнить, что отсутствие ярких внешних проявлений не всегда означает отсутствие риска. Некоторые обучающиеся могут сохранять спокойный внешний вид, продолжать посещать занятия и не демонстрировать выраженных эмоциональных реакций, несмотря на наличие серьезных внутренних переживаний.

Поэтому при появлении любого критического маркера специалисту рекомендуется отнестись к ситуации максимально внимательно и рассматривать ее как потенциально значимую до тех пор, пока не будет проведена дополнительная оценка состояния ребенка.

Далее рассмотрим наиболее распространенные ситуации немедленного реагирования и алгоритмы действий педагога- психолога в каждом случае.

Выявление ситуации немедленного реагирования в ходе анализа диагностики

Диагностика	Маркеры немедленного реагирования
Схема экспертной оценки социально-психологической адаптации детей к школе для педагогов (В.И. Чирков, О.Л. Соколова, О.В. Сорокина)	**Итоговый результат 0–7 баллов** (крайне выраженная дезадаптация); одновременные оценки 0–1 балл по шкалам «Эмоции», «Взаимоотношения с одноклассниками» и «Отношение к учителю»; преобладание депрессивного настроения; постоянный плач или выраженные эмоциональные срывы; агрессивные вспышки с драками, ударами других детей, разрушением предметов; полный отказ от учебной деятельности; выраженная социальная изоляция (ребенок практически не взаимодействует ни со сверстниками, ни со взрослыми).

Схема экспертной оценки социально-психологической адаптации детей к школе для родителей (В.И. Чирков, О.Л. Соколова, О.В. Сорокина)	Ребенок систематически отказывается посещать школу; при выполнении школьных заданий регулярно возникают выраженные эмоциональные срывы (плач, крик, агрессия); родитель отмечает преобладание подавленного настроения, вспышек гнева или агрессии большую часть времени; наблюдается одновременное сочетание тяжелого эмоционального неблагополучия и полной социальной изоляции ребенка.

Алгоритм действий педагога –психолога

1. Провести индивидуальную беседу с обучающимся в течение 1–3 рабочих дней, уделив особое внимание его самочувствию в школе, отношениям со сверстниками и взаимодействию с педагогами.

Уточнить причины низкой адаптации, выяснив:

- нравится ли ребенку находиться в школе;
- есть ли трудности в общении;
- чувствует ли он себя принятым в классе;
- есть ли ситуации, которых он старается избегать.

2. Проанализировать шкалы, по которым получены минимальные баллы, поскольку именно они указывают на основную зону трудностей (учеба, поведение, общение, эмоциональное состояние).

3. Получить дополнительную информацию от классного руководителя и предметников, чтобы понять:

- как давно наблюдаются данные трудности;
- усиливаются они или остаются стабильными;

– проявляются ли в разных ситуациях или только у отдельных педагогов.

4. Провести углубленную диагностику по выявленному направлению риска:

– ***PSS-C (ШВС-Д)*** (при наличии признаков психотравмирующих переживаний или стрессовых событий);

– ***«Рисунок семьи»*** (особенности семейных отношений, эмоциональная близость, восприятие своего места в семье);

– ***«Семейная социограмма»*** (структура семейных отношений, значимость членов семьи, эмоциональная дистанция и близость);

– ***«Кактус»*** (уровень внутреннего напряжения, агрессивные тенденции, чувство защищенности и особенности саморегуляции);

– ***«Несуществующее животное»*** (эмоциональное состояние, самоощущение, тревожность, особенности личности и способы взаимодействия с окружающим миром);

– ***Методика незаконченных предложений*** (отношение к себе, семье, школе, сверстникам, значимым взрослым, выявление скрытых переживаний и внутренних конфликтов).

Методика незаконченных предложений чаще всего используется со 2 класса, когда дети уже уверенно читают и могут самостоятельно завершать предложения в письменной форме.

Для обучающихся 1 класса ее также можно применять, адаптировав формат проведения. В этом случае педагог-психолог задает ребенку вопросы устно или предлагает закончить начало фразы в ходе беседы, а ответы фиксирует самостоятельно. Такой формат позволяет

сохранить диагностическую ценность методики с учетом возрастных особенностей младших школьников.

5. **Связаться с родителями** (законными представителями) и провести уточняющую беседу, чтобы понять:

– как часто наблюдаются описанные трудности;

– когда они появились;

– насколько выражены эмоциональные реакции ребенка;

– проявляются ли они только в связи со школой или в других сферах жизни.

6. **Организовать психолого-педагогическое сопровождение и наблюдение в динамике**, особенно если низкие показатели затрагивают одновременно эмоциональное состояние, отношения со сверстниками и отношение к школе.

Выявление ситуации немедленного реагирования в ходе анализа диагностики

Диагностика	Маркеры немедленного реагирования	Алгоритм действий педагога-психолога
Экспресс-анкетирование «Как с тобой обращаются» (2–4 класс)	Ответ **«Всегда»** на вопрос №3 *(«Бывает ли так, что дома тебя наказывают так, что тебе становится очень больно или страшно?»)*; ответ **«Всегда»** на вопрос №7 *(«Другие дети меня обижают, толкают или дразнят»)*; сочетание ответов **«Иногда»/«Всегда»** по вопросам **№2, №3, №5, №6, №7**;	1. Незамедлительно пригласить ребенка на индивидуальную беседу в день получения результатов. 2. Уточнить, что именно происходит, где, кто участвует и сохраняется ли угроза в настоящее время. 3. При подозрении на насилие или жестокое обращение обеспечить безопасность ребенка и действовать согласно утвержденному алгоритму организации образования. 4. При признаках травли немедленно начать проверку

	ответ **«Всегда»** на вопрос **№8** в сочетании с маркерами неблагополучия.	ситуации в классе и собрать информацию у педагогов. 5. Задокументировать выявленные факты и результаты беседы. 6. Организовать дальнейшее психолого-педагогическое сопровождение и мониторинг ситуации.

Здесь важно различать:

− **красная зона (16–21 балл)** - углубленная диагностика обязательна;

− **ответ «Всегда» на вопрос №3 или №7** - уже повод для немедленного реагирования независимо от суммы баллов;

− **несколько ответов «Иногда»/ «Всегда» по вопросам насилия и неблагополучия** - требуется быстрое уточнение ситуации, даже если ребенок не попал в красную зону.

Диагностика	Маркеры немедленного реагирования	Алгоритм действий педагога-психолога
Экспресс-методика «Выявление тревожности у пятиклассников в период адаптации» (О.Н. Хмельницкая)	**Наличие выраженного физиологического и эмоционального дистресса одновременно**: ответ «Да» на вопросы №1 (быстрая утомляемость), №4 (головокружение/ слабость/тошнота), №6 (неуверенность в себе), №9 (легко расстраивается и плачет), №13 (долго переживает неприятности) и №14 (нарушение сна) в сочетании с **крайне высоким суммарным баллом (11–15)**; а также ответ «Да» на №16 («Мне нужна помощь взрослого») при наличии	1. В день получения результатов провести индивидуальную беседу с обучающимся, уточнить текущее самочувствие (сон, аппетит, телесные проявления тревоги, страхи в школе). 2. Оценить наличие выраженного эмоционального истощения и нарушений адаптации в учебной среде. 3. При необходимости временно снизить учебную и оценочную нагрузку через взаимодействие с классным руководителем. 4. Провести экспресс-оценку эмоционального состояния и уровня тревоги (уточняющая диагностика).

	выраженных тревожных симптомов по нескольким шкалам одновременно. **Сочетание «психика + тело + истощение».**	5. Организовать наблюдение в динамике в течение ближайших 1–2 недель. 6. При сохранении выраженных физиологических симптомов тревоги – расширенная диагностика и подключение работы с семьей.
Шкала благополучия подростка (К. Рифф, адаптация Т.Д. Шевеленковой, П.П. Фесенко)	Ответ **«Большую часть времени»** на утверждения **№10** *(«Я думаю, жизнь ничего не стоит»)* и/или **№17** *(«Мне так грустно, что едва могу это вынести»)*; сочетание этих ответов с выраженным негативным профилем по шкалам одиночества, сниженной энергии и эмоционального истощения **(вопросы №3, №14, №15, №18)**; крайне низкий общий уровень благополучия **(0–5 баллов) в сочетании с указанием на потребность в помощи взрослого** *(№19 = «Большую часть времени»)*	1. Немедленно провести индивидуальную беседу с обучающимся в день выявления результатов с фокусом на текущем эмоциональном состоянии и наличии тяжелых переживаний. 2. Уточнить наличие мыслей о бессмысленности жизни, выраженного отчаяния и эмоционального истощения, а также наличие эмоционального ресурса и значимого взрослого, которому обучающийся доверяет и может обратиться за поддержкой. 3. Оценить актуальное состояние безопасности и необходимость постоянного сопровождения взрослым. 4. Незамедлительно информировать ответственных специалистов учреждения при выявлении кризиса состояния обучающегося (по внутреннему алгоритму кризисного реагирования). 5. Организовать постоянное наблюдение и сопровождение до стабилизации состояния. 6. При необходимости инициировать подключение семьи и междисциплинарной помощи.
RCADS-25	Ответ **«Всегда/Часто» на №18 (жизнь слишком тяжела)**; выраженные	1. Немедленно (в тот же день) пригласить обучающегося и обеспечить сопровождение

	ответы **«Часто/Всегда»** по **№1, 4, 16, 17, 19** в сочетании; выраженные панические реакции **(№11, 14**: обмороки, дрожь, резкие телесные симптомы); одновременное попадание в красную зону по тревоге и депрессии	взрослым до кабинета педагога-психолога. 2. Не оставлять обучающегося одного до завершения первичной оценки состояния. 3. Провести краткую экспресс-беседу по чек-листу: наличие мыслей о бессмысленности жизни, выраженного отчаяния, намерений самоповреждения (фиксируется). 4. Оценить текущее состояние безопасности (есть/нет риск «сейчас»). 5. При наличии риска – немедленно уведомить администрацию/ответственного специалиста по кризисному протоколу. 6. Зафиксировать случай в журнале педагога-психолога в день выявления. 7. При необходимости инициировать подключение семьи и междисциплинарной помощи.
Экспресс-анкета «Как с тобой обращаются» (5–7 классы)	**Критический маркер:** вопросы 9, 13, 14, 15 – вариант «5–6» (вымогательство, физическое насилие, вовлечение в опасные действия, ПАВ/опасные вещества) → сигнал о возможном правонарушении или угрозе жизни и здоровью. **Маркеры насилия:** вопросы 3, 4, 5, 6, 9, 10 – вариант «5–6» → сигнал о возможном систематическом насилии/давлении независимо от общего балла	1. Немедленно (в день выявления) обеспечить индивидуальная беседа. 2. Провести краткую, нейтральную фиксацию фактов (что, где, кто, когда) без давления и расспросов. 3. Немедленно информировать администрацию школы (директор/зам. по ВР). 4. Разделить ребенка и предполагаемых участников риска в школьной среде (уроки, перемены, маршруты). 5. Запустить кризисный алгоритм организации: документирование случая, оценка угрозы, при необходимости – подключение внешних служб защиты и

		обязательное информирование родителей в безопасном формате (без раскрытия деталей до оценки риска).
Экспресс-анкета «Как с тобой обращаются» (8–11 классы)	**Критический маркер (все блоки):** любой ответ «5–6». **Маркеры насилия:** 3, 4, 9, 10 – «5–6» (домашнее/школьное давление, буллинг, вымогательство, принуждение). **Криминальный риск (особый блок 6, вопросы 13–15):** «5–6» (предложения «легкого заработка», передача/перенос предметов, «закладки», вещества).	**1. Немедленная фиксация (в течение 1 часа):** записать конкретный вопрос, ответ, формулировку ребенка. **2. Срочная беседа с разделением по типу риска (в день выявления):** – уточнить ситуацию без давления; – задать только 4 вопроса: «кто», «где», «что именно», «есть ли угроза сейчас». 2. **КЛАССИФИКАЦИЯ РИСКА (сразу после беседы): А) Насилие (дом/школа/сверстники) Б) Криминальный риск (закладки/ПАВ/передача предметов)** А) ЕСЛИ НАСИЛИЕ (дом/школа/сверстники): **4А. Защитные меры в школе (в тот же день):** разобщение участников, усиленный контроль перемен/уроков, исключение контакта. **5А. Информирование:** администрация + классный руководитель + социальный педагог (в день выявления). **6А. Работа с семьей:** только через школу, без передачи деталей ребенком; оценка безопасности ребенка. **7А. Мониторинг:** повторная оценка состояния через 3–5 дней. Б) ЕСЛИ КРИМИНАЛЬНЫЙ РИСК (закладки / вещества / передача предметов): **4Б. Немедленное прекращение вовлечения:** исключить контакт с вовлекающими лицами в

		школьной среде (разведение, контроль перемещений). **5Б. Срочное информирование:** администрация школы в тот же день + социальный педагог. **6Б. Оценка уровня вовлечения:** –единичный контакт/–повторяющиеся предложения/–фактическое участие. **7Б. При подтверждении вовлечения:** запуск школьного кризисного протокола + информирование внешних служб (по регламенту учреждения). **8Б. Работа с родителями:** обязательное информирование через администрацию, без обсуждения деталей с ребенком как посредником. **8. Общее (для всех случаев):** – документация случая в день выявления; – индивидуальное наблюдение.
Дифференциальный опросник переживания одиночества (Осин Е.Н., Леонтьев Д.А.)	**1. БЛОК А (1–5):** 19–25 баллов (устойчивое выраженное одиночество) + **любые высказывания о бессмысленности жизни / нежелании жить / самоповреждении (если выявлено в беседе при разборе ответов)** **2. БЛОК Б (6–10):** 19–25 баллов (панический страх одиночества, невозможность оставаться одному) **3. Сочетание:** БЛОК А ≥19 + БЛОК Б ≥19 (острая эмоциональная дезадаптация, высокий риск кризисного состояния)	**1. Немедленно (в течение текущего дня)** вызвать обучающегося на индивидуальный контакт в сопровождении педагога/классного руководителя (не оставлять одного до уточнения состояния). **2. Краткая кризисная оценка состояния (10–15 минут).** **3. Организовать первичную защиту и стабилизацию**. **4. Назначить углубленную диагностику (в течение 1–3 дней):** эмоциональное состояние, семейная ситуация, социальные связи + мониторинг динамики состояния.

		3. **Документирование случая:** фиксация результатов, описания рисков, принятых мер и передачи информации.
ДЕПРЕССИЯ, ТРЕВОГА, СТРЕСС (DASS-20)	**КРИТИЧЕСКИЕ ИНДИКАТОРЫ (любой из пунктов):** **1. Депрессия (п. 10, 13, 16, 17)** → ответ «3» (значительная/почти постоянно) **особенно 10 (безнадежность), 17 (самообвинение/неудачник)** **2. Тревога (п. 9, 15, 20)** → ответ «3» + выраженные панические состояния (ощущение паники, «страшно без причины») **3. Стресс (п. 1, 6, 8, 14)** → ответ «3» + признаки эмоционального срыва (раздражительность, невозможность контролировать реакцию) **4. ОБЯЗАТЕЛЬНОЕ КРИТИЧЕСКОЕ СОЧЕТАНИЕ:** депрессия + тревога + стресс одновременно на высоком уровне (все шкалы в «красной зоне») **5. ОТДЕЛЬНО:** любой ответ на п. 10 (безнадежность) + п. 17 (самообесценивание) = немедленная проверка суицидального риска	1. **Немедленно в день выявления**: пригласить обучающегося на индивидуальную диагностику в кабинет педагога-психолога (без ожидания расписания). 2. **Короткий кризисный скрининг (обязательный):** задать прямые вопросы: есть ли мысли «не хочу жить», есть ли планы самоповреждения, есть ли чувство, что «нет выхода», с кем сейчас контактирует ребенок. 3. **При наличии хотя бы одного суицидального маркера → СРАЗУ:** активировать кризисный протокол учреждения (администрация + ответственный специалист + постоянное наблюдение, не оставлять одного). 4. **Срочная связь с родителями в тот же день:** информирование о высоком уровне эмоционального неблагополучия, уточнение сна, поведения, изоляции, конфликтов, контроль состояния дома. 5. **Обеспечение безопасности:** исключить самостоятельный уход ребенка, передача только взрослому представителю. 6. **Краткая стабилизация состояния (психологическая первая помощь):** снижение тревоги, фиксация на поддержке, проверка опорного взрослого. 7. **Углубленная диагностика (1–3 дня):** повторная оценка депрессии/тревоги + семейная

		ситуация + школьная среда + риски. 8. **Постановка на динамическое наблюдение:** контроль состояния 1–2 раза в неделю до стабилизации.
Методика оценки тревожности Ч.Д. Спилбергер – Ю.Л. Ханин	**КРИТИЧЕСКИЕ МАРКЕРЫ:** **1. Ситуативная тревожность ≥ 60–80 баллов (верхняя граница шкалы)** + выраженные состояния: «взвинчен», «не нахожу себе места», «паническое напряжение» (п. 3, 9, 12, 13, 14, 18 = максимальные ответы) **2. Личностная тревожность ≥ 60–80 баллов** + устойчивые признаки: «ожидаю неудачи», «избегаю трудностей», «меня охватывает сильное беспокойство» (п. 28, 31, 34, 38, 40 = максимальные ответы) **3. СИНДРОМ ОСТРОГО НАПРЯЖЕНИЯ:** одновременное высокое значение СТ + ЛТ (оба в верхнем диапазоне) **4. ПОВЕДЕНЧЕСКИЙ КРИТЕРИЙ (при беседе):** признаки панической реакции, невозможность успокоиться, дезорганизация поведения, выраженный страх без причины	**1. Немедленно (в момент выявления)** прекратить групповое тестирование, изолировать обучающегося в сопровождении взрослого (не оставлять одного). **2. Краткая кризисная оценка (10–15 минут):** определить наличие паники, чувства угрозы, мыслей о самоповреждении, суицидальных мыслей, оценить ориентацию в ситуации. **3. Если есть признаки острого кризиса → активировать кризисный протокол учреждения:** уведомление администрации + организация постоянного наблюдения + исключение самостоятельного перемещения ребенка. **4. Срочная связь с родителями в день выявления:** сообщить о выраженной тревожной дезорганизации, уточнить сон, панические эпизоды, стрессоры, поведение дома. **5. Обеспечение безопасности:** ребенок передается только взрослому законному представителю, исключить уход без сопровождения. **6. Стабилизация состояния:** психологическая первая помощь (снижение тревоги, дыхательная регуляция, фиксация на

		безопасных опорах, краткое заземление). **7. Углубленная диагностика (1–3 дня):** стресс-факторы (школа/семья), возможные панические состояния, депрессивные проявления. **8. Динамическое наблюдение:** контроль состояния в течение 7–14 дней с повторной оценкой тревожности.
Методика оценки тревожности Ч.Д. Спилбергер – Ю.Л. Ханин (СТ/ЛТ)	**КРИТИЧЕСКИЕ МАРКЕРЫ (строго по шкале и содержанию пунктов):** **1. Ситуативная тревожность (СТ) ≥ 60–80 баллов** + ответы «совершенно верно» по ключевым состояниям: 3 (напряжение), 9 (встревожен), 12 (нервничаю), 13 (не нахожу себе места), 14 (взвинчен), 18 (сильное возбуждение/дискомфорт) **2. Личностная тревожность (ЛТ) ≥ 60–80 баллов** + устойчивые ответы «совершенно верно»: 28 (ожидаемые трудности беспокоят), 29 (переживаю из-за пустяков), 31 (принимаю близко к сердцу), 32 (не хватает уверенности), 34 (избегаю трудностей), 38 (долго переживаю разочарования), 40 (сильное беспокойство о делах) **3. КРИТИЧЕСКОЕ СОЧЕТАНИЕ:** СТ ≥ 60 + ЛТ ≥ 60 одновременно (устойчивая тревожная дезорганизация)	**1. Сразу после выявления высокого СТ или ЛТ (в день обследования):** пригласить обучающегося на индивидуальное уточнение результатов в кабинет педагога-психолога. **2. Уточняющая беседа строго по шкалам:** какие ситуации вызывают напряжение (школа / класс / контроль / общение / семья), фиксировать триггеры тревоги. **3. Оценка текущего состояния (коротко):** есть ли сейчас сильное волнение, страх, трудности дыхания/концентрации, может ли продолжать учебный день. **4. Если выявлена дезорганизация состояния (не может успокоиться, плачет, отказ от деятельности)** → временно вывести из учебного процесса, обеспечить сопровождение взрослым. **5. Рекомендация режима снижения нагрузки:** временное снижение стрессовых факторов (контрольные, публичные выступления при необходимости согласования).

	ВАЖНО: методика сама по себе НЕ диагностирует насилие/суицид → критичность определяется только уровнем тревожности + поведением при обследовании (паника, дезорганизация, невозможность отвечать последовательно)	**6. Динамическое наблюдение:** повторная оценка СТ/ЛТ через 2–4 недели для отслеживания снижения/стабилизации тревожности.

Немедленное реагирование в системе психолого-педагогического сопровождения направлено прежде всего не на интерпретацию результатов диагностики, а на **обеспечение психологической безопасности** обучающегося в момент выявления признаков выраженного эмоционального неблагополучия или риска.

Главная задача специалиста в таких ситуациях – **создание безопасного пространства и обеспечение устойчивой взрослой опоры** для ребенка. Обучающийся не должен оставаться один на один с сильным эмоциональным напряжением, тревогой, страхом или переживанием угрозы, поскольку в состоянии острого стресса возможно **снижение самоконтроля и принятие импульсивных решений, последствия которых могут быть труднопредсказуемыми.**

В приоритете находятся **быстрые и четкие действия**:

1. прекращение ситуации нагрузки, перевод ребенка в спокойную среду;
2. снижение внешних раздражителей;
3. обеспечение присутствия взрослого, который способен удерживать состояние стабильности.

Важно, чтобы взаимодействие носило поддерживающий, спокойный и ненасильственный характер и было направлено на **восстановление чувства безопасности**.

Только после стабилизации эмоционального состояния допускается переход к уточнению причин переживаний и дальнейшему планированию сопровождения.

! Важно

Основой немедленного реагирования является принцип: сначала безопасность и опора, затем диагностика и анализ.

Выявление риска – это только начало работы. Любой тревожный сигнал, полученный в ходе диагностики, требует понятных и последовательных действий со стороны специалистов.

Именно поэтому следующим этапом становится маршрут сопровождения – практический алгоритм оказания поддержки ребенку. Он помогает определить, что делать после получения результатов диагностики, кого подключать к работе, какие меры предпринимать в первую очередь и как шаг за шагом перейти от выявленной проблемы к реальной помощи и поддержке обучающегося.

ГЛАВА III
МАРШРУТ СОПРОВОЖДЕНИЯ

Маршрут оказания поддержки от первых тревожных сигналов к реальной помощи

Задача специалиста заключается не только в том, чтобы увидеть проблему, но и в том, чтобы выстроить понятный маршрут помощи, определить необходимые ресурсы поддержки и создать условия, при которых ребенок не останется один на один со своими переживаниями и трудностями. Именно поэтому сопровождение рассматривается как последовательная система действий – от первых результатов диагностики до конкретных мер помощи и дальнейшего мониторинга состояния обучающегося. Она отвечает на вопрос:

«Как работать с ребенком после выявления трудностей?»

1 Как пригласить ребенка на беседу без сопротивления

Даже самая профессионально организованная диагностика может потерять свою ценность, если ребенок отказывается от дальнейшего контакта или воспринимает приглашение на беседу как наказание, проверку или попытку выяснить «что с ним не так». Именно поэтому первое обращение специалиста к обучающемуся имеет особое значение.

От того, как будет сформулировано приглашение на встречу, зависит уровень доверия, готовность ребенка к диалогу и его эмоциональное состояние во время беседы. Главная задача педагога-психолога на этом этапе – снизить тревогу, избежать ощущения давления и создать условия, при которых ребенок будет воспринимать

встречу как возможность получить поддержку, а не как повод для беспокойства.

В некоторых организациях образования обращение к педагогу-психологу, к сожалению, воспринимается детьми как нечто необычное, связанное с проблемами, наказанием или «особыми случаями». Подобные представления формируют настороженность, мешают открытому общению и снижают готовность обучающихся своевременно обращаться за поддержкой.

Одной из важных задач педагога-психолога является постепенное формирование культуры психологической помощи как естественной и доступной части школьной жизни. Ребенок должен понимать, что встреча с педагогом-психологом – это не признак неблагополучия и не повод для тревоги, а обычная возможность получить поддержку, разобраться в сложной ситуации, обсудить переживания или найти решение возникших трудностей.

Для этого важно создавать в образовательной среде атмосферу доверия и психологической безопасности, в которой дети и подростки могут свободно обращаться к специалисту, не опасаясь осуждения, ярлыков или негативной оценки со стороны окружающих. Чем чаще обучающиеся приходят к педагогу-психологу по собственной инициативе, тем выше уровень доверия к специалисту и тем эффективнее работает система профилактики. Добровольное обращение за помощью является одним из наиболее значимых показателей того, что психолого-педагогическая служба воспринимается детьми как реальный ресурс поддержки, а не как структура, связанная исключительно с проблемами и кризисными ситуациями.

Ниже представлены варианты обращения к обучающимся разных возрастных групп, а также рекомендации по взаимодействию с

педагогами. Эти формулировки могут использоваться как основа для выстраивания доверительного контакта, снижения тревожности и формирования позитивного отношения к психологической помощи как к естественной части образовательной среды.

Для педагогов младших классов после проведения диагностики

При организации встречи с обучающимися младших классов целесообразно использовать ресурс классного руководителя, поскольку именно он является для ребенка значимым и знакомым взрослым. Такое приглашение обычно воспринимается спокойнее и вызывает меньше тревоги.

При этом важно соблюдать принцип конфиденциальности. Классному руководителю рекомендуется сообщать только ту информацию, которая необходима для организации встречи, не раскрывая результаты диагностики, личные переживания ребенка и иные детали, относящиеся к профессиональной тайне педагога-психолога.

Здравствуйте!

Недавно мы проводили диагностику в вашем классе, и сейчас я более внимательно просматриваю результаты. По нескольким ребятам мне хотелось бы дополнительно пообщаться, чтобы лучше понять их состояние, настроение и то, как они чувствуют себя в последнее время.

Поскольку именно вы лучше всех знаете своих учеников и ежедневно наблюдаете их в разных ситуациях, ваша помощь на этом этапе очень важна. Буду признательна, если вы поможете

организовать встречу с ребенком в спокойной и комфортной для него форме.

Как вы это видите, какой формат приглашения детей на индивидуальную беседу будет для них наиболее спокойным, естественным и комфортным?

Для педагогов младших классов после проведения наблюдения

Когда мы приглашаем учеников на беседу после наблюдения, очень важно, чтобы педагог чувствовал себя не один на один с ситуацией, а ощущал поддержку и участие специалиста. Это совместная работа, где педагог-психолог помогает увидеть и прояснить происходящее, а педагог остается ключевой опорой для ребенка в повседневной школьной жизни.

Здравствуйте!

Я понаблюдала за вашим классом в последнее время и заметила, что у ребят появились некоторые изменения в настроении и взаимодействии друг с другом. Есть ли моменты, где вы сами чувствуете, что стало чуть сложнее или, возможно, вы стали больше уставать?

Давайте подумаем, как я могу вам помочь в этой ситуации.

Я бы предложила начать с коротких индивидуальных встреч с ребятами, чтобы спокойно и без спешки понять, что сейчас происходит в классе. Как вы это видите – с кого лучше начать, чтобы детям было максимально комфортно и чтобы это естественно вписалось в ваш ритм работы с классом?

Речь при взаимодействии с педагогами должна быть выстроена в позитивном, доброжелательном и поддерживающем тоне. Важно

учитывать, что у некоторых учителей может возникать напряжение или тревога в ситуациях, когда к работе с детьми подключается специалист, и есть риск восприятия этого как оценки их профессиональной деятельности.

Поэтому важно сразу обозначать, что задача педагога-психолога заключается не в оценивании работы классного руководителя и не в поиске ошибок или «виноватых», а в совместном понимании состояния ребенка и своевременном оказании ему помощи. Фокус внимания должен быть направлен на благополучие обучающегося и поиск эффективных решений возникающих трудностей.

Такой подход помогает сформировать у педагога ощущение безопасности и партнерства в работе. Важно подчеркнуть, что классный руководитель является ключевой фигурой, которая ежедневно наблюдает ребенка, и именно поэтому его участие и мнение имеют особую ценность в понимании ситуации.

Совместная работа педагога и педагога-психолога должна восприниматься как единая система поддержки ребенка, где каждый участник несет свою часть ответственности за его психологическое благополучие. Такая позиция позволяет не только снизить сопротивление, но и выстроить конструктивное сотрудничество, в котором педагог становится союзником в решении возникающих трудностей.

Для обучающихся младших классов (для группы) после проведения диагностики

Здравствуйте, ребята!

Помните, вы проходили диагностику, и я говорила, что, если у меня появятся вопросы, я обязательно к вам обращусь. А сегодня у нас с вами будет маленькое приключение.

По очереди я буду приглашать вас на короткие встречи – там мы немного пообщаемся, поиграем в интересные задания и выполним несколько необычных мини-игр. Это будет спокойное и увлекательное время, где можно проявить себя, подумать, улыбнуться и просто провести время по-новому.

Для обучающихся младших классов (для группы) после проведения наблюдения

В школьной практике довольно часто возникают ситуации, когда необходимость в индивидуальной беседе появляется после наблюдения за классом в естественных условиях. Такое приглашение на разговор – это часть живого сопровождения ребенка, когда важно не только «измерить», но и вовремя заметить изменения в поведении, настроении или взаимодействии.

Здравствуйте, ребята!

Я за вами немного понаблюдала в последнее время… и мне показалось, что в вашем классе иногда будто меняется «погода». То тепло и весело, то вдруг становится прохладнее или горячо и слишком шумно.

И у меня появилась идея – давайте устроим небольшую игру-встречу! По очереди каждый из вас будет заходить ко мне в кабинет, и там вас будут ждать короткие игровые задания и немного общения. Посмотрим, какие вы внимательные, смекалистые и как вы справляетесь с разными интересными задачками.

Речь к детям должна быть выстроена в игровой форме, как приглашение в игру, чтобы пробудить у них интерес, любопытство и желание включиться в процесс.

Для обучающихся младших классов (индивидуально) после проведения диагностики/ наблюдения

Привет!

Как твои дела?

Я слышала, что у тебя есть успехи – (в учебе, спорте или творчестве). Это правда очень здорово!

А давай сегодня устроим маленькую встречу-игру? У меня для тебя есть несколько интересных заданий. Как тебе идея - заглянуть ко мне и немного поиграть и поотгадывать разные штуки вместе?

Иногда у детей может появляться тревога или настороженность, когда к ним впервые обращается педагог-психолог – особенно если раньше такого опыта не было. Это естественная реакция на новую ситуацию и нового взрослого, с которым пока нет привычного контакта.

Привет!

Как ты?

Скажи, тебе нравятся игры, загадки или задания, где можно немного подумать и разгадывать что-то интересное?

У меня как раз есть такая небольшая игра – спокойная, но с любопытными заданиями.

Если тебе будет интересно, можно будет заглянуть ко мне ненадолго и попробовать ее вместе. А если сегодня не получится – ничего страшного, мы просто выберем другое время.

Или можно другой вариант, когда вы делаете обучающегося своим помощником. Это позволяет ребенку почувствовать себя важным, что поможет снизить тревогу.

Привет!

Как ты?

Помнишь, я приходила к вам в класс, и вы проходили тесты. Сегодня я хочу предложить более интересное задания для тебя и твоих одноклассников, буду приглашать вас по одному. А ты мне поможешь в этом, будешь мне приглашать по списку тех, кто мне нужен. Будет у тебя спец задание! Готов?!

Для обучающихся средних классов (групповое) после проведения диагностики

Ребята, привет!

Помните, некоторое время назад (неделю назад/ вчера) мы с вами проходили диагностику? Спасибо вам за честные ответы – для меня это действительно важно.

Сейчас я потихоньку разбираю результаты и заметила, что по некоторым вопросам мне хочется узнать чуть больше. Иногда цифры и ответы могут рассказать только часть истории, а вот сам человек знает о себе гораздо больше.

Поэтому в ближайшее время я буду приглашать некоторых из вас на небольшие встречи. Не переживайте, это не что-то серьезное и не означает, что у вас обязательно есть какая-то проблема. Просто иногда мне важно лучше понять, как у вас дела, что вас радует, что бывает сложным и чем я могу быть полезна. Или вы для меня (с юмором).

Будем просто разговаривать, обсуждать разные жизненные ситуации, иногда выполнять небольшие интересные задания.

Так что, если вдруг услышите, что я приглашаю вас на беседу, знайте – это просто возможность немного пообщаться и познакомиться поближе. А еще уйти с урока (можно добавить с юмором).

Для обучающихся средних классов (групповое) после проведения наблюдения

Ребята, привет!

Скажите честно, вам не кажется, что в последнее время атмосфера в классе немного изменилась? Мне вот после наблюдения показалось, что в вашем классе происходят какие-то небольшие изменения.

Предлагаю вместе попробовать выяснить так ли это. Чтобы было удобнее обсудить это, я буду по очереди приглашать вас на небольшие встречи. Мне очень интересно услышать мнение каждого из вас и посмотреть на ситуацию глазами настоящих экспертов вашего класса

Я уже подготовила список, и очень рассчитываю на вашу помощь. Давайте попробуем вместе понять, что происходит в вашем классе и как сделать его еще более комфортным для всех.

Для обучающихся средних классов (индивидуально) после проведения диагностики/ наблюдения

Вариант 1

Привет!

Я сейчас встречаюсь с некоторыми ребятами и собираю разные мнения. Мне было бы интересно поговорить и с тобой.

Если найдется несколько минут, заглядывай ко мне – думаю, у нас получится хороший разговор.

Вариант 2

Привет!

Мне кажется, ты можешь помочь мне лучше разобраться в одной ситуации. Найдется время немного пообщаться?

Если сейчас неудобно, можем выбрать другое время.

Для обучающихся старших классов (групповое) после проведения диагностики/ наблюдения

Вариант 1

Привет!

Ребята, сейчас у вас очень интересный этап жизни.

Это время, когда постепенно формируются собственные взгляды, появляются важные решения, новые цели, вопросы о будущем и о том, какими людьми вы хотите стать. Иногда этот период может быть непростым, но именно в нем происходит очень много важных открытий о себе.

Мне бы хотелось быть для вас полезной на этом этапе и создать пространство, где можно спокойно поговорить о том, что вас волнует, интересует или над чем вы сейчас задумываетесь.

Поэтому в ближайшее время я буду приглашать некоторых из вас на индивидуальные встречи. Буду рада познакомиться с вами чуть

ближе, услышать ваши мысли и просто поговорить о том, что сейчас важно именно для вас.

Вариант 2

Привет!

Ребята, мне кажется, сейчас у вас один из самых интересных периодов жизни.

С одной стороны, очень хочется скорее стать взрослыми, самостоятельными, принимать собственные решения и строить свои планы. А с другой – иногда появляется столько мыслей, вопросов и переживаний, что бывает непросто разобраться, чего ты действительно хочешь и что сейчас происходит внутри.

Здорово, когда рядом есть друзья, которым можно доверять. Но иногда бывает полезно поговорить и со взрослым, который умеет слушать, не оценивает и может помочь посмотреть на ситуацию чуть шире.

Мне интересно общаться с вами, узнавать, чем вы живете, о чем думаете и что для вас важно. Поэтому в ближайшее время я буду приглашать некоторых из вас на небольшие встречи. А если кто-то захочет прийти ко мне сам, я буду особенно рада.

Буду рада познакомиться поближе, услышать ваши мысли и, если понадобится, помочь разложить по полочкам то, в чем сейчас хочется разобраться.

Речь со старшеклассниками должна быть живой, уважительной и содержать понятную для них мотивацию. В этом возрасте подростки уже неохотно откликаются на формальные приглашения и гораздо чаще

приходят тогда, когда понимают ценность предстоящего разговора лично для себя.

Важно показать, что встреча с педагогом-психологом – это не проверка и не поиск проблем, а возможность получить поддержку, разобраться в собственных мыслях, взглянуть на ситуацию с другой стороны и найти ответы на вопросы, которые не всегда получается обсудить с друзьями или взрослыми из ближайшего окружения.

Старший подростковый возраст – это период активного самоопределения, поиска своего места в жизни, формирования собственных взглядов, ценностей и жизненных ориентиров. Именно поэтому для многих обучающихся становится особенно важным знать, что рядом есть пространство и человек, готовый спокойно выслушать их мысли, сомнения, переживания и вопросы без осуждения и давления.

Задача педагога-психолога – не давать готовые ответы за подростка, а создать условия, в которых он сможет лучше понять себя, увидеть собственные ресурсы и почувствовать опору в процессе принятия важных для себя решений. Именно такое понимание цели встречи делает обращение к педагогу-психологу более осознанным и снижает внутреннее сопротивление к диалогу.

2 Первая встреча в кабинете педагога-психолога

Первая встреча с ребенком после выявления факторов риска является ключевым этапом всей дальнейшей работы. Именно в этот момент формируется первичное отношение обучающегося к педагогу-психологу, к самой ситуации обращения и к возможности получения помощи.

Правило первой встречи

педагога-психолога и ребенка в кабинете

Суть правила

Первая встреча – не диагностика и не разговор по существу. Это момент, когда ребенок решает (часто бессознательно), можно ли этому взрослому доверять. Все, что происходит в кабинете до установления контакта, имеет значение только в одном измерении: безопасно здесь или нет.

Безопасность

первое, что важно в моменте

✓ Ребенок физически и эмоционально защищен – никто не оценивает, не торопит, не требует.

✓ Пространство кабинета спокойное.

✓ Педагог-психолог объясняет простыми словами, что будет происходить и чего не будет.

✓ Ребенку дано право молчать, не отвечать, передумать – без последствий.

Опора

взрослый, на которого можно опереться

✓ Педагог-психолог – стабильная, спокойная фигура, не реагирующая резко на слова и поведение ребенка.

✓ Контакт строится через присутствие, а не через вопросы и задания.

✓ Ребенок чувствует: его не будут «чинить» или «разбирать» с первой минуты.

✓ Темп встречи задает ребенок, а не протокол или методика.

Не сбор информации

✗ Не задавать сразу серию вопросов о семье, школе, проблемах.

✗ Не вести запись или опросник на глазах у ребенка в первую встречу.

✕ Не уточнять детали инцидента или ситуации, если ребенок сам не начал об этом говорить.
✕ Информация, добытая через давление в момент знакомства, разрушает доверие быстрее, чем приносит пользу.

Не анализ *рано делать выводы о ребенке*
✕ Не интерпретировать поведение ребенка вслух или про себя как диагноз.
✕ Не торопиться формулировать гипотезы о причинах трудностей.
✕ Не сравнивать ребенка с нормой, возрастом или другими детьми в этот момент.
✕ Первая встреча дает контакт, а не данные – выводы откладываются на потом.

Важно

Доверие ребенка формируется не через вопросы и анализ, а через спокойное, безопасное присутствие взрослого, где ему дают время и пространство без давления.

Давайте остановимся на конкретных шагах первой встречи.

Алгоритм первой встречи

речь, поведение и действия педагога-психолога

Как использовать

На каждом шаге – что делать и говорить. В таблицах ниже три равноценных варианта одной и той же фразы: выбирайте тот, что естественнее звучит в вашей речи или подходит конкретному ребенку. Это не сценарий для зачитывания, а опора, чтобы не теряться в моменте.

1	**Начало встречи (приветствие)**
1	Спокойный, мягкий тон голоса – без бодрости и без формальности.

2	Короткое приветствие без давления и лишних вопросов.
3	Создать ощущение обычного, безопасного разговора, а не процедуры.

Готовые реплики

Ситуация	Вариант 1	Вариант 2	Вариант 3
Приветствие при входе	*«Привет! Заходи, располагайся»*	*«Здравствуй, проходи, садись где удобно»*	*«Привет, я рад(-а) тебя видеть»*
Если ребенок напряжен с порога	*«Все спокойно, у нас просто разговор»*	*«Ничего особенного – просто посидим, поговорим»*	*«Здесь спокойно, торопиться никуда не нужно»*

2	Снижение напряжения
1	Нейтральная фраза о текущем моменте – без оценки и ожиданий.
2	Не задавать сразу вопросы по проблеме.
3	Дать 10–20 секунд паузы и не заполнять тишину.

Готовые реплики

Ситуация	Вариант 1	Вариант 2	Вариант 3
Теплое вступление	*«Рад(-а), что ты пришел»*	*«Хорошо, что ты сегодня здесь»*	*«Приятно, что ты нашел время прийти»*
Снятие ожидания «разговора по делу»	*«Давай просто спокойно поговорим»*	*«Сегодня можно никуда не спешить»*	*«Мы можем поговорить о чем угодно – или просто помолчать»*
После паузы / тишины	*«Можешь не отвечать сразу, время есть»*	*«Не торопись, подумай, если нужно»*	*«Тишина – это тоже нормально»*

3	Установка контакта
1	Простые, безопасные вопросы – про самочувствие, настроение, нейтральные темы.
2	Поддерживающее реагирование: кивки, спокойный взгляд, принятие без оценки.

Готовые реплики

Ситуация	Вариант 1	Вариант 2	Вариант 3
Нейтральный вопрос для начала	*«Как у тебя сегодня дела?»*	*«Как прошел твой день?»*	*«Как ты себя сейчас чувствуешь?»*
Легкая, безопасная тема	*«Чем тебе нравится заниматься в свободное время?»*	*«Что сейчас интересного происходит у тебя в жизни?»*	*«Расскажи, что тебе нравится – необязательно про школу»*
Поддерживающая реакция	*«Понимаю»*	*«Слышу тебя»*	*«Угу, ясно (это интересно)»*

4	Основная позиция педагога-психолога
1	Говорить мало, слушать больше.
2	Не интерпретировать, не «копать», не уточнять глубоко.
3	Подчеркивать: можно говорить в своем темпе (как удобно тебе).

Готовые реплики

Ситуация	Вариант 1	Вариант 2	Вариант 3
Разрешение на свой темп	*«Можешь говорить в своем темпе»*	*«Рассказывай ровно столько, сколько хочешь»*	*«Здесь нет правильного темпа – какой тебе удобен, такой и есть»*
Если ребенок замолчал на середине	*«Хорошо, можем остановиться здесь»*	*«Это нормально - не обязательно*	*«Окей, вернемся к этому, если захочешь»*

		продолжать сейчас»	
Сдержанная реакция без интерпретации	*«Спасибо, что рассказал(-а)»*	*«Я тебя услышал(-а)»*	*«Понятно, спасибо, что поделился(-ась)»*

5	Эмоциональная стабилизация
1	При напряжении – замедлить темп речи и снизить интенсивность вопросов.
2	Отражать чувства простыми словами, только при уместности.

Готовые реплики

Ситуация	Вариант 1	Вариант 2	Вариант 3
Отражение чувств (осторожно)	*«Похоже, тебе сейчас непросто»*	*«Кажется, это для тебя сейчас сложная тема»*	*«Чувствую, что это задевает тебя»*
Снижение темпа при тревоге	*«Давай чуть медленнее, никуда не торопимся»*	*«Можем сделать паузу — это нормально»*	*«Если нужно, остановимся и просто посидим молча»*
Мягкая поддержка при слезах/волнении	*«Все в порядке, можно не сдерживаться»*	*«Это нормальная реакция, я рядом»*	*«Ничего страшного, мы никуда не спешим»*

6	Завершение встречи
1	Короткое подведение итога встречи.
2	Обозначение доступности на будущее.
3	Завершение спокойно, без резких переходов.

Готовые реплики

Ситуация	Вариант 1	Вариант 2	Вариант 3
Подведение итога	*«Спасибо, что пришел (-ла)»*	*«Спасибо тебе за этот разговор»*	*«Хорошо, что мы сегодня встретились»*
Обозначение доступности	*«Если захочешь поговорить еще – можно прийти»*	*«Двери всегда открыты, если нужно»*	*«Ты можешь подойти ко мне в любой момент»*
Спокойное завершение	*«Хорошего тебе дня»*	*«До встречи, береги себя»*	*«Иди, все хорошо, увидимся»*

Важно

Главный навык в первой встрече – не подбор правильных слов, а способность оставаться спокойным самому. Ребенок считывает не текст реплики, а состояние взрослого: если педагог-психолог сам торопится, тревожится за результат или ждет «прорыва», это передается раньше любых слов. Лучшая фраза – та, что сказана искренне и в своем темпе, даже если она проще варианта из таблицы.

Часто на первой встрече возникает необходимость сразу прояснить, что происходит с ребенком, либо сам ребенок уже находится в доверительном контакте и настроен на взаимодействие. В таких случаях он, как правило, открыт к разговору и готов к работе.

В подобных ситуациях уместно использовать полуструктурированное интервью как более гибкий формат беседы, позволяющий сочетать бережное установление контакта и получение необходимой информации без потери доверительной атмосферы.

3 Полуструктурированное интервью педагога-психолога

Можно ли за 10–15 минут разговора действительно понять, что происходит с ребенком?

Полуструктурированное интервью как раз про это. Это не жесткий опрос и не консультация, а профессиональный баланс: у педагога-психолога есть понятные направления, но он остается внимательным к самому ребенку, его темпу, паузам и тому, что звучит между строк.

ПОЛУСТРУКТУРИРОВАННОЕ ИНТЕРВЬЮ

для раннего выявления признаков психологического неблагополучия и суицидальных рисков

Цель интервью

Полуструктурированное интервью предназначено для раннего выявления признаков эмоционального неблагополучия, повышенного уровня тревожности, стресса, депрессивных проявлений, импульсивности, а также возможных суицидальных мыслей у обучающихся.

Результаты интервью позволяют педагогу-психологу глубже понять эмоциональное состояние и внутренний мир подростка, определить наличие факторов риска и оказать своевременную психологическую поддержку.

Инструкция для педагога-психолога

Интервью проводится только при индивидуальной углубленной диагностике психоэмоционального состояния ребенка/ подростка. Педагог-психолог задает вопросы в свободной форме, фиксируя ответы подростка и его эмоциональные реакции.

Особенности проведения

✔ Интервью проводится в индивидуальной обстановке, обеспечивающей конфиденциальность и чувство безопасности.
✔ Вопросы задаются мягко, в естественной беседе, без давления и формальности.
✔ Педагог-психолог чутко реагирует на состояние подростка: при тревоге, страхе или затруднении не настаивает и не ускоряет процесс.
✔ Поддерживается доверительный контакт с использованием доброжелательного тона и невербальных сигналов поддержки (спокойный голос, кивок, улыбка).
✔ Вопросы подбираются в зависимости от эмоционального состояния подростка и хода беседы, а не зачитываются строго по порядку.
✔ Педагог-психолог фиксирует основные ответы и наблюдает за эмоциональными реакциями: паузы, изменения голоса, слезы, избегание темы и др., так как они могут иметь диагностическое значение.
✔ Особое внимание уделяется вопросам, вызывающим сильные эмоциональные реакции, так как они часто указывают на внутреннее напряжение или проблемные зоны личности.

Рекомендации по взаимодействию

Не использовать оценочные суждения и осуждающие фразы.

Не пытаться сразу «успокоить» ребенка/ подростка – важно дать возможность выговориться.

При выявлении тревожных сигналов (упоминания смерти, нежелания жить, чувства вины или одиночества) мягко уточнить, как давно появились эти мысли, и есть ли конкретные планы или намерения.

По завершении беседы необходимо оказать эмоциональную поддержку, подчеркнув, что помощь рядом, а подросток не один.

Роль педагога-психолога

Задача педагога-психолога – выявить психологическое неблагополучие и суицидальные риски, одновременно создавая пространство доверия, где подросток может открыто говорить о своих переживаниях.

Полуструктурированное интервью используется в комплексе с другими методами (наблюдение, беседа, диагностические методики) и не является самостоятельным основанием для постановки заключения. Полученные данные предназначены для разработки индивидуального маршрута психологического сопровождения и, при необходимости, направления подростка к профильным специалистам.

ПОЛУСТРУКТУРИРОВАННОЕ ИНТЕРВЬЮ

Эмоциональное состояние и безопасность

	1. Эмоциональное состояние
1	Как ты обычно чувствуешь себя в последнее время? Бывает ли напряжение или трудности с тем, чтобы расслабиться?
2	Когда что-то происходит, ты чувствуешь, что реагируешь слишком остро или переживаешь сильнее, чем хотел(-а) бы?
3	Бывает, что ты огорчаешься из-за мелочей? Приведи пример, если хочешь.
4	Есть ли сейчас в твоей жизни что-то, что перестало приносить радость?
5	Бывает ли, что тебе не хватает уверенности в себе? В каких ситуациях сильнее всего?

	2. Телесные сигналы и тревога
6	Замечал(-а) ли ты у себя головокружение, боль в животе, тошноту или холодные/потные ладони, когда нервничаешь?
7	Бывает ли тревога без явной причины? Как ты понимаешь, что начинаешь волноваться?

	3. Опыт буллинга и агрессия
8	Бывает ли, что кто-то тебя дразнит, обижает или ведет себя с тобой несправедливо?
9	А ты сам(-а) когда-нибудь вступал(-а) в драку или заставлял(-а) других делать что-то?
10	Что с тобой происходит, когда ты злишься? Трудно ли сдержаться?

11	Что тебя чаще всего раздражает? Например, когда тебе мешают или перебивают?

	4. Энергия, учеба, интерес
12	Насколько часто ты чувствуешь усталость, даже если ничего тяжелого не делал(-а)?
13	Бывает ли, что ты начинаешь делать что-то и бросаешь на середине? Почему так происходит?

	5. Грусть, одиночество, замкнутость
14	Как часто тебе бывает грустно или хочется плакать?
15	Бывает ли чувство одиночества? В какие моменты сильнее всего?
16	Когда тебе плохо, рассказываешь ли ты кому-то или замыкаешься в себе?
17	Бывает ли желание побыть одному(-ой), чтобы никто не видел и не трогал?
18	Ощущаешь ли, что другим все равно, что с тобой происходит?

	6. Самообвинение, самонаказание
19	Бывало ли, что после переживаний тебе хотелось наказать себя или делал(-а) что-то опасное?

	7. Суицидальные высказывания и риски (максимально деликатно)
20	Бывали ли моменты, когда тебе не хотелось просыпаться утром?
21	Приходили ли мысли исчезнуть или чтобы все это закончилось?
22	Бывает ли, что не хочется жить – даже если точной причины нет?
23	Ты когда-нибудь делал(-а) что-то рискованное или опасное просто так, не думая о последствиях?

24	Бывало ли, что при сильной боли или злости ты вредил(-а) себе?
25	Как ты представляешь свое будущее? Видишь ли там что-то хорошее?
26	Бывает ли мысль, что жизнь не имеет смысла?
27	Как ты обычно относишься к себе? Чувствуешь ли ты себя важным человеком?

8. Саморегуляция и поведение

28	Как ты относишься к просьбам взрослых? Сложно ли выполнять то, что говорят?
29	Удается ли подумать, прежде чем что-то сделать?
30	Получается ли доводить дела до конца? Что помогает, а что мешает?
31	Тебе случается делать что-то, не подумав? В каких ситуациях?
32	Трудно ли тебе сидеть спокойно? Часто ли крутишься, отвлекаешься?
33	Как у тебя с вниманием? Легко ли сосредоточиться?

9. Правила, честность, ответственность

34	Бывало, что тебя обвиняли во лжи или обмане? Как ты сам(-а) это видишь?
35	Бывало ли, что ты брал(-а) чужие вещи без спроса? Что тебя к этому побуждало?

10. Социальная поддержка

36	Есть ли у тебя человек, с которым можно поговорить по-настоящему откровенно?
37	Чувствуешь ли ты поддержку от друзей, семьи или учителей? От кого сильнее всего?
38	Как ты думаешь, нравишься ли ты другим ребятам? Почему?

39	Чувствуешь ли, что тебя уважают? В каких ситуациях это ощущается?
40	Легко ли тебе делиться – вещами, едой, играми?
41	Как ты относишься к младшим детям? Часто ли проявляешь по отношению к ним доброжелательность?

Напоминание

Данное интервью не зачитывается строго по порядку и не является самостоятельным основанием для заключения – оно используется в комплексе с наблюдением, беседой и проективными методиками, а его результаты служат основой для индивидуального маршрута психолого-педагогического сопровождения.

КАК НАЧАТЬ ПОЛУСТРУКТУРИРОВАННОЕ ИНТЕРВЬЮ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ПРИЧИНЫ ОБРАЩЕНИЯ

Главный принцип

Полуструктурированное интервью не предполагает, что вопросы задаются строго по порядку. Главная задача педагога-психолога – не пройти все пункты списка, а выстроить разговор так, чтобы он был естественным и комфортным для ребенка. Перед началом беседы важно определить, по какой причине ребенок оказался на встрече, и уже от этого выбирать точку входа в разговор.

Если ребенок приглашен после диагностики	
1	Начните разговор с результатов или тем, которые были затронуты в диагностике.
2	Уточните, насколько эти вопросы откликаются самому ребенку.
3	Постепенно переходите к уточняющим вопросам по значимым направлениям.
4	Не стремитесь сразу обсудить все сферы жизни – двигайтесь от того, о чем ребенку легче говорить.

Если ребенок приглашен после наблюдения	
1	Начните с того, что вы заметили в его поведении, настроении или взаимодействии с окружающими.
2	Избегайте оценок и выводов.
3	Предложите ребенку самому рассказать, как он видит ситуацию.
4	Отталкивайтесь от его ответов и постепенно расширяйте разговор.

Если ребенок обратился самостоятельно	
1	В первую очередь выясните, с чем именно он пришел.
2	Дайте возможность свободно рассказать о своей ситуации без большого количества вопросов.
3	Помогите сформулировать запрос и определить, что для него сейчас является самым важным.
4	Только после этого переходите к уточнению отдельных аспектов ситуации.

Так как время полуструктурированного интервью ограничено, задача педагога-психолога – не подробно разобрать каждый пункт диагностики, а за короткое время получить наиболее важную информацию о состоянии ребенка.

В ходе полуструктурированного интервью важно не просто уточнить ответы ребенка, а последовательно собрать информацию по нескольким ключевым направлениям	
1	**Уточнить наличие проблемы** – действительно ли трудность существует, как часто она возникает и в каких ситуациях проявляется.
2	**Понять субъективное восприятие ребенка** – как он сам объясняет происходящее, считает ли это проблемой и насколько сильно это влияет на его жизнь.
3	**Оценить выраженность переживаний** – насколько интенсивны тревога, грусть, страх, злость, обида или другие эмоциональные реакции.

4	**Выявить возможные причины состояния** – связано ли происходящее со школой, семьей, отношениями со сверстниками, учебной нагрузкой, конфликтами или другими жизненными обстоятельствами.
5	**Определить наличие значимого взрослого** – есть ли человек, которому ребенок доверяет и к которому может обратиться за помощью и поддержкой.
6	**Оценить социальную поддержку** – есть ли друзья, одноклассники или другие люди, рядом с которыми ребенок чувствует себя принятым и нужным.
7	**Понять способы справляться с трудностями** – что ребенок обычно делает, когда ему плохо, страшно, обидно или трудно.
8	**Найти актуальные ресурсы** – что помогает ребенку чувствовать себя лучше, восстанавливать силы, получать удовольствие и справляться с переживаниями.
9	**Оценить уровень безопасности** – нет ли ситуаций, связанных с насилием, буллингом, жестоким обращением, самоповреждающим поведением или другими факторами риска.
10	**Определить необходимость дальнейшего сопровождения** – достаточно ли разовой поддержки, требуется ли дополнительная диагностика, консультация родителей, педагогов или организация психолого-педагогического сопровождения.

Ниже приведены примеры того, как результаты диагностики можно перевести в живой диалог и использовать ответы ребенка как основу для дальнейшей беседы.

Главное правило

Сначала следуйте за причиной обращения ребенка, а уже потом переходите к другим направлениям интервью. Чем естественнее выглядит беседа, тем больше информации и доверия вы получите.

Примеры вопросов для 1 – 4 классов о школе

Вопрос	Что позволяет выявить
Что тебе больше всего нравится в школе?	Значимые для ребенка источники положительных эмоций, интереса и школьной мотивации.

Есть ли что-то, что тебе не очень нравится?	Основные причины дискомфорта, напряжения или неудовлетворенности школьной жизнью.
Кто обычно сидит рядом с тобой?	Особенности взаимодействия со сверстниками и положение ребенка в классе.
С кем ты чаще всего играешь в школе?	Наличие друзей, качество социальных контактов и уровень включенности в коллектив.
Бывает ли, что тебе грустно или скучно в школе?	Эмоциональное самочувствие ребенка в образовательной среде.
Если что-то случается или становится трудно, к кому ты обычно обращаешься?	Наличие значимых взрослых или сверстников, к которым ребенок может обратиться за помощью.
Когда ты утром собираешься в школу, какое у тебя обычно настроение?	Общее эмоциональное отношение ребенка к посещению школы.
Бывает ли, что совсем не хочется идти в школу?	Признаки школьной тревожности, перегрузки или дезадаптации.
Что обычно помогает тебе собраться и прийти?	Личные ресурсы ребенка и факторы, поддерживающие адаптацию к школе.
К концу уроков ты больше устаешь или еще остаются силы?	Уровень физической и эмоциональной утомляемости в течение учебного дня.
Какой урок для тебя самый легкий?	Учебные предметы и ситуации, в которых ребенок чувствует себя успешным и уверенным.
А какой бывает самым трудным?	Возможные учебные трудности, переживания неуспеха и зоны напряжения.
Бывает ли, что на уроке что-то не получается и ты начинаешь расстраиваться?	Чувствительность ребенка к ошибкам и неудачам в учебной деятельности.
Что ты обычно делаешь в такой ситуации?	Способы реагирования на трудности и уровень сформированности навыков саморегуляции.
Бывает ли, что в школе у тебя болит живот или голова?	Возможные психосоматические проявления тревоги, стресса или эмоционального напряжения.
Бывает ли, что очень хочется домой раньше времени?	Наличие чувства усталости, эмоционального дискомфорта или небезопасности в школе.
Когда ты сильно устаешь, как это понимаешь?	Способность ребенка замечать и осознавать свое физическое и эмоциональное состояние.

Бывает ли, что после школы совсем нет сил ни на игры, ни на прогулку?	Риск переутомления, эмоционального истощения или чрезмерной нагрузки.
Бывают ли в школе моменты, когда тебе становится грустно?	Ситуации, вызывающие эмоциональное неблагополучие или переживания.
А бывают моменты, когда немного страшно или тревожно?	Источники тревоги, страха и чувства небезопасности в школьной среде.
Есть ли место в школе, где тебе нравится больше всего находиться?	Пространства, в которых ребенок чувствует себя спокойно, комфортно и безопасно.
А есть место, куда тебе совсем не хочется идти?	Возможные зоны психологического дискомфорта или негативного опыта.
Если тебя что-то расстроит в школе, кто первым это заметит?	Наличие взрослых или сверстников, способных вовремя заметить трудности ребенка.
Если бы ты мог что-то изменить в своей школе, что бы ты изменил?	Основные проблемы и потребности ребенка, которые он считает наиболее значимыми.
Если бы у тебя была волшебная палочка, что бы ты сделал, чтобы в школе стало еще лучше?	Скрытые переживания, желания и представления ребенка о комфортной школьной среде.

Отношения с одноклассниками/ друзьями

Вопрос	Что позволяет выявить
У тебя есть друзья в классе?	Наличие значимых дружеских отношений и уровень социальной адаптации.
Кто твой самый близкий друг в школе?	Наличие эмоционально значимых связей среди сверстников.
Ты чаще играешь с ребятами или один?	Особенности общения и возможную социальную изоляцию.
Тебя часто зовут играть другие ребята?	Уровень принятия ребенка сверстниками.
Бывает ли, что тебя не берут в игру?	Риск отвержения или трудностей во взаимодействии со сверстниками.
Есть ли в классе ребята, с которыми тебе трудно общаться?	Наличие конфликтов или напряженных отношений.
Бывает ли, что кто-то тебя обижает или дразнит?	Возможные признаки буллинга или агрессивного поведения сверстников.

Если тебя кто-то обидит, что ты обычно делаешь?	Способы реагирования на конфликтные ситуации.
Кого из ребят ты бы пригласил к себе домой?	Глубину и качество дружеских отношений.
Как ты думаешь, ребятам нравится с тобой дружить?	Самооценку и субъективное восприятие своего положения в коллективе.

Отношения с учителем

Вопрос	Что позволяет выявить
Тебе нравится твоя учительница?	Общее эмоциональное отношение к педагогу.
За что ты любишь свою учительницу?	Позитивные аспекты взаимодействия с педагогом.
Бывает ли, что учитель на тебя сердится?	Частоту негативных взаимодействий с педагогом.
Что ты чувствуешь, когда учитель делает замечание?	Реакцию ребенка на оценку и критику взрослого.
Если тебе что-то непонятно, можешь ли ты подойти к учителю за помощью?	Уровень доверия к педагогу и ощущение психологической безопасности.
Как ты думаешь, учитель замечает, когда тебе грустно или трудно?	Субъективное ощущение поддержки со стороны взрослого.
Если бы тебе стало очень плохо в школе, смог бы ты обратиться к учителю?	Степень эмоциональной близости и доверия к педагогу.

Нагрузка и свободное время

Вопрос	Что позволяет выявить
Что ты обычно делаешь после школы?	Общую организацию жизни ребенка после учебы.
У тебя остается время на игры и отдых?	Баланс между нагрузкой и восстановлением.
После школы ты чаще отдыхаешь или сразу садишься за уроки?	Особенности режима дня и уровень учебной нагрузки.
Ты успеваешь делать то, что тебе нравится?	Степень удовлетворенности своим свободным временем.
Что тебе нравится делать больше всего после школы?	Личные интересы и ресурсные занятия ребенка.
Бывает ли, что после школы ты очень сильно устаешь?	Риск переутомления и эмоционального истощения.

Есть ли у тебя выходной день, когда можно просто отдыхать?	Возможность полноценного восстановления ресурсов.
Когда ты последний раз играл просто потому, что тебе было весело?	Наличие спонтанной игровой активности и эмоционального благополучия.

Примеры вопросов для 1 – 4 классов о семье

Для первоклассника вопросы о семье должны звучать мягко и естественно. Важно не искать проблему, а понимать, кто является для ребенка опорой, как устроены отношения дома, чувствует ли он себя в безопасности и получает ли необходимую поддержку.

Вопрос	Что позволяет выявить
Расскажи, кто живет вместе с тобой дома?	Состав семьи и значимое окружение ребенка.
С кем ты любишь проводить время больше всего?	Наиболее близкие эмоциональные связи в семье.
Что вам нравится делать вместе?	Наличие совместного времени и семейного взаимодействия.
Кто чаще всего помогает тебе, если что-то не получается?	Основной источник поддержки в семье.
Если тебе грустно, к кому ты обычно идешь?	Наличие эмоционально доступного взрослого.
Кто лучше всех умеет тебя успокоить?	Фигуру эмоциональной безопасности и привязанности.
Кто чаще всего интересуется, как прошел твой день?	Вовлеченность взрослых в жизнь ребенка.
Любишь ли ты рассказывать дома про школу?	Открытость общения между ребенком и родителями.
А дома любят слушать твои истории?	Готовность семьи слышать и поддерживать ребенка.
Кто обычно помогает тебе делать уроки?	Особенности учебной поддержки со стороны семьи.
Что происходит дома, если у тебя что-то не получается?	Реакцию взрослых на ошибки и неудачи ребенка.
Что происходит дома, если ты получаешь хорошую отметку или похвалу?	Формы поощрения и эмоциональной поддержки.

Часто ли дома вас хвалят за старания?	Уровень позитивного подкрепления в семье.
Бывает ли, что взрослые дома сильно устают?	Эмоциональный фон и уровень напряжения в семье.
Как ты понимаешь, что мама или папа расстроены?	Чувствительность ребенка к эмоциональному состоянию взрослых.
Что ты обычно делаешь, когда кто-то дома грустит?	Роль ребенка в семейной системе и способы реагирования.

Отношения между членами семьи

Вопрос	Что позволяет выявить
Любите ли вы всей семьей проводить время вместе?	Уровень семейной сплоченности.
Что вам больше всего нравится делать всей семьей?	Наличие совместных положительных переживаний.
Бывает ли, что дома кто-то спорит или ссорится?	Наличие конфликтов в семейной системе.
Что ты обычно делаешь, когда взрослые спорят?	Реакцию ребенка на семейное напряжение.
Есть ли дома место, где тебе особенно спокойно и хорошо?	Источники чувства безопасности дома.
Когда дома становится грустно или неприятно, что помогает тебе почувствовать себя лучше?	Способы эмоциональной саморегуляции ребенка.
Есть ли человек дома, с которым можно поговорить обо всем?	Наличие доверительных отношений.
Если бы у тебя была трудная проблема, кому бы ты рассказал о ней первым?	Основную фигуру доверия и поддержки.

Чувство безопасности

Вопрос	Что позволяет выявить
Тебе хочется возвращаться домой после школы?	Общее эмоциональное отношение к домашней среде.
Когда ты дома, ты чаще чувствуешь себя спокойно или тревожишься о чем-то?	Уровень эмоционального комфорта и безопасности.
Бывает ли, что тебе хочется побыть одному?	Потребность в личном пространстве и возможное эмоциональное напряжение.

Есть ли дома человек, рядом с которым ты чувствуешь себя особенно спокойно?	Главную фигуру безопасности и привязанности.
Если тебе страшно или тревожно, кто помогает тебе справиться с этим?	Наличие взрослого, обеспечивающего эмоциональную поддержку.

Свободное время и семейная жизнь

Вопрос	Что позволяет выявить
Чем ты любишь заниматься дома после школы?	Интересы ребенка и особенности досуга.
Есть ли у тебя время поиграть или отдохнуть?	Баланс между нагрузкой и восстановлением.
Кто чаще всего играет с тобой дома?	Вовлеченность семьи в жизнь ребенка.
Есть ли у вас семейные традиции или любимые занятия?	Уровень эмоциональной связанности семьи.
Какой день дома ты считаешь самым хорошим?	Представления ребенка о благополучной семейной атмосфере.

Пример полуструктурированного интервью и углубленной диагностики с обучающимся 1 класса

Основание: после проведения карты наблюдения (педагогом) выявлена красная зона (дезадаптация первоклассника).

Цель встречи:

– установить доверительный контакт;

– снизить тревогу ребенка;

– уточнить особенности эмоционального состояния;

– получить дополнительную информацию о семье, школе и взаимоотношениях со сверстниками;

– провести углубленную диагностику через проективные методики.

Продолжительность: 30–40 минут.

Этап 1. Установление контакта ***(5–7 минут)***

Педагог-психолог встречает ребенка спокойно и доброжелательно.

Привет! Очень рада тебя видеть. Проходи, выбирай любое место, где тебе будет удобно.

Как настроение сегодня?

Как прошел твой день?

Что интересного было сегодня в школе?

Ты совсем недавно стал школьником. Мне очень интересно узнать, как тебе в школе.

Важно не торопить ребенка и не задавать сразу вопросы о трудностях, необходимо расположить к себе, снять напряжение поэтому вопросы должны быть нейтральными, на которые легко ответить.

Варианты реплик педагога-психолога во время беседы с ребенком

Вопрос педагога-психолога	Если ребенок отвечает охотно	Если ребенок молчит / отвечает коротко
Привет! Как ты себя чувствуешь сегодня?	Поддержать: *«Здорово, что ты в хорошем настроении»*	Снизить давление: *«Понимаю, можно просто сказать «нормально или окей»*
Как прошел твой день?	Уточнить: *«Что было самым интересным?»*	Упростить: *«Было больше веселого или обычного дня?»*
Что интересного было сегодня в школе?	Развить: *«Расскажи подробнее»*	Перевести в выбор: *«Перемены или уроки больше запомнились?»*
Что тебе больше всего нравится в школе?	Углубить: *«Почему именно это?»*	Переформулировать: *«Уроки, друзья или перемены?»*
Есть ли что-то, что не очень нравится?	Уточнить мягко: *«А что в этом мешает?»*	Снять напряжение: *«Может пока все нормально, да?»*
С кем ты чаще всего играешь?	Поддержать: *«Хорошо вам вместе?»*	Перевести в конкретику: *«Есть кто-то один или несколько ребят?»*

Бывает ли тебе грустно или скучно в школе?	Уточнить: *«Когда это чаще бывает?»*	Снять давление: *«У многих бывает по-разному»*
К кому ты обращаешься, если трудно?	Развить: *«Почему именно к нему/ней?»*	Дать опору: *«К учителю или ребятам проще?»*
Какое у тебя настроение утром перед школой?	Поддержать: *«Интересно»* + уточнение	Упростить: *«Больше хорошее или обычное?»*
Бывает ли, что не хочется идти в школу?	Мягко уточнить: *«Что в такие дни помогает прийти?»*	Снять давление: *«Иногда у всех бывает»*
Что помогает тебе собраться?	Поддержать ресурс: *«Это здорово»*	Упростить: *«Может кто-то помогает?»*
К концу уроков ты устаешь?	Уточнить: *«Какие уроки больше утомляют?»*	Переформулировать: *«Сил больше или меньше становится?»*
Какой урок самый легкий?	Поддержать: *«Почему он легкий?»*	Упростить: *«Есть такой, который нравится больше всего?»*
Какой урок самый трудный?	Уточнить: *«Что там сложнее?»*	Снизить давление: *«Иногда все уроки примерно одинаковые?»*
Бывает ли, что ты расстраиваешься, если не получается?	Углубить: *«Что ты тогда делаешь?»*	Нормализовать: *«У всех бывает»*
Что ты делаешь в таких ситуациях?	Поддержать стратегию: *«Это хороший способ»*	Упростить: *«К кому-то подходишь или сам справляешься?»*
Бывает ли, что болит живот или голова в школе?	Уточнить: *«Когда чаще?»*	Снизить тревожность: *«Иногда организм так устает»*
Хочется ли иногда уйти домой раньше?	Уточнить: *«В какие моменты?»*	Нормализовать: *«После длинного дня это бывает»*
Есть ли место в школе, где тебе особенно хорошо?	Поддержать: *«Почему именно там?»*	Упростить: *«Класс, коридор или улица?»*
Есть ли место, куда не очень хочется идти?	Мягко уточнить	Снять напряжение: *«Может, таких мест нет»*
Если что-то случилось, кто это замечает?	Уточнить: *«Почему именно он/она?»*	Упростить: *«Кто чаще рядом?»*
Если бы можно было изменить школу, что бы ты изменил?	Углубить: *«Это важно»*	Упростить: *«Что бы стало лучше - уроки или перемены?»*

Методика «Рисунок семьи»

Можно провести диагностику перед начало беседы.

А теперь я предлагаю немного порисовать. Нарисуй, пожалуйста, свою семью. Нарисуй всех так, как тебе хочется. Можно рисовать в любом порядке.

Во время рисования не подсказывать. Вопросы после рисунка.

1. Общая презентация рисунка

Расскажи про свой рисунок. Кто здесь нарисован?

Что сейчас делает каждый из них?

Задача: понять структуру семьи и субъективное восприятие отношений.

2. Эмоциональные роли

Кто на рисунке самый добрый?

Кто самый веселый?

С кем тебе больше всего нравится проводить время?

Выявляет эмоциональные связи и значимые фигуры привязанности.

3. Поддержка и безопасность

Если тебе грустно, кто из семьи чаще всего помогает тебе?

Кто обычно замечает, что тебе плохо или ты расстроен?

Опора, эмоциональная поддержка, чувствительность семьи к ребенку.

4. Включенность ребенка в систему семьи

Где на рисунке ты сам? Почему именно там?

Если бы можно было переместиться, где бы ты хотел быть?

Самооценка, чувство включенности или дистанции в семье.

5. Скрытые напряжения (очень мягко)

Есть ли кто-то, кого ты хотел бы добавить на рисунок?

Бывает ли дома так, что кто-то грустит или ссорится?

Конфликты, исключенные фигуры, эмоциональный фон семьи.

6. Завершающий ресурсный вопрос

Что вам всем вместе дома нравится делать больше всего?

Ресурс семьи, позитивные взаимодействия.

Небольшая двигательная пауза *(1–2 минуты)*

А давай немного разбудим наше хорошее настроение. Потянись вверх, как будто хочешь дотянуться до облаков, а теперь встряхни ручки, будто с них слетели капельки дождя.

Методика «Несуществующее животное»

А теперь у меня для тебя особое задание.

Представь, что на свете есть животное, которого никто никогда не видел. Его нет ни в одной книжке, ни в одном мультфильме. Попробуй придумать и нарисовать такое животное. Оно может быть любым.

Вопросы после рисунка.

1. Образ и самоощущение

Как зовут это животное?

Оно сильное или слабое? Почему ты так думаешь?

Оно доброе или может сердиться?

Выявляет самооценку, внутреннюю силу, уровень напряжения и агрессии.

2. Эмоциональное состояние

Что может его расстроить?

Когда ему становится страшно, что с ним происходит?

Выявляет что способствует тревоге и способы переживания стресса.

3. Поддержка и безопасность

Кто может ему помочь, если ему трудно или страшно?

Есть ли у него кто-то, на кого он может опереться?

Диагностика чувства поддержки и наличия «безопасного взрослого»

4. Социальный мир

Есть ли у него друзья? Какие они?

Качество социальных связей и ощущение принятия.

5. Ресурс и потребности (ключевой вопрос)

Если бы это животное могло сейчас что-то сказать, что бы оно сказало?

Прямой выход на внутреннее состояние ребенка, скрытые переживания и потребности.

Завершение встречи *(3–5 минут)*

Спасибо тебе большое за рисунки! У тебя сегодня получилось создать целый мир: и семью нарисовали, и такое необычное животное придумали. Мне кажется, оно точно могло бы стать героем собственного мультфильма.

И спасибо тебе за наш разговор. Мне было очень интересно с тобой познакомиться и узнать тебя получше.

Скажи, пожалуйста, а как ты сейчас себя чувствуешь? Какое у тебя настроение в конце нашей встречи?

Выслушать ответ ребенка. При необходимости поддержать, подбодрить его.

Мы с тобой еще будем иногда встречаться, разговаривать, играть или выполнять интересные задания. Поэтому это не последняя наша встреча.

Если захочешь что-то рассказать, спросить или просто зайти поздороваться - я всегда буду рада тебя видеть.

Тогда договорились?

Хорошего тебе дня и отличного настроения! До встречи!

После проведения полуструктурированного интервью и углубленной диагностики важно не просто собрать информацию, а объединить все полученные данные в единую картину. На этом этапе педагог-психолог анализирует ответы ребенка, результаты методик, наблюдения педагогов и собственные наблюдения во время беседы.

Основная задача – определить возможные причины школьной дезадаптации и понять, какие факторы оказывают наибольшее влияние на эмоциональное состояние и поведение ребенка.

Важно помнить, что дезадаптация редко имеет одну причину. Чаще всего это сочетание нескольких факторов, которые усиливают друг друга. Поэтому при анализе рекомендуется рассматривать ситуацию комплексно.

На что следует обратить внимание:

– особенности адаптации к школьной среде;

– отношения со сверстниками;

– отношения с педагогом;

– эмоциональное состояние ребенка;

– уровень тревожности и чувство безопасности;

– наличие признаков переутомления или перегрузки;

– особенности семейной ситуации;

– наличие ресурсов и поддерживающих взрослых;

– сильные стороны ребенка и факторы, способствующие адаптации.

Итоговый вопрос педагога-психолога

После анализа всех данных специалисту важно ответить на главный вопрос:

«Что именно сейчас мешает этому ребенку чувствовать себя спокойно, безопасно и успешно в школе?»

Ответ на этот вопрос становится основой для дальнейшего маршрута сопровождения, выбора коррекционно-развивающей работы и взаимодействия с педагогами и родителями.

Пример полуструктурированного интервью и углубленной диагностики с обучающимся 2 – 4 классов

Основание: по результатам первичной диагностики ребенок в красной зоне риска: возможное эмоциональное неблагополучие, трудности адаптации, нарушения чувства безопасности в школе или семье, а также необходимость более глубокого изучения ситуации.

Цель интервью: уточнить возможные причины выявленных трудностей, оценить субъективное восприятие ребенком ситуации в школе и дома, выявить факторы риска и ресурсы поддержки, а также определить дальнейший маршрут психолого-педагогического сопровождения.

Продолжительность: 20–30 минут.

Этап 1. Установление контакта (5–7 минут)

На данном этапе основная задача педагога-психолога – создать безопасную и доброжелательную атмосферу, снизить возможное напряжение и настроить ребенка на разговор. Не рекомендуется сразу переходить к вопросам о трудностях, конфликтах или переживаниях.

Привет! Спасибо, что сегодня пришел ко мне. Проходи, устраивайся поудобнее. Как твои дела сегодня?

А что хорошего уже успело случиться сегодня?

А чем ты обычно любишь заниматься после школы?

Спасибо, что рассказал. Мне очень интересно узнать тебя чуть лучше. Давай теперь немного поговорим про школу и про то, как тебе сейчас учится.

И перед разговором я попрошу пройти небольшой опрос. В нем нет правильных или неправильных ответов, отвечай, как чувствуешь. А потом мы обсудим. Готов?

Уточняющие вопросы по результатам углубленной диагностики

После обработки результатов опросника педагогу-психологу рекомендуется обратить особое внимание на утверждения, по которым ребенок набрал неблагоприятные показатели. Интервью проводится не по всем пунктам, а только по тем направлениям, которые требуют уточнения.

Пункт опросника	Если выявлены признаки риска	Уточняющие вопросы
Ты чувствовал(-а), что спешишь или торопишься?	Ребенок часто испытывает чувство нехватки времени	*Расскажи, куда тебе чаще всего приходится спешить? В какие моменты ты больше всего устаешь?*
У тебя было достаточно времени, чтобы делать то, что тебе хотелось?	Не хватает свободного времени	*На что тебе хотелось бы иметь больше времени? Что ты любишь делать просто для себя?*
Ты беспокоился(-ась), что слишком занят(-а)?	Высокая нагрузка	*Из-за чего ты больше всего устаешь? Когда тебе удается отдохнуть?*
Ты беспокоился(-ась) относительно своих оценок или школы?	Школьная тревожность	*Что именно тебя беспокоит в школе? Бывают ли ситуации, когда ты особенно переживаешь?*

Мама или папа помогали тебе почувствовать себя лучше?	Недостаток эмоциональной поддержки	*К кому ты обычно обращаешься, когда тебе грустно?* *Кто чаще всего помогает тебе справиться с трудностями?*
Мама или папа давали тебе возможность почувствовать себя любимым?	Дефицит эмоциональной близости	*Как ты понимаешь, что тебя любят?* *Когда ты последний раз чувствовал(-а), что тобой гордятся?*
Ты боялся(-ась) чего-то или нервничал(-а)?	Повышенная тревожность	*Что чаще всего заставляет тебя волноваться?* *Когда тебе становится спокойнее?*
Ты злился(-ась)?	Повышенное напряжение, агрессия	*Что обычно тебя больше всего злит?* *Что ты делаешь, когда сердишься?*
Ты чувствовал(-а) себя счастливым(-ой)?	Сниженный эмоциональный фон	*Что обычно приносит тебе радость?* *Когда ты в последний раз был(-а) очень доволен(-а) собой?*
Тебе удавалось выспаться?	Нарушение отдыха	*Легко ли тебе засыпать?* *Бывает ли, что утром трудно вставать?*
У тебя были конфликты с друзьями?	Трудности общения	*Что обычно происходит во время ссор?* *Получается ли потом мириться?*
Ты общался(-ась) с друзьями?	Недостаток общения	*С кем ты чаще всего проводишь время?* *Есть ли человек, которого ты можешь назвать другом?*
Ты чувствовал(-а), что у тебя достаточно друзей?	Ощущение одиночества или социальной изоляции	*Как ты понимаешь, что человек - твой друг?* *Есть ли ребята, рядом с которыми тебе особенно комфортно?*

Важное правило

Не обязательно задавать все уточняющие вопросы. Достаточно выбрать 1–2 вопроса по каждому проблемному пункту и следовать за ответами ребенка. Часто именно один дополнительный вопрос

позволяет понять причину трудностей гораздо лучше, чем длинная серия формальных уточнений.

Варианты реплик педагога-психолога во время беседы с ребенком

Вопрос педагога-психолога	Если ребенок отвечает охотно	Если ребенок молчит / отвечает коротко
Как тебе сейчас учится в школе?	*Расскажи подробнее, что тебе нравится или не нравится?*	*Если выбирать, в школу чаще хочется идти или не очень?*
Какое у тебя обычно настроение утром перед школой?	*От чего это зависит?*	*Чаще веселое, спокойное или грустное?*
Бывает ли, что не хочется идти в школу?	*Что обычно происходит в такие дни?*	*Иногда такое бывает почти у всех. А у тебя бывает?*
Что тебе нравится в школе больше всего?	*Почему именно это?*	*Может быть, есть любимый урок или перемена?*
Что тебе нравится меньше всего?	*Расскажи немного об этом.*	*Есть что-то, что хотелось бы изменить?*
Как у тебя складываются отношения с ребятами в классе?	*С кем ты больше всего общаешься?*	*Есть друзья, с которыми тебе хорошо?*
Бывает ли, что кто-то тебя обижает, дразнит или смеется над тобой?	*Что обычно происходит после этого?*	*Иногда ребята могут обижать друг друга. У тебя такое случалось?*
Если тебя кто-то обидит, что ты обычно делаешь?	*А помогает ли это?*	*К кому ты обычно обращаешься?*
Есть ли в школе взрослый, которому ты доверяешь?	*Почему именно ему?*	*Если тебе станет плохо, к кому ты мог бы подойти?*
Как ты думаешь, учителя замечают, когда тебе грустно или трудно?	*Что они обычно делают?*	*Бывает, что взрослые помогают тебе в школе?*
Что происходит, если ты ошибаешься на уроке?	*Что ты тогда чувствуешь?*	*Учителя обычно помогают или ругают?*

Бывает ли, что ты переживаешь перед уроками или ответом у доски?	*Что тебя больше всего тревожит?*	*Есть уроки, на которых волнуешься сильнее?*
Когда тебе грустно или трудно дома, кто помогает тебе справиться?	*Что он обычно делает?*	*Есть человек, которому ты можешь рассказать о своих переживаниях?*
Как тебе дома в последнее время?	*Расскажи немного про это.*	*Дома чаще спокойно или бывают трудные моменты?*
Бывает ли, что взрослые дома сильно ругаются между собой?	*Что ты обычно делаешь в такие моменты?*	*Иногда взрослые спорят. У вас такое бывает?*
Бывает ли, что тебя дома сильно наказывают?	*Расскажи, что обычно происходит.*	*Что делают взрослые, когда сердятся на тебя?*
Когда тебе страшно или обидно, кто первым замечает это?	*Что этот человек делает для тебя?*	*Есть кто-то, кто понимает тебя без слов?*
Если бы я могла помочь тебе прямо сейчас в чем-то одном, что бы ты попросил изменить?	*Уточнить детали запроса ребенка.*	*Дать время подумать и предложить несколько вариантов (школа, дом, друзья, взрослые).*
Как ты думаешь, взрослые сейчас достаточно помогают тебе или хотелось бы больше помощи?	*Какой помощи тебе не хватает?*	*Иногда детям хочется, чтобы взрослые больше понимали их. Как у тебя?*

При необходимости после интервью можно использовать проективные методики. Особенно полезны они в случаях, когда ребенок выглядит скованным, напряженным, отвечает односложно или испытывает трудности в открытом разговоре о своих переживаниях.

В такой ситуации рисование становится не только диагностическим инструментом, но и способом снижения эмоционального напряжения. Во время творческой деятельности

ребенку часто бывает легче выражать свои чувства, мысли и переживания, которые сложно передать словами.

После завершения интервью и дополнительной диагностики важно не просто собрать информацию, а ответить на главный профессиональный вопрос:

«С чем связано текущее состояние ребенка?»

На этом этапе педагог-психолог анализирует все полученные данные и выделяет основные факторы, которые могут влиять на эмоциональное благополучие обучающегося: отношения в семье, школьную адаптацию, взаимодействие со сверстниками, отношения со взрослыми, уровень нагрузки, тревожность, чувство безопасности и наличие поддерживающих ресурсов.

Главная задача анализа – увидеть не отдельные симптомы, а общую картину жизни ребенка, чтобы понимать, какая помощь будет для него действительно полезной и своевременной.

! Обратите внимание

Вопросы в интервью затрагивают не только школьную жизнь ребенка, но и его семейную ситуацию. Это не случайно.

На практике проблемы редко существуют только в одной сфере жизни. Очень часто трудности в семье отражаются на поведении, успеваемости и отношениях ребенка в школе. Точно так же длительные проблемы в школе могут влиять на эмоциональную атмосферу дома, вызывать конфликты, тревогу или чувство беспомощности у родителей.

Например, ребенок, переживающий напряженную ситуацию в семье, может стать более раздражительным, агрессивным или замкнутым в классе. И наоборот, постоянные конфликты со сверстниками или страх перед школой могут приводить к эмоциональным срывам дома.

Поэтому задача педагога-психолога – смотреть на ситуацию шире и видеть взаимосвязь между разными сферами жизни ребенка. Чем целостнее картина, тем точнее будут выводы и эффективнее дальнейшая помощь.

Пример полуструктурированного интервью и углубленной диагностики с обучающимся 5 класса

Основание: по результатам диагностики адаптации обучающийся набрал показатели, соответствующие красной зоне риска. Полученные данные могут свидетельствовать о трудностях адаптации к обучению в среднем звене, повышенном эмоциональном напряжении, снижении чувства безопасности, трудностях во взаимоотношениях со сверстниками и педагогами, а также о необходимости более детального изучения текущего состояния ребенка.

Цель: уточнить причины выявленных трудностей, определить основные факторы риска и ресурсы поддержки, оценить эмоциональное состояние обучающегося и особенности его адаптации к условиям обучения в 5 классе.

Продолжительность: 25–40 минут.

Этап 1. Доверительная беседа *(5–7 минут)*

Переход в среднее звено – один из самых непростых периодов школьной жизни. Меняются учителя, требования, учебная нагрузка, отношения со сверстниками. Поэтому на первой встрече важно не начинать разговор с проблем, а создать пространство, в котором подросток сможет спокойно говорить о себе.

Привет. Спасибо, что нашел время прийти. Устраивайся так, как тебе удобно. Как у тебя проходит этот учебный год?

Если сравнить 4 и 5 класс, что оказалось самым необычным?

Что сейчас нравится больше: уроки, перемены или общение с ребятами?

Многие ребята говорят, что 5 класс одновременно интересный и непростой период. А как это ощущается для тебя?

После установления контакта можно переходить к уточнению результатов диагностики.

Уточняющие вопросы по результатам диагностики адаптации (5 класс)

Пункт опросника	Если выявлены признаки риска	Уточняющие вопросы
В последнее время я быстро устаю	Высокая утомляемость	*В какой момент дня ты устаешь сильнее всего?* *От чего ты устаешь больше: от уроков, общения или чего-то другого?*
В последнее время думаю, что у меня дела лучше, чем у некоторых ребят	Возможны трудности в отношениях со сверстниками или защитная позиция	*Часто ли ты сравниваешь себя с другими ребятами?* *Насколько для тебя важно быть лучше других?*
В последнее время я чувствую себя свободнее	Резкие изменения в поведении или отношении к требованиям	*Что изменилось, что позволило тебе почувствовать себя свободнее?*
В последнее время у меня появились головокружения, слабость, подташнивание	Возможные психосоматические реакции на стресс	*Когда это происходит чаще всего?* *Замечал ли ты, что это связано с какими-то событиями?*
В последнее время учителя недовольны мной	Трудности взаимодействия с педагогами	*Как тебе кажется, из-за чего учителя чаще делают замечания?* *Есть ли учителя, с которыми тебе особенно трудно?*
В последнее время мне не хватает уверенности в себе	Снижение самооценки	*В каких ситуациях ты особенно сомневаешься в себе?*

		Когда ты чувствуешь себя более уверенно?
В последнее время я чувствую себя в безопасности (низкий показатель)	Снижение чувства защищенности	*Есть ли ситуации в школе, где тебе становится некомфортно или тревожно?*
В последнее время я избегаю трудностей	Страх ошибок или неудач	*Что обычно происходит, когда ты сталкиваешься со сложной задачей?* *Чего ты больше всего опасаешься в таких ситуациях?*
В последнее время я могу легко расстроиться и даже заплакать	Эмоциональная чувствительность, истощение	*Из-за чего ты чаще всего расстраиваешься?* *Кому ты обычно рассказываешь о своих переживаниях?*
В последнее время у меня стало больше конфликтов	Напряженность в отношениях	*С кем чаще возникают конфликты - со сверстниками или взрослыми?* *Из-за чего они обычно начинаются?*
В последнее время домашние задания стали интереснее (низкий показатель)	Снижение учебной мотивации	*Какие задания сейчас кажутся тебе самыми скучными?* *Что помогло бы сделать учебу интереснее?*
В последнее время я хуже понимаю объяснения учителей	Учебные трудности	*На каких предметах это происходит чаще всего?* *Что именно бывает сложно понять?*
В последнее время я долго переживаю неприятности	Трудности эмоционального восстановления	*Что помогает тебе справляться с неприятными ситуациями?* *Есть ли человек, который помогает тебе успокоиться?*
В последнее время я не высыпаюсь	Нарушение режима отдыха	*Во сколько ты обычно ложишься спать?* *Что чаще всего мешает выспаться?*

В последнее время хочу, чтобы в 5 классе учили прошлогодние учителя	Трудности адаптации к новым педагогам	*Чего тебе больше всего не хватает из 4 класса? Что оказалось самым сложным в новых учителях?*
Мне нужна помощь взрослого	Прямой запрос на поддержку	*Какой помощи тебе сейчас больше всего хотелось бы? Есть ли взрослый, к которому ты можешь обратиться за помощью?*

Важно

Не стремитесь задать все вопросы подряд. Основная задача интервью – понять, какие трудности стоят за ответами ребенка. Часто за усталостью скрывается тревога, за конфликтами – чувство одиночества, а за снижением успеваемости – страх ошибок или потеря уверенности в себе. Поэтому важно следовать не только за результатами диагностики, но и за живым рассказом самого ребенка.

Дополнительные вопросы для полуструктурированного интервью (5 класс)

Данные вопросы помогают уточнить семейную ситуацию, особенности взаимоотношений со сверстниками и наличие ресурсов поддержки. Использовать их рекомендуется после обсуждения результатов диагностики, когда возникает необходимость понять ситуацию ребенка.

Вопросы об отношениях с семьей

Вопрос педагога-психолога	Если ребенок отвечает охотно	Если ребенок молчит / отвечает коротко
С кем дома ты обычно проводишь больше всего времени?	*Что вам нравится делать вместе?*	*Чаще это мама, папа, бабушка или кто-то другой?*
Если у тебя появляется проблема или плохое настроение, к кому дома	*Почему именно к этому человеку?*	*Есть кто-то, с кем тебе легче разговаривать?*

ты обращаешься первым?		
Как обычно проходят ваши вечера дома?	*Что тебе больше всего нравится в это время?*	*Чаще вы проводите время вместе или каждый занимается своими делами?*

Вопросы об отношениях с одноклассниками

Вопрос педагога-психолога	Если ребенок отвечает охотно	Если ребенок молчит / отвечает коротко
Как тебе твой класс сейчас?	*Что тебе нравится в ребятах?*	*Если оценить по шкале от 1 до 10, насколько тебе комфортно в классе?*
Есть ли у тебя друзья в классе?	*Что тебе нравится в общении с ними?*	*Есть ребята, с которыми тебе приятнее общаться, чем с другими?*
Бывает ли, что ты чувствуешь себя одиноко среди ребят?	*В каких ситуациях это происходит?*	*Иногда бывает ощущение, что тебя не понимают?*

Вопросы о ресурсах и поддержке

Вопрос педагога-психолога	Если ребенок отвечает охотно	Если ребенок молчит / отвечает коротко
Что помогает тебе справляться с трудностями, когда что-то идет не так?	*Как ты понял, что это тебе помогает?*	*Может быть, это музыка, друзья, игры, спорт или что-то еще?*
В какие моменты ты чувствуешь себя особенно уверенно?	*Что именно помогает тебе чувствовать уверенность?*	*Есть место, занятие или человек, рядом с которым ты увереннее?*
Что сейчас приносит тебе больше всего радости или удовольствия?	*Расскажи об этом подробнее.*	*Что тебя обычно может порадовать даже в плохой день?*

Почему эти вопросы важны:

– **семья** помогает понять, есть ли у ребенка эмоциональная опора дома;

− **одноклассники** позволяют оценить уровень принятия в коллективе и риск социальной изоляции;

− **ресурсы** показывают, на что ребенок уже умеет опираться в трудных ситуациях и какие внутренние или внешние источники поддержки можно использовать в дальнейшей работе.

Иногда именно ресурсный блок дает педагогу-психологу больше информации, чем обсуждение самих трудностей, поскольку показывает не только проблему, но и возможности ее преодоления.

Для обучающихся 5 классов, особенно при наличии признаков дезадаптации и попадания в красную зону по первичной методике, рекомендуется дополнительно провести «Тест школьной тревожности Филлипса». Данная методика позволяет более детально оценить уровень и структуру школьной тревожности, а также выделить конкретные зоны напряжения: страх самовыражения, страх оценки, переживание социальных ситуаций, физиологические реакции на стресс и общий эмоциональный фон в школе.

Использование данной методики особенно важно в период перехода в среднее звено, когда у ребенка одновременно изменяются учебные требования, система учителей и социальная среда.

Уточняющие вопросы по результатам теста Филлипса

После обработки результатов теста не обязательно подробно обсуждать все пункты. Интервью строится только вокруг тех шкал, где выявлены повышенные показатели тревожности.

Показатель тревожности (Филлипс)	Если выявлены признаки риска	Уточняющие вопросы педагога-психолога
Общая школьная тревожность	Ребенок часто переживает, чувствует напряжение в школе	*В какие моменты в школе ты чаще всего начинаешь волноваться? Как ты обычно понимаешь, что начинаешь переживать?*
Страх самовыражения	Боится отвечать, выступать, проявлять себя	*Что для тебя самое сложное - отвечать у доски, на уроке или когда спрашивают внезапно? Что ты думаешь в такие моменты?*
Страх оценки со стороны учителя	Сильная зависимость от мнения учителя	*Как ты себя чувствуешь, когда учитель тебя оценивает? Бывает ли, что ты заранее переживаешь из-за ответа?*
Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	Переживание «я недостаточно хороший»	*Чьи ожидания для тебя самые важные? Что для тебя значит «сделать хорошо» в школе?*
Страх социальных ситуаций	Напряжение в общении с одноклассниками	*Есть ли ситуации в классе, где ты чувствуешь себя не очень уверенно? С кем тебе легче всего общаться?*
Переживание неуспеха	Трудности при ошибках и неудачах	*Что ты обычно чувствуешь, если что-то не получается? Что помогает тебе справиться с этим?*
Физиологическая реакция на стресс	Усталость, головные боли, напряжение	*Бывает ли, что тело как-то реагирует, когда ты волнуешься? Когда ты чаще всего чувствуешь усталость в школе?*

! Важный принцип работы

Результаты теста Филлипса не рассматриваются изолированно. Они сопоставляются с данными первичной диагностики, наблюдением и беседой с ребенком. Основная задача педагога-психолога – не просто

зафиксировать уровень тревожности, а понять, в каких именно школьных ситуациях она проявляется и что ее усиливает.

Такой подход позволяет перейти от общего показателя «тревожности» к конкретным жизненным ситуациям ребенка, которые требуют поддержки и сопровождения.

Пример полуструктурированного интервью и углубленной диагностики с обучающимся 5 – 11 классов

Давайте рассмотрим алгоритм проведения полуструктурированного интервью для обучающихся 5–11 классов после прохождения диагностик.

Если по результатам диагностик у ребенка/ подростка выявлена красная зона по одной методике, интервью выстраивается на основе вопросов именно этой методики, с акцентом на уточнение наиболее значимых ответов и дополнительно уточняется с чем это может быть связано, также насколько у ребенка есть ресурсы в данный момент.

Если же у обучающегося определяется красная зона по двум и более методикам, необходимо интегрировать вопросы из всех диагностик, уделяя особое внимание тем пунктам, по которым были получены негативные или тревожные ответы. В этом случае интервью становится более точечным и направленным на понимание взаимосвязи различных сфер жизни ребенка (школа, семья, эмоциональное состояние, отношения со сверстниками).

Перед началом полуструктурированного интервью важно уделить внимание первому контакту с обучающимся. На этом этапе педагог-психолог оценивает, насколько ребенок или подросток расположен к беседе, как он реагирует на взрослого, насколько быстро включается в диалог и готов ли обсуждать личные темы. От этого зависит глубина и темп дальнейшей работы: где-то достаточно мягкого входа в разговор, а

где-то требуется больше времени на установление доверия и снижение напряжения.

В зависимости от ситуации **сначала может быть проведена углубленная диагностика, а уже затем – само интервью**, в котором используются как результаты первичной диагностики, так и данные углубленных методик. Выбор дополнительных инструментов осуществляется по навигационной карте диагностик, в зависимости от выявленной проблемной зоны (эмоциональное состояние, тревожность, отношения в семье, школьная адаптация и т.д.).

Такой подход позволяет сделать интервью более точным и адресным, а также избежать формального «переспрашивания» анкеты – вместо этого педагог-психолог опирается на реальные зоны риска и живые ответы ребенка.

! Важный принцип работы

В ходе беседы педагог-психолог не повторяет всю анкету, а опирается только на те ответы, которые требуют уточнения и более глубокого понимания. Особое внимание уделяется высказываниям, где ребенок отмечал выраженное неблагополучие, снижение эмоционального фона или отсутствие ресурсов.

Пример перехода к уточняющим вопросам

Я вижу, что ты отметил, что «ничто больше не радует» и что это бывает часто.

А как это ощущается для тебя в такие моменты?

Это больше про усталость, грусть или ощущение пустоты?

Когда ты это чувствуешь, что обычно происходит вокруг тебя?

Ключевой смысл такого подхода

Задача педагога-психолога – не проверить анкету, а понять внутренний опыт ребенка через его собственные формулировки. Именно

поэтому каждый «негативный ответ» становится точкой входа в живой диалог, а не просто отметкой в диагностическом листе.

Такой формат позволяет перейти от формальной диагностики к реальному пониманию состояния ребенка и построению дальнейшего маршрута сопровождения.

Пример полуструктурированного интервью

(шкала благополучия К. Риффа)

Пункт методики	Если выявлены признаки риска	Если ребенок отвечает охотно (уточнение)	Если ребенок молчит / отвечает коротко
Я, как и раньше, стремлюсь к чему-то позитивному	Снижение мотивации, потеря целей	*К чему тебе сейчас хочется стремиться?*	*Может ты чувствуешь, что пока трудно их видеть?*
Я сплю очень хорошо	Нарушения сна, тревожность	*Как обычно проходит твой сон?*	*Как ты спишь? Спокойно или бывают трудности?*
Мне хочется плакать	Эмоциональное напряжение	*В какие моменты чаще всего хочется плакать? Позволяешь ли ты себе плакать?*	*Это больше про грусть или усталость?*
Мне нравится ходить куда-нибудь	Снижение интереса к активности	*Куда тебе сейчас больше всего нравится ходить?*	*Больше хочется выходить или оставаться дома?*
Мне хочется уйти из дома	Семейное напряжение, небезопасность	*Когда особенно возникает желание уйти из дома? Обычно это просто мысль или были попытки уйти с дома?*	*Дома чаще спокойно или бывает тяжело?*
У меня болит желудок / головная боль	Психосоматика, стресс	*Ты отметил, что бывают боли в животе/ в голосе, когда именно это бывает?*	*Как твое самочувствие? Как сейчас твое здоровье?*

У меня много энергии	Астения / истощение	*Когда ты чувствуешь себя более энергично?*	*Скорее чувствуешь усталость или нормальное состояние?*
Мне нравится моя еда	Снижение базового благополучия	*Ты отметил, что в последнее время тебе не нравится твоя еда, у тебя в целом нет аппетита или есть еда, которая нравится?*	*Аппетит сейчас обычный или изменился?*
Я могу постоять за себя	Снижение уверенности	*В каких ситуациях ты можешь за себя постоять? А когда нет?*	*Скорее получается защищать себя или трудно?*
Я думаю, жизнь ничего не стоит	Суицидальные мысли (высокий риск)	*Что ты имеешь в виду, когда говоришь, что жизнь ничего не стоит?*	*Бывают ли у тебя тревожные или неприятные мысли?*
Я хорош(-а) в том, что я делаю	Низкая самооценка	*В чем ты чувствуешь себя сильным?*	*«Есть ли что-то, что у тебя получается лучше всего?*
Мне нравится то, что я делаю, так же, как и раньше	Потеря интереса	*Есть ли что сейчас приносит немного удовольствия?*	*Как у тебя в последнее время с настроением, радуют ли твои хобби/ твоя музыка?*
Я люблю разговаривать с друзьями и семьей	Социальная изоляция	*С кем тебе особенно приятно общаться?*	*Есть ли сейчас люди, с кем общаться легче?*
У меня ужасные сны	Тревога, стресс	*Ты отметил, что видишь страшные сны. Можешь вспомнить последний сон?*	*Бывают ли у тебя беспокойные сны?*

Я чувствую себя очень одиноким / одинокой	Ощущение изоляции	*Когда ты чаще всего чувствуешь себя одиноким?*	*Бывает ли, что рядом есть люди, но все равно одиноко?*
Меня легко развеселить	Снижение эмоциональной отзывчивости	*Что обычно тебя радует?*	*Сейчас легче или сложнее поднять настроение?*
Я чувствую себя так грустно, что едва могу это вынести	Высокий уровень депрессии	*Что помогает тебе справляться, когда тебе грустно?*	*Ты отметил что грустишь, как часто это бывает?*
Мне очень скучно	Эмоциональная пустота, апатия	*Ты отметил, что тебе очень скучно. Как ты думаешь, чего тебе сейчас не хватает больше всего?*	*Ты отметил, что тебе очень скучно. Есть ли что-то, что раньше приносило тебе радость или интерес?*
Мне нужна помощь взрослого	Прямой запрос на помощь	*Какой помощи тебе сейчас не хватает?*	*Есть ли взрослый, к которому ты мог бы обратиться?*

Пример полуструктурированного интервью *(RCADS-25)*

Пункт	Если выявлены признаки риска	Возвращение и уточнение	Что еще важно уточнить
Я чувствую грусть и пустоту	Подавленное эмоциональное состояние	*Я обратил(-а) внимание, что ты часто чувствуешь грусть или пустоту. Как ты сам(-а) понимаешь это состояние?*	*Когда это обычно появляется? Что помогает чувствовать себя лучше?*
Я волнуюсь, когда думаю, что сделал(-а) что-то плохо	Тревожность, страх ошибки	*Я заметил(-а), что ошибки вызывают у тебя сильное волнение. Что происходит с тобой, когда тебе кажется, что ты сделал(-а) что-то не так?*	*Кто обычно замечает твои переживания?*
Мне было бы страшно быть одному(-ой) дома	Чувство небезопасности	*Я обратил(-а) внимание, что оставаться одному(-ой) дома*	*Есть ли место, где ты чувствуешь себя спокойно и безопасно?*

		для тебя непросто. Что именно делает эту ситуацию тревожной?	
Ничто больше меня не радует	Снижение интереса к жизни	*Я заметил(-а), что сейчас тебе сложно получать радость от привычных вещей. Когда ты впервые почувствовал(-а) это?*	*Что раньше приносило удовольствие? Осталось ли что-то такое сейчас?*
Я переживаю, что с близкими может случиться плохое	Тревога за семью	*Я обратил(-а) внимание, что ты часто беспокоишься за близких людей. Какие мысли чаще всего приходят тебе в голову?*	*Что помогает тебе успокоиться в такие моменты?*
Мне страшно в многолюдных местах	Социальная тревога	*Я заметил(-а), что большое количество людей может вызывать у тебя тревогу. Что именно в таких местах вызывает дискомфорт?*	*Есть ли места, где ты чувствуешь себя спокойнее?*
Я беспокоюсь, что думают обо мне другие	Зависимость от оценки окружающих	*Я обратил(-а) внимание, что мнение других людей для тебя очень важно. О чьем мнении ты переживаешь больше всего?*	*Был ли случай, который особенно запомнился?*
У меня проблемы со сном	Эмоциональное напряжение	*Я заметил(-а), что сон сейчас дается тебе непросто. Что обычно происходит перед тем, как ты ложишься спать?*	*Есть ли мысли, которые не дают уснуть?*

Мне страшно спать одному(-ой)	Тревожность	*Я обратил(-а) внимание, что тебе бывает тревожно оставаться одному(-ой) ночью. О чем ты обычно думаешь перед сном?*	*Что помогает тебе чувствовать себя спокойнее?*
У меня проблемы с аппетитом	Стресс, эмоциональное неблагополучие	*Я заметил(-а), что в последнее время изменилось отношение к еде. Как ты сам(-а) это замечаешь?*	*Когда это началось?*
Бывают головокружения без причины	Возможные психосоматические проявления	*Я обратил(-а) внимание, что у тебя бывают неприятные ощущения в теле без понятной причины. В каких ситуациях это чаще происходит?*	*Что обычно происходит незадолго до этого?*
Я делаю вещи снова и снова	Навязчивые действия	*Я заметил(-а), что некоторые действия тебе хочется повторять несколько раз. Что ты чувствуешь, если этого не сделать?*	*Что происходит после того, как ты все-таки это делаешь?*
Мне не хватает энергии	Истощение	*Я обратил(-а) внимание, что тебе часто не хватает сил. В какой момент дня это ощущается сильнее всего?*	*Есть ли занятия, после которых становится легче?*
Я начинаю дрожать без причины	Высокая тревога	*Я заметил(-а), что иногда тело начинает реагировать само по себе. Как ты обычно понимаешь, что*	*Что помогает справиться с ним?*

		это состояние приближается?	
Я не могу ясно думать	Высокое напряжение	*Я обратил(-а) внимание, что иногда тебе трудно сосредоточиться и собраться с мыслями. В каких ситуациях это происходит чаще всего?*	*Что помогает вернуть ясность?*
Я чувствую себя бесполезным(-ой)	Снижение самооценки	*Я заметил(-а), что ты не всегда видишь свою ценность. Из-за чего чаще всего появляются такие мысли?*	*Что у тебя получается хорошо?*
Я думаю особым образом, чтобы не случилось плохого	Повышенная тревога	*Я обратил(-а) внимание, что иногда ты стараешься контролировать ситуацию через определенные мысли или действия. Что они помогают тебе почувствовать?*	*Что происходит, если этого не делать?*
Я чувствую, что жизнь слишком тяжела	Эмоциональное неблагополучие	*Я заметил(-а), что сейчас тебе приходится справляться с чем-то очень тяжелым. Что именно больше всего тебя утомляет или беспокоит?*	*Кто знает о том, как тебе сейчас непросто?*
Я чувствую, что не хочу двигаться	Апатия	*Я обратил(-а) внимание, что иногда тебе совсем ничего не хочется делать. Как обычно проходит такой день?*	*Что помогает хотя бы немного включиться в дела?*

Я боюсь, что мне станет страшно	Тревога ожидания	*Я заметил(-а), что тебя тревожит само ожидание тревоги или страха. Когда это происходит чаще всего?*	*Что помогает тебе справляться в этот момент?*
Я очень устал(-а)	Переутомление	*Я обратил(-а) внимание, что усталость стала для тебя привычным состоянием. Что сейчас забирает больше всего сил?*	*Есть ли возможность отдыхать и восстанавливаться?*
Я переживаю, что надо мной будут смеяться	Социальная тревога	*Я заметил(-а), что тебе важно, как к тебе относятся другие люди. Был ли случай, после которого ты стал(-а) об этом переживать сильнее?*	*Есть ли люди, рядом с которыми ты не боишься быть собой?*
Иногда я делаю вещи по-особому	Ритуалы, тревожность	*Я обратил(-а) внимание, что некоторые действия тебе важно делать определенным образом. Что для тебя меняется после этого?*	*Насколько сложно отказаться от этого способа?*
Я чувствую беспокойство	Общая тревожность	*Я заметил(-а), что в последнее время тебе часто бывает тревожно. Что сейчас занимает твои мысли больше всего?*	*Есть ли моменты, когда тревога становится меньше?*
Я беспокоюсь, что со мной случится плохое	Тревога угрозы	*Я обратил(-а) внимание, что тебе бывает сложно чувствовать себя в безопасности.*	*Кто помогает тебе чувствовать себя спокойнее?*

		Что именно тебя больше всего тревожит?	
Мне нужна помощь взрослого	Запрос на поддержку	*Я заметил(-а), что сейчас тебе особенно нужна помощь взрослого. Какой поддержки тебе не хватает больше всего?*	*Есть ли взрослый, которому ты готов(-а) довериться уже сейчас?*

Пример полуструктурированного интервью *(Экспресс-анкетирование «Как с тобой обращаются» (5–7 классы)*

Пункт методики	Если выявлены признаки риска	Возвращение и уточнение	Что еще важно уточнить
Бывает ли так, что дома ты чувствуешь тревогу или грусть из-за ссор с близкими?	Семейное напряжение, эмоциональная небезопасность	*Я обратил(-а) внимание, что дома бывают ситуации, которые тебя расстраивают или заставляют переживать. Что обычно происходит в такие моменты?*	*Как часто это бывает? Кто обычно участвует в конфликтах? Есть ли дома человек, с которым ты можешь спокойно поговорить?*
Кажется ли тебе, что взрослые дома слишком строги или не слышат тебя?	Недостаток поддержки, эмоциональное давление	*Я заметил(-а), что тебе может не хватать понимания со стороны взрослых. В каких ситуациях ты особенно это чувствуешь?*	*Получается ли объяснить свою точку зрения? Есть ли взрослый, который тебя поддерживает?*
Бывает ли, что твои личные вещи проверяют без разрешения?	Нарушение личных границ, контроль	*Я увидел(-а), что для тебя может быть важна тема личного пространства. Как ты себя*	*Обсуждал(-а) ли ты это с родителями? Как они объясняют свои действия?*

		чувствуешь, когда это происходит?	
Обзывают ли тебя или смеются над тобой при других?	Буллинг, эмоциональное насилие	*Я обратил(-а) внимание, что тебе приходилось сталкиваться с неприятными словами или насмешками. Расскажи, как это обычно происходит?*	*Кто это делает? Как часто? Есть ли рядом люди, которые тебя поддерживают?*
Не принимают ли тебя в компанию или игнорируют?	Социальное отвержение	*Я заметил(-а), что иногда ты можешь чувствовать себя исключенным(-ой) из компании. Как это выглядит для тебя?*	*Есть ли друзья, рядом с которыми ты чувствуешь себя своим? Насколько сильно тебя это задевает?*
Пытается ли кто-то командовать тобой или заставлять что-то делать?	Давление со стороны сверстников	*Я увидел(-а), что бывают ситуации, когда на тебя оказывают давление. Что это обычно за ситуации?*	*Получается ли отказывать? Что происходит, если ты говоришь «нет»?*
Бывает ли обидно из-за того, как с тобой разговаривают взрослые в школе?	Конфликт с педагогами, эмоциональная уязвимость	*Я обратил(-а) внимание, что слова взрослых в школе могут тебя задевать. Что именно бывает неприятно?*	*Это связано с конкретным учителем или разными взрослыми? Как долго это продолжается?*
Не хочется ли идти в школу из-за отношения учителя?	Школьная тревожность, эмоциональный дискомфорт	*Я заметил(-а), что иногда желание идти в школу становится меньше. С чем это связано?*	*Есть ли уроки или учителя, перед которыми ты особенно переживаешь?*

Просили ли тебя делать за других задания или поручения из-за страха отказать?	Нарушение личных границ, зависимая позиция	*Я увидел(-а), что тебе бывает сложно отказать другим людям. Что ты обычно чувствуешь в таких ситуациях?*	*Чего ты опасаешься, если откажешь? Часто ли это происходит?*
Приходилось ли тебе отдавать деньги или вещи под давлением?	Риск вымогательства	*Я обратил(-а) внимание, что были ситуации, когда на тебя могли давить из-за денег или вещей. Расскажи подробнее.*	*Кто это делал? Продолжается ли это сейчас? Знает ли кто-нибудь из взрослых?*
Есть ли места, где тебе страшно находиться одному?	Чувство небезопасности	*Я заметил(-а), что есть места, где ты не чувствуешь себя спокойно. Что именно там вызывает тревогу?*	*Избегаешь ли ты этих мест? Были ли там неприятные случаи раньше?*
Подходили ли к тебе незнакомые люди с просьбами куда-то пойти?	Риск внешней угрозы	*Я увидел(-а), что были ситуации общения с незнакомыми людьми. Что именно произошло?*	*Знаешь ли ты, как действовать в таких случаях? Рассказал(-а) ли кому-нибудь об этом?*
Толкали ли тебя или применяли силу при тебе?	Физическая агрессия	*Я обратил(-а) внимание, что тебе приходилось сталкиваться с физической агрессией. Что тогда произошло?*	*Был ли кто-то, кто помог тебе? Повторялись ли такие ситуации?*
Просили ли передать подозрительные вещи?	Вовлечение в рискованные действия	*Я заметил(-а), что были необычные или подозрительные просьбы. Что*	*Кто это был? Понимал(-а) ли ты, зачем это нужно?*

		тебе тогда сказали?	
Предлагали ли что-то опасное (вейпы, таблетки и т.д.)?	Риск употребления ПАВ	*Я увидел(-а), что тебе могли предлагать вещи, которые могут быть опасны. Как это происходило?*	*Было ли давление со стороны других? Что помогло тебе принять решение?*
Мне нужна помощь взрослого	Прямой запрос на помощь, критический маркер	*Я обратил(-а) внимание, что сейчас тебе особенно нужна поддержка взрослого. Расскажи, какой помощи тебе хотелось бы?*	*Есть ли взрослый, которому ты доверяешь? Что могло бы помочь тебе почувствовать себя спокойнее уже сейчас?*

Пример полуструктурированного интервью

(Экспресс-анкетирование «Как с тобой обращаются»

(8–11 классы)

Пункт методики	Если выявлены признаки риска	Возвращение и уточнение	Что еще важно уточнить
Бывает ли так, что дома ты чувствуешь внутреннее напряжение, вину или тревогу из-за общения с близкими?	Эмоциональное напряжение в семье	*Я обратил(-а) внимание, что общение с близкими иногда вызывает у тебя тревогу или напряжение. Что обычно происходит в такие моменты?*	*Как часто это бывает? С кем это связано чаще всего? Что помогает тебе успокоиться?*
Случается ли, что к твоему мнению дома не прислушиваются или говорят с тобой резко?	Эмоциональное давление, отсутствие диалога	*Я заметил(-а), что тебе может не хватать возможности быть услышанным дома. В каких ситуациях ты*	*Есть ли взрослый, который старается тебя понять? Получается ли у тебя открыто говорить о своих чувствах?*

		это особенно чувствуешь?	
Чувствуешь ли ты, что нарушаются твои личные границы (вещи, телефон, уединение)?	Нарушение личных границ, контроль	*Я увидел(-а), что тема личного пространства для тебя сейчас важна. Что именно вызывает наибольший дискомфорт?*	*Как часто это происходит? Пытался(-ась) ли ты говорить об этом с близкими?*
Случается ли, что кто-то из сверстников унижает тебя, чтобы показать свое превосходство?	Буллинг, Психологическое давление	*Я обратил(-а) внимание, что тебе приходилось сталкиваться с неприятным отношением со стороны сверстников. Можешь рассказать об этом подробнее?*	*Кто обычно это делает? Как давно это происходит? Есть ли ребята, которые тебя поддерживают?*
Бывает ли, что ты чувствуешь себя лишним или исключенным из компании?	Социальная изоляция, отвержение	*Я заметил(-а), что иногда ты можешь чувствовать себя не своим среди других ребят. В каких ситуациях это происходит чаще всего?*	*Есть ли друзья, рядом с которыми ты чувствуешь себя комфортно? Насколько сильно тебя это задевает?*
Замечаешь ли ты обидные шутки или комментарии в свой адрес?	Вербальная агрессия	*Я увидел(-а), что тебе приходится сталкиваться с неприятными словами или шутками. Что обычно говорят ребята?*	*Как часто это происходит? Как ты обычно реагируешь?*
Бывает ли, что ты чувствуешь себя несправедливо задетым словами	Эмоциональный дискомфорт в школе	*Я обратил(-а) внимание, что некоторые ситуации со*	*Это связано с конкретным человеком или бывает по-*

или действиями взрослых в школе?		*взрослыми в школе тебя задевают. Что именно бывает особенно неприятным?*	*разному? Как долго это продолжается?*
Возникает ли тревога перед уроками из-за определенного учителя?	Школьная тревожность	*Я заметил(-а), что перед некоторыми уроками ты можешь испытывать напряжение или тревогу. Что именно тебя беспокоит?*	*Это связано со страхом ошибки, оценок или отношением учителя? Как часто это бывает?*
Просили ли тебя одолжить деньги или вещи, и тебе было трудно отказать?	Давление, нарушение личных границ	*Я увидел(-а), что бывают ситуации, когда тебе сложно сказать «нет». Что обычно происходит в такие моменты?*	*Чего ты опасаешься, если откажешь? Часто ли такие ситуации повторяются?*
Заставляли ли тебя отдавать вещи или делать что-то из страха?	Принуждение, давление	*Я обратил(-а) внимание, что тебе приходилось делать что-то не по своему желанию. Расскажи, как это происходило?*	*Кто на тебя давил? Продолжается ли это сейчас? Знают ли об этом взрослые?*
Избегаешь ли ты какие-то места, потому что там некомфортно или тревожно?	Чувство небезопасности	*Я заметил(-а), что есть места, где тебе не очень спокойно. Что именно вызывает у тебя тревогу?*	*Это связано с людьми, событиями или самим местом? Стараешься ли ты обходить эти места?*
Бывает ли, что к тебе обращаются незнакомые люди с	Риск внешнего воздействия	*Я увидел(-а), что были ситуации общения с*	*Как ты поступил(-а)? Рассказал(-а) ли об этом кому-*

подозрительными просьбами?		*незнакомыми людьми. Что именно произошло?*	*нибудь из взрослых?*
Замечаешь ли ты предложения «легкого заработка», смысл которых до конца непонятен?	Риск вовлечения в опасные схемы	*Я обратил(-а) внимание, что тебе встречались подобные предложения. Что именно показалось тебе странным?*	*Кто это предлагал? Пытались ли тебя уговаривать?*
Просили ли тебя передавать, прятать или хранить какие-то вещи за вознаграждение?	Вовлечение в рискованные действия	*Я заметил(-а), что тебе могли поступать необычные просьбы. Что именно от тебя хотели?*	*Понимал(-а) ли ты, для чего это нужно? Как ты отреагировал(-а)?*
Предлагали ли тебе попробовать что-то «для интереса», от чего сложно отказаться?	Риск употребления ПАВ, давление сверстников	*Я увидел(-а), что были ситуации, когда тебе что-то предлагали попробовать. Как это происходило?*	*Кто это предлагал? Было ли давление или страх отказать?*
Мне нужна помощь взрослого	Прямой запрос на поддержку	*Я обратил(-а) внимание, что сейчас тебе особенно нужна помощь взрослого. Расскажи, какой поддержки тебе хотелось бы?*	*Есть ли взрослый, которому ты доверяешь? Кто мог бы помочь тебе уже сейчас?*

Пример полуструктурированного интервью

(Дифференциальный опросник переживания одиночества)

Вопросы по пунктам методики	Если выявлены признаки риска	Возвращение и уточнение	Что еще важно уточнить

Ты чувствуешь себя одиноко?	Эмоциональное одиночество	*Я обратил(-а) внимание, что тебе знакомо чувство одиночества. В какие моменты оно появляется чаще всего?*	*Как часто это бывает? Что ты обычно чувствуешь в такие моменты?*
Тебе не хватает общения с людьми?	Недостаток социальных контактов	*Я заметил(-а), что общения в твоей жизни может быть не так много, как хотелось бы. С кем тебе больше всего хотелось бы общаться?*	*Есть ли сейчас люди, с которыми ты поддерживаешь контакт?*
Тебе не хватает близкого человека рядом?	Нехватка эмоциональной поддержки	*Я обратил(-а) внимание, что иногда может не хватать человека, рядом с которым тебе спокойно и безопасно. Кто это мог бы быть для тебя?*	*Есть ли сейчас такой человек в твоей жизни? Насколько легко тебе ему доверять?*
Бывает, что тебя не понимают?	Чувство непонимания	*Я заметил(-а), что тебе бывает сложно чувствовать, что тебя понимают. В каких ситуациях это особенно ощущается?*	*Кто чаще всего тебя не понимает? Есть ли тот, кто старается тебя услышать?*
Тебе грустно, когда ты один(-одна)?	Негативное переживание одиночества	*Я обратил(-а) внимание, что одиночество может вызывать у тебя грусть. Что ты обычно делаешь в такие моменты?*	*Это чувство сильное или скорее легкое?*
Тебе страшно оставаться одному?	Тревога одиночества	*Я заметил(-а), что иногда оставаться одному может быть тревожно. Что*	*Это связано с мыслями, ощущениями или ситуациями?*

		именно в этом пугает?	
Тебе трудно долго быть без людей?	Зависимость от общения	*Я обратил(-а) внимание, что тебе может быть сложно долго оставаться без общения. С кем тебе особенно важно быть на связи?*	*Как ты себя чувствуешь, когда долго никого нет рядом?*
Тишина и одиночество тебе неприятны?	Тревожная реакция на уединение	*Я заметил(-а), что тишина и одиночество могут вызывать у тебя дискомфорт. Что ты в этот момент ощущаешь?*	*Это больше про скуку, тревогу или напряжение?*
Когда ты один, ты начинаешь волноваться?	Повышенная тревожность в одиночестве	*Я обратил(-а) внимание, что в одиночестве у тебя могут появляться переживания. О чем ты обычно думаешь в такие моменты?*	*Как часто это происходит?*
Ты стараешься все время быть с кем-то?	Избегание одиночества	*Я заметил(-а), что тебе важно быть рядом с людьми. Что тебе дает общение с другими?*	*Бывает ли, что тебе все-таки хочется побыть одному?*
Тебе нравится иногда побыть одному?	Ресурсное уединение	*Я обратил(-а) внимание, что иногда тебе комфортно быть одному. Что ты обычно делаешь в такие моменты?*	*Это помогает тебе восстановиться или просто отдохнуть?*
В тишине тебе легче думать?	Саморегуляция через уединение	*Я заметил(-а), что в тишине тебе может быть проще собраться с мыслями. О чем ты обычно думаешь?*	*Это помогает тебе чувствовать себя спокойнее?*

Когда ты один, ты отдыхаешь?	Восстановление ресурсов	*Я обратил(-а) внимание, что время наедине с собой может быть для тебя способом отдохнуть. Как ты это обычно делаешь?*	*После общения с людьми тебе нужно время восстановиться?*
Тебе нравится иногда быть наедине с собой?	Здоровое уединение	*Я заметил(-а), что иногда тебе комфортно оставаться наедине с собой. Что в этом для тебя ценного?*	*В каких ситуациях тебе особенно хочется побыть одному?*
Одиночество может быть приятным?	Ресурсное переживание одиночества	*Я обратил(-а) внимание, что одиночество у тебя может быть разным по ощущениям. Когда оно бывает для тебя спокойным?*	*От чего зависит, приятное оно или нет?*
Тебе нужна помощь взрослого?	Критический маркер, запрос на поддержку	*Я заметил(-а), что сейчас тебе может быть нужна поддержка взрослого. Что именно тебе сейчас важно получить?*	*Есть ли взрослый, с которым тебе легче всего говорить?*

Пример полуструктурированного интервью *(DASS-20)*

Вопросы по пунктам методики	Если есть риск	Возвращение и уточнение	Что еще важно уточнить
Тебе было трудно успокоиться на прошлой неделе?	Высокий уровень тревоги	*Я обратил(-а) внимание, что на прошлой неделе тебе было сложно успокоиться. В какие моменты это особенно проявлялось?*	*Как часто это происходило? Что помогало тебе немного успокоиться?*

Были ли моменты, когда ты чувствовал(-а) сильное напряжение или стресс?	Постоянное эмоциональное напряжение	*Я заметил(-а), что ты мог(ла) часто чувствовать напряжение. Что обычно его вызывает?*	*Это больше связано со школой, домом или разными ситуациями?*
Бывало ли, что ты не мог(-ла) радоваться даже хорошим вещам?	Снижение эмоционального фона	*Я обратил(-а) внимание, что иногда даже хорошие события могут не радовать тебя так, как раньше. Что ты при этом чувствуешь?*	*Это происходит часто или иногда? Есть ли что-то, что все-таки радует?*
Было ли чувство, что тяжело дышать или не хватает воздуха без причины?	Панические реакции, телесная тревога	*Я заметил(-а), что у тебя могли быть неприятные ощущения в теле, например, нехватка воздуха. В каких ситуациях это случается?*	*Это пугает тебя или ты просто это замечаешь?*
Было ли сложно заставить себя что-то делать?	Апатия, истощение	*Я обратил(-а) внимание, что иногда тебе бывает трудно начать что-то делать. В каких ситуациях это особенно заметно?*	*Это больше про усталость или отсутствие желания?*
Ты легко злился(-ась) или раздражался(-ась)?	Эмоциональная нестабильность	*Я заметил(-а), что раздражение может возникать у тебя довольно быстро. Что чаще всего*	*Как ты обычно справляешься с этим состоянием?*

		вызывает это чувство?	
Были ли моменты дрожи, сердцебиения или сильного волнения?	Физиологические проявления тревоги	*Я обратил(-а) внимание, что иногда тревога может проявляться в теле. Когда ты это замечаешь чаще всего?*	*Это больше про мысли или про ощущения в теле?*
Ты переживал(-а), что можешь растеряться или испугаться?	Страх потери контроля	*Я заметил(-а), что иногда ты можешь переживать, что не справишься с ситуацией. В каких моментах это бывает?*	*Это связано с конкретными ситуациями или в целом?*
Казалось ли, что впереди ничего хорошего нет?	Негативные мысли о будущем	*Я обратил(-а) внимание, что иногда будущее может казаться тебе непростым или неопределенным. Что именно тебя в этом тревожит?*	*Это чувство появляется часто или время от времени?*
Было ли чувство грусти или уныния?	Сниженное настроение	*Я заметил(-а), что у тебя могли быть периоды грусти. Что обычно немного помогает тебе в такие моменты?*	*Это длится долго или проходит быстро?*
Ты стал(-а) более обидчивым(-ой), чем обычно?	Повышенная эмоциональная чувствительность	*Я обратил(-а) внимание, что ты можешь сильнее реагировать на слова или действия других.*	*Это происходит часто или только в определенных ситуациях?*

		На что ты чаще всего обижаешься?	
Было ли чувство, что ты ничего не хочешь делать с интересом?	Потеря интереса, снижение мотивации	*Я заметил(-а), что тебе может становиться сложнее интересоваться привычными вещами. Что раньше тебе нравилось больше всего?*	*Есть ли сейчас хоть что-то, что все еще вызывает интерес?*
Было ли ощущение, что ты плохо справляешься?	Снижение самооценки	*Я обратил(-а) внимание, что ты иногда можешь сомневаться в себе. В чем ты все-таки чувствуешь себя уверенно?*	*Это чувство появляется часто или в отдельных ситуациях?*
Были ли моменты сильного страха без причины?	Тревожные эпизоды	*Я заметил(-а), что иногда может появляться сильный страх или тревога. Как ты это обычно ощущаешь?*	*Это больше про мысли или про реакции тела?*
Тебе нужна помощь взрослого?	Прямой запрос на поддержку	*Я обратил(-а) внимание, что тебе сейчас может быть важна поддержка взрослого. Какой помощи тебе сейчас не хватает?*	*Есть ли взрослый, которому ты доверяешь и к которому можешь обратиться?*

Пример полуструктурированного интервью

(Методика оценки тревожности)

Пункт методики	Если есть риск	Возвращение и уточнение	Что еще важно уточнить
Что ты сейчас чаще чувствуешь - спокойствие или напряжение?	Устойчивое напряжение	*Я обратил(-а) внимание, что у тебя чаще может быть напряженное состояние. В какие моменты оно усиливается?*	*Как долго это обычно длится? Что помогает тебе немного переключиться?*
Бывает ли у тебя ощущение, что ты в безопасности?	Чувство небезопасности	*Я заметил(-а), что ощущение безопасности может быть для тебя не всегда стабильным. Где ты чувствуешь себя спокойнее всего?*	*Есть ли место или человек, рядом с которым тебе точно спокойно?*
Часто ли ты чувствуешь внутреннее напряжение?	Высокий уровень стресса	*Я увидел(-а), что напряжение может быть для тебя довольно частым состоянием. Что обычно его запускает?*	*Это больше про мысли, людей или ситуации?*
Бывает ли у тебя чувство сожаления или вины?	Эмоциональное давление	*Я обратил(-а) внимание, что иногда ты можешь переживать из-за своих действий. О чем ты чаще всего думаешь в такие моменты?*	*Это быстро проходит или ты долго об этом думаешь?*
Чувствуешь ли ты себя свободно в повседневной жизни?	Психологическая зажатость	*Я заметил(-а), что тебе не всегда бывает легко чувствовать себя свободно. В каких ситуациях ты*	*Где тебе, наоборот, сложнее всего быть собой?*

		чувствуешь себя более раскованно?	
Бывает ли у тебя состояние грусти или расстройства?	Сниженное настроение	*Я увидел(-а), что у тебя могут быть периоды грусти. Что обычно немного помогает тебе в такие моменты?*	*Как часто это бывает и как долго длится?*
Часто ли ты переживаешь из-за неудач?	Тревожное реагирование на ошибки	*Я обратил(-а) внимание, что неудачи могут сильно тебя задевать. Какие ситуации для тебя самые сложные?*	*Что ты обычно говоришь себе в такие моменты?*
Чувствуешь ли ты себя отдохнувшим(-ей)?	Эмоциональное и физическое истощение	*Я заметил(-а), что усталость может накапливаться. Когда ты последний раз чувствовал(-а) себя действительно отдохнувшим(-ей)?*	*Что больше всего тебя утомляет в течение дня?*
Бывает ли у тебя тревога без причины?	Фоновая тревожность	*Я увидел(-а), что тревога может появляться даже без понятной причины. Как ты ее обычно замечаешь?*	*Это больше в мыслях или в теле ощущается?*
Чувствуешь ли ты внутреннее удовлетворение?	Эмоциональная пустота	*Я обратил(-а) внимание, что тебе может не всегда хватать ощущения удовлетворенности. Что приносит тебе хоть немного радости?*	*Есть ли сейчас что-то, что поддерживает тебя?*
Чувствуешь ли ты уверенность в себе?	Низкая самооценка	*Я заметил(-а), что уверенность в себе может колебаться. В каких ситуациях ты чувствуешь себя сильнее?*	*А когда, наоборот, сомневаешься в себе?*

Бывает ли у тебя нервозность?	Повышенная тревожность	*Я увидел(-а), что ты можешь быстро начинать волноваться. В каких ситуациях это чаще происходит?*	*Как ты обычно справляешься с этим состоянием?*
Бывает ли, что тебе трудно сидеть спокойно?	Внутреннее напряжение	*Я обратил(-а) внимание, что тебе может быть сложно оставаться спокойным(-ой). Что ты в этот момент чувствуешь внутри?*	*Это связано с тревогой или просто с усталостью?*
Чувствуешь ли ты себя взвинченным(-ой)?	Сильное эмоциональное напряжение	*Я заметил(-а), что бывают моменты, когда внутри становится очень напряженно. Что обычно происходит перед этим?*	*Как ты понимаешь, что это начинается?*
Чувствуешь ли ты себя расслабленно?	Хроническое напряжение	*Я увидел(-а), что расслабиться бывает не всегда легко. Что помогает тебе чувствовать спокойствие?*	*Когда ты последний раз чувствовал(-а) себя спокойно?*
Чувствуешь ли ты удовлетворение собой?	Низкая самооценка	*Я обратил(-а) внимание, что ты не всегда бываешь доволен(-на) собой. В чем ты все-таки можешь себя поддержать?*	*Есть ли у тебя хоть что-то, чем ты можешь гордиться?*
Часто ли ты переживаешь и думаешь о проблемах?	Тревожное мышление	*Я заметил(-а), что мысли о проблемах могут задерживаться у тебя в голове. О чем ты чаще всего думаешь?*	*Получается ли у тебя отвлечься от этих мыслей?*

Бывает ли, что ты слишком сильно возбужден(-а) и тебе не по себе?	Сильное эмоциональное возбуждение	*Я увидел(-а), что бывают моменты сильного внутреннего волнения. Что ты в это время ощущаешь?*	*Это больше про тело или про мысли?*
Чувствуешь ли ты радость в жизни?	Снижение эмоционального фона	*Я обратил(-а) внимание, что радость может появляться не всегда. Что тебя обычно радует?*	*Есть ли сейчас что-то, что приносит удовольствие?*
Чувствуешь ли ты удовольствие?	Потеря интереса к прежним занятиям	*Я заметил(-а), что удовольствие от привычных вещей может меняться. Что раньше тебе нравилось больше всего?*	*А сейчас что-то из этого осталось приятным?*
Чувствуешь ли ты себя спокойным(-ой) в целом?	Общая тревожность	*Я увидел(-а), что спокойствие для тебя может быть не всегда устойчивым состоянием. Когда ты чувствуешь себя лучше всего?*	*Что помогает тебе удерживать это состояние?*
Быстро ли ты устаешь?	Эмоциональное и физическое истощение	*Я обратил(-а) внимание, что усталость может наступать довольно быстро. После чего ты устаешь больше всего?*	*Это больше про школу, людей или нагрузку?*
Бывает ли, что ты легко плачешь?	Эмоциональная чувствительность	*Я заметил(-а), что эмоции могут быстро проявляться. Что чаще всего тебя задевает?*	*Это происходит редко или часто?*

Хочешь ли ты быть более счастливым(-ой)?	Неудовлетворенность состоянием	*Я увидел(-а), что тебе может хотеться чувствовать себя лучше. Что, как тебе кажется, могло бы помочь?*	*Есть ли сейчас что-то, что хоть немного улучшает состояние?*
Трудно ли тебе быстро принимать решения?	Тревожность и сомнения	*Я обратил(-а) внимание, что решения иногда даются непросто. В каких ситуациях это сложнее всего?*	*Ты чаще сомневаешься или просто долго думаешь?*
Чувствуешь ли ты бодрость?	Усталость	*Я заметил(-а), что энергии может быть не всегда достаточно. Когда ты чувствуешь себя бодрее?*	*Что больше всего тебя утомляет?*
Чувствуешь ли ты себя собранным(-ой)?	Рассеянность	*Я увидел(-а), что собранность может иногда теряться. В каких ситуациях тебе легче концентрироваться?*	*Это чаще в школе или дома?*
Сильно ли ты переживаешь из-за будущего?	Тревога будущего	*Я обратил(-а) внимание, что мысли о будущем могут вызывать у тебя волнение. Что именно тебя тревожит?*	*Это больше про учебу, жизнь или отношения?*
Переживаешь ли ты из-за мелочей?	Повышенная тревожность	*Я заметил(-а), что мелкие ситуации могут тебя задевать. Какие именно?*	*Это быстро проходит или остается надолго?*
Чувствуешь ли ты себя счастливым(-ой)?	Сниженное эмоциональное состояние	*Я увидел(-а), что чувство счастья может появляться не всегда. Когда ты в последний раз*	*Что тебе помогает чувствовать себя лучше?*

		чувствовал(-а) себя хорошо?	
Близко ли ты все принимаешь к сердцу?	Эмоциональная уязвимость	*Я обратил(-а) внимание, что слова и ситуации могут тебя сильно задевать. Что именно тебя чаще всего задевает?*	*Это больше про людей или ситуации?*
Есть ли у тебя уверенность в себе?	Низкая самооценка	*Я заметил(-а), что уверенность может быть неустойчивой. В чем ты все-таки уверен(-а)?*	*Когда ты чувствуешь себя сильнее всего?*
Чувствуешь ли ты себя в безопасности?	Тревога небезопасности	*Я увидел(-а), что чувство безопасности может быть не всегда стабильным. Где тебе спокойно?*	*Есть ли люди, рядом с которыми тебе точно спокойно?*
Избегаешь ли ты трудных ситуаций?	Избегающее поведение	*Я обратил(-а) внимание, что иногда сложные ситуации хочется обходить. Какие именно?*	*Что тебе помогает все-таки пробовать справляться?*
Бывает ли у тебя хандра или плохое настроение?	Сниженный эмоциональный фон	*Я заметил(-а), что бывают периоды плохого настроения. Что помогает тебе выйти из этого состояния?*	*Как часто это происходит?*
Чувствуешь ли ты удовлетворение жизнью?	Неудовлетворенность жизнью	*Я увидел(-а), что удовлетворенность жизнью может колебаться. Что тебе сейчас нравится в твоей жизни?*	*А что хотелось бы изменить?*
Легко ли тебя тревожат мелочи?	Тревожность	*Я обратил(-а) внимание, что мелкие вещи могут*	*Это часто или редко происходит?*

		тебя отвлекать или тревожить. Что чаще всего это вызывает?	
Долго ли ты переживаешь неприятности?	Застревание на переживаниях	*Я заметил(-а), что неприятности могут долго оставаться в мыслях. Как ты обычно с этим справляешься?*	*Получается ли переключаться?*
Ты чаще чувствуешь себя спокойным(-ой) или легко начинаешь переживать?	Эмоциональная нестабильность	*Я увидел(-а), что состояние может часто меняться. Когда ты чувствуешь себя устойчивее?*	*Что помогает тебе сохранять спокойствие?*
Сильно ли ты волнуешься о своих делах?	Тревога ожидания	*Я обратил(-а) внимание, что дела и задачи могут вызывать у тебя волнение. Какие именно?*	*Это связано с оценками, будущим или людьми?*
Тебе нужна помощь взрослого?	Критический маркер	*Я заметил(-а), что сейчас тебе может быть нужна поддержка взрослого. Что для тебя сейчас было бы самой важной помощью?*	*Есть ли человек, которому ты доверяешь и можешь обратиться?*

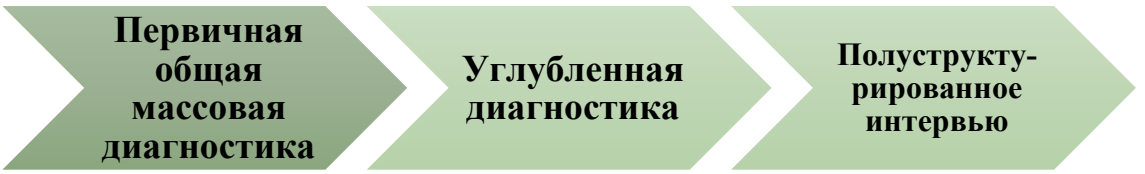
Полуструктурированное интервью после прохождения стандартизированных углубленных диагностик

Углубленная диагностика позволяет не только выявить наличие эмоциональных трудностей, но и понять, что может стоять за ними. Высокий уровень тревоги, снижение настроения, чувство одиночества, эмоциональное истощение или трудности в отношениях – все это

требует дополнительного изучения и не может быть объяснено только результатами тестирования.

Именно поэтому после проведения углубленных методик рекомендуется проводить полуструктурированное интервью. Его задача – уточнить результаты диагностики, проверить рабочие гипотезы и понять, как сам подросток воспринимает происходящее в своей жизни.

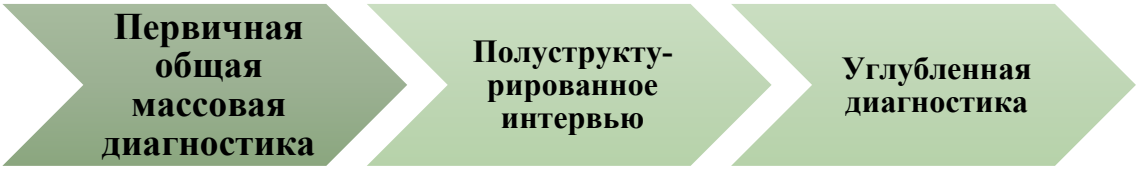
Вариант 1



Данный алгоритм рекомендуется использовать в случаях, когда по результатам первичной диагностики выявлены выраженные признаки эмоционального неблагополучия и необходимо сначала уточнить направление трудностей с помощью стандартизированных методик.

Преимущество: педагог-психолог приходит на интервью уже с более полной диагностической картиной и может задавать более точные уточняющие вопросы.

Вариант 2



Данный алгоритм целесообразен в случаях, когда важно сначала установить контакт с ребенком или подростком, понять его

ситуацию и определить наиболее подходящее направление дальнейшего обследования.

Преимущество: беседа помогает выбрать именно те углубленные методики, которые действительно необходимы конкретному ребенку, а также повышает готовность обучающегося к дальнейшей диагностике.

В чем разница?

Вариант 1	Вариант 2
Сначала уточняем проблему через диагностику, затем обсуждаем результаты с ребенком.	Сначала изучаем ситуацию через беседу, затем подбираем углубленную диагностику.
Подходит при наличии выраженных диагностических рисков и необходимости быстро уточнить состояние.	Подходит, когда требуется лучше понять контекст ситуации или установить доверительный контакт.
Интервью строится на результатах нескольких диагностик.	Углубленная диагностика подбирается по итогам интервью и выявленных гипотез.

Важно: оба алгоритма являются рабочими. Выбор последовательности зависит от возраста ребенка, уровня контакта, выраженности риска и профессионального решения педагога-психолога.

Пример полуструктурированного интервью *(Опросник уровня агрессивности Басса–Перри)*

№	Вопросы для интервью
1	Я обратил(-а) внимание, что ты отметил, что иногда не можешь сдержать желание ударить другого человека. В каких случаях это бывает?
2	Судя по твоим ответам, если тебя сильно задеть или спровоцировать, тебе бывает трудно сдержаться. Так ли это?
3	Я заметил(-а), что для тебя важно уметь постоять за себя. Как ты это проявляешь?
4	Ты отметил, что драки в твоей жизни случаются чаще, чем у других ребят. Обычно почему они происходят?
5	Я обратил(-а) внимание, что иногда применение силы кажется тебе способом защитить свои права. А как еще можно себя защитить?

6	Похоже, есть люди, которые могут очень сильно вывести тебя из себя. Как обычно это происходит?
7	Я обратил(-а) внимание, что ты допускаешь, что в некоторых ситуациях можешь ударить человека. В каких случаях, как тебе кажется, это может произойти?
8	Я заметил(-а), что в твоей жизни были ситуации, когда ты угрожал другим людям. С чем это было связано?
9	Судя по ответам, иногда злость бывает настолько сильной, что хочется что-то сломать или разбить. Что ты делаешь в такие моменты?
10	Ты написал, что быстро вспыхиваешь, но быстро отходишь. Что помогает тебе прийти в спокойное состояние?
11	Я обратил(-а) внимание, что тебя сильно раздражает, когда что-то не получается. Что ты делаешь в такие моменты?
12	Судя по ответам, иногда ты чувствуешь, что эмоции буквально переполняют тебя. Как ты с этим справляешься?
13	Я обратил(-а) внимание, что иногда тебе бывает трудно оставаться спокойным. В каких ситуациях это чаще всего происходит?
14	Я заметил(-а), что некоторые друзья считают тебя вспыльчивым человеком. Как ты сам(-а) к этому относишься и в каких ситуациях это может проявляться?
15	Похоже, иногда ты можешь сильно разозлиться даже без очевидной причины. Как это обычно происходит?
16	Ты отметил, что тебе бывает трудно сдерживать раздражение. Что часто выводит из себя?
17	Судя по ответам, тебе знакомо чувство сильной ревности. В каких ситуациях это чаще всего появляется?
18	Я обратил(-а) внимание, что у тебя есть ощущение, что жизнь дала тебе не все, что хотелось бы. Что именно ты имеешь в виду?
19	Ты отметил, что другим людям часто везет больше. В чем им повезло больше?
20	Судя по ответам, иногда тебе бывает очень горько или обидно. С чем это связано?
21	Я заметил(-а), что у тебя возникают мысли, что друзья могут обсуждать тебя за спиной. Насколько часто ты так думаешь и в каких ситуациях это появляется?
22	Ты отметил, что с осторожностью относишься к слишком доброжелательным людям. Что именно тебя в этом настораживает?
23	Судя по ответам, иногда тебе кажется, что люди могут насмехаться над тобой за спиной. В каких ситуациях у тебя такие мысли появляются?
24	Я обратил(-а) внимание, что чрезмерная доброжелательность других вызывает у тебя настороженность. С чем это связано?

Пример полуструктурированного интервью *(Методика «Диагностика самооценки психических состояний»)*

№	Вопрос педагога-психолога
1	Я обратил(-а) внимание, что тебе не всегда хватает уверенности в себе. В каких ситуациях это сильнее всего чувствуется?
2	Судя по ответам, ты довольно сильно волнуешься в некоторых ситуациях. Что чаще всего вызывает это волнение?
3	Ты отметил(-а), что сон не всегда бывает спокойным. Что обычно мешает тебе спокойно спать?
4	Я заметил(-а), что тебе бывает легко загрустить или впасть в уныние. В какие моменты это происходит?
5	Судя по ответам, иногда ты переживаешь даже из-за того, что еще не произошло. О чем ты чаще всего думаешь в такие моменты?
6	Ты отметил(-а), что трудности могут вызывать у тебя сильное напряжение. Какие именно ситуации для тебя самые сложные?
7	Я обратил(-а) внимание, что ты часто задумываешься о своих недостатках. О чем именно ты чаще всего думаешь?
8	Судя по ответам, на тебя бывает легко повлиять. В каких ситуациях это происходит?
9	Ты отметил(-а), что часто настораживаешься или сомневаешься. Что чаще всего вызывает такие мысли?
10	Я заметил(-а), что ожидание дается тебе непросто. Что в ожидании самое трудное для тебя?
11	Судя по ответам, иногда ситуация кажется безвыходной. В каких моментах у тебя бывает такое чувство?
12	Ты отметил(-а), что неприятности сильно тебя задевают. Какие события особенно тяжело переживаются?
13	Я обратил(-а), что при неудачах ты склонен(-на) винить себя. Что ты обычно думаешь в такие моменты?
14	Судя по ответам, прошлые ошибки продолжают тебя беспокоить. Какие именно ситуации чаще вспоминаются?
15	Ты отметил(-а), что иногда опускаются руки еще до начала борьбы. В каких ситуациях это бывает?
16	Я заметил(-а), что временами ты чувствуешь себя беззащитным(-ой). Когда это ощущение появляется?
17	Судя по ответам, тебе знакомо чувство отчаяния. В каких ситуациях оно возникает?
18	Ты отметил(-а), что иногда теряешься перед трудностями. Что в такие моменты помогает тебе собраться?

19	Я обратил(-а), что в сложные моменты тебе хочется поддержки. Кто или что тебе обычно помогает?
20	Судя по ответам, некоторые свои недостатки ты считаешь неизменными. О чем именно ты так думаешь?
21	Ты отметил(-а), что тебе важно оставить последнее слово за собой. Почему это для тебя важно?
22	Я заметил(-а), что тебе бывает трудно дослушать собеседника до конца. В каких ситуациях это происходит?
23	Судя по ответам, тебя довольно легко рассердить. Что чаще всего тебя раздражает?
24	Ты отметил(-а), что часто делаешь замечания другим людям. В каких ситуациях это происходит?
25	Я обратил(-а), что для тебя важно быть значимым человеком среди других. Что для тебя значит «быть значимым»?
26	Судя по ответам, тебе хочется достигать большего. В чем именно ты хочешь добиться успеха?
27	Ты отметил(-а), что во время сильной злости бывает трудно себя контролировать. В каких ситуациях это случается?
28	Я заметил(-а), что тебе комфортнее руководить, чем подчиняться. Почему тебе так легче?
29	Судя по ответам, окружающие могут замечать твою резкость. В каких ситуациях это проявляется?
30	Ты отметил(-а), что долго помнишь обиды. Какие ситуации сложнее всего забыть?
31	Я обратил(-а), что тебе бывает сложно менять привычный порядок вещей. Что именно вызывает дискомфорт?
32	Судя по ответам, переключаться между делами бывает непросто. Что в этом самое трудное?
33	Ты отметил(-а), что настороженно относишься ко всему новому. Что чаще всего вызывает настороженность?
34	Я заметил(-а), что тебе бывает трудно изменить свое мнение. В каких ситуациях это происходит?
35	Судя по ответам, некоторые мысли долго не выходят у тебя из головы. О чем ты чаще всего думаешь?
36	Ты отметил(-а), что сближаться с людьми бывает непросто. Что в этом самое сложное для тебя?
37	Я обратил(-а), что тебя расстраивают даже небольшие изменения планов. Почему это тебя так задевает?
38	Судя по ответам, ты можешь проявлять упрямство. В каких ситуациях это чаще всего бывает?

39	Ты отметил(-а), что не очень любишь рисковать. Что для тебя в риске самое неприятное?
40	Я заметил(-а), что нарушение привычного режима может сильно тебя задевать. Что именно в этом вызывает напряжение?

Пример полуструктурированного интервью *(Тест школьной тревожности Филлипса)*

№	Вопрос педагога-психолога (живая форма)
1	Я обратил(-а) внимание, что тебе бывает сложно успевать за классом. Так ли это у тебя?
2	Я заметил(-а), что ты волнуешься, когда говорят о проверке знаний. Что ты в такие моменты чувствуешь?
3	Я обратил(-а) внимание, что тебе бывает непросто делать задания так, как просит учитель. В чем именно сложность?
4	Я заметил(-а), что иногда тебе снятся неприятные ситуации со школой. Бывает ли у тебя такое?
5	Я обратил(-а) внимание, что в школе тебе могли причинять физический дискомфорт. Что ты можешь об этом сказать?
6	Я заметил(-а), что тебе важно, чтобы учитель объяснял медленнее. Когда тебе становится непонятно?
7	Я обратил(-а) внимание, что ты сильно переживаешь, когда тебя вызывают отвечать. Как это у тебя происходит?
8	Я заметил(-а), что ты боишься ошибиться на уроке. Что тебя в этом больше всего напрягает?
9	Я обратил(-а) внимание, что при ответе ты можешь сильно волноваться. Как ты это ощущаешь?
10	Я заметил(-а), что иногда одноклассники могут смеяться во время игр. Было ли такое у тебя?
11	Я обратил(-а) внимание, что оценки иногда бывают ниже, чем ты ожидаешь. Как ты к этому относишься?
12	Я заметил(-а), что есть мысли про второй год. Что тебя в этом больше всего тревожит?
13	Я обратил(-а) внимание, что ты иногда не хочешь участвовать в играх. С чем это связано?
14	Я заметил(-а), что перед заданиями ты можешь сильно переживать. Как ты обычно себя чувствуешь?
15	Я обратил(-а) внимание, что тебе не всегда комфортно в классе с другими ребятами. В чем это проявляется?
16	Я заметил(-а), что ожидания родителей по оценкам для тебя важны. Это давит или помогает?

17	Я обратил(-а) внимание, что ты переживаешь, если вдруг станет плохо в школе. Бывает ли такое чувство?
18	Я заметил(-а), что ты боишься ошибок при ответе. Что для тебя в этом самое трудное?
19	Я обратил(-а) внимание, что ты сравниваешь себя с одноклассниками. Как ты себя при этом чувствуешь?
20	Я заметил(-а), что после заданий ты часто думаешь, правильно ли все сделал(-а). Что ты в этот момент чувствуешь?
21	Я обратил(-а) внимание, что тебе важно хорошо запоминать материал. Насколько тебе это сейчас легко?
22	Я заметил(-а), что иногда тебе снятся ситуации из школы. Какие именно чаще всего?
23	Я обратил(-а) внимание, что отношения с одноклассниками для тебя важны. Как ты их сейчас ощущаешь?
24	Я заметил(-а), что сравнение результатов в классе влияет на тебя. Что ты в этот момент чувствуешь?
25	Я обратил(-а) внимание, что тебе иногда хочется меньше переживать на уроках. В какие моменты это сильнее всего?
26	Я заметил(-а), что вступать в спор бывает сложно. Почему, как тебе кажется?
27	Я обратил(-а) внимание, что тело реагирует на контрольные (сердце, волнение). Как это у тебя проявляется?
28	Я заметил(-а), что ты думаешь о том, что о тебе скажут другие, когда получаешь хорошие оценки. Что именно ты думаешь?
29	Я обратил(-а) внимание, что тебе важно, как к тебе относятся одноклассники. Насколько ты этим доволен(-на)?
30	Я заметил(-а), что иногда слова ребят могут тебя задевать. Можешь вспомнить такие случаи?
31	Я обратил(-а) внимание, что тебе важно, как оценивают слабых учеников. Что ты об этом думаешь?
32	Я заметил(-а), что иногда ты чувствуешь себя незаметным(-ой) в классе. Бывает ли такое?
33	Я обратил(-а) внимание, что тебе бывает страшно выглядеть смешно. В каких ситуациях это появляется?
34	Я заметил(-а), что отношения с учителями для тебя важны. Как ты их сейчас оцениваешь?
35	Я обратил(-а) внимание, что ты сравниваешь участие родителей с другими семьями. Почему это для тебя важно?
36	Я заметил(-а), что тебе важно мнение окружающих. О чем ты чаще всего думаешь?
37	Я обратил(-а) внимание, что ты надеешься учиться лучше в будущем. Что для этого нужно?

38	Я заметил(-а), что тебе важно, как ты выглядишь в школе среди других. Это для тебя значимо?
39	Я обратил(-а) внимание, что ты часто думаешь о том, что о тебе думают другие. В какие моменты это сильнее?
40	Я заметил(-а), что ты сравниваешь себя с сильными учениками. Как ты это переживаешь?
41	Я обратил(-а) внимание, что мнение одноклассников для тебя важно. Как ты к этому относишься?
42	Я заметил(-а), что тебе спокойнее наедине с учителем или нет? Как ты себя там чувствуешь?
43	Я обратил(-а) внимание, что тебя могут задевать шутки про внешность или поведение. Было ли такое?
44	Я заметил(-а), что ты переживаешь из-за школьных дел сильнее, чем другие. Как ты это ощущаешь?
45	Я обратил(-а) внимание, что иногда ты почти плачешь, когда не можешь ответить. Что происходит в этот момент?
46	Я заметил(-а), что вечером ты думаешь о школе. О чем именно ты переживаешь?
47	Я обратил(-а) внимание, что в стрессовых ситуациях ты можешь забывать то, что знал(-а). Как это у тебя происходит?
48	Я заметил(-а), что у тебя может дрожать рука при заданиях. Когда это чаще всего бывает?
49	Я обратил(-а) внимание, что перед заданиями ты начинаешь нервничать. Как это ощущается?
50	Я заметил(-а), что проверки знаний вызывают у тебя напряжение. Насколько сильное?
51	Я обратил(-а) внимание, что ты боишься не справиться с заданиями. Что для тебя в этом самое сложное?
52	Я заметил(-а), что иногда тебе снится, что другие делают лучше, чем ты. Как ты к этому относишься?
53	Я обратил(-а) внимание, что тебе кажется, что другие понимают материал быстрее. В чем ты это замечаешь?
54	Я обратил(-а) внимание, что по дороге в школу ты можешь переживать из-за проверок. Так ли это у тебя?
55	Я заметил(-а), что ты оцениваешь свои задания как не самые успешные. С чем это связано?
56	Я обратил(-а) внимание, что при ответе перед классом у тебя может дрожать рука. Как ты это переживаешь?

Пример полуструктурированного интервью *(Шкала безнадежности)*

№	Вопрос педагога-психолога
1	Я обратил(-а) внимание, что ты по-разному смотришь на свое будущее – с надеждой и с сомнениями. Как ты сейчас сам(-а) его ощущаешь?
2	Я заметил(-а), что иногда может появляться мысль «все равно ничего не изменить». Бывает ли у тебя такое чувство?
3	Я обратил(-а) внимание, что в трудные моменты тебе иногда помогает мысль, что это не навсегда. Что тебе обычно помогает справляться?
4	Я заметил(-а), что тебе бывает сложно представить, какой будет твоя жизнь через несколько лет. О чем ты вообще думаешь про будущее?
5	Я обратил(-а) внимание, что ты считаешь, что у тебя есть время для того, что тебе важно. Что сейчас для тебя самое важное?
6	Я заметил(-а), что ты надеешься добиться успеха в том, что тебе нравится. В чем именно ты хочешь преуспеть?
7	Я обратил(-а) внимание, что иногда будущее может казаться тебе «темным» или неясным. В какие моменты это появляется?
8	Я заметил(-а), что ты надеешься получить от жизни больше хорошего, чем другие. Что для тебя значит «хорошее»?
9	Я обратил(-а) внимание, что иногда может появляться ощущение, что в будущем нет особых перспектив. О чем ты в такие моменты думаешь?
10	Я заметил(-а), что твой прошлый опыт как-то влияет на твои ожидания от будущего. Как ты это ощущаешь?
11	Я обратил(-а) внимание, что иногда будущее кажется тебе скорее сложным, чем радостным. Что тебя больше всего тревожит?
12	Я заметил(-а), что может появляться мысль «я не смогу достичь того, чего хочу». Бывает ли у тебя такое?
13	Я обратил(-а) внимание, что иногда ты представляешь будущее как более счастливое, чем сейчас. Что для тебя важно, чтобы так стало?
14	Я заметил(-а), что сейчас не все идет так, как тебе хотелось бы. Что именно не устраивает?
15	Я обратил(-а) внимание, что ты веришь в свое будущее. Что дает тебе эту уверенность?
16	Я заметил(-а), что иногда может появляться ощущение «я все равно не добьюсь своего». В каких ситуациях это бывает?
17	Я обратил(-а) внимание, что иногда ты сомневаешься, что в будущем будет удовлетворение от жизни. Что тебя в этом тревожит?
18	Я заметил(-а), что будущее для тебя может казаться неопределенным. Что именно непонятно или тревожно?

19	Я обратил(-а) внимание, что ты ожидаешь, что хорошего в будущем будет больше, чем плохого. Что для тебя «хорошее будущее»?
20	Я заметил(-а), что иногда может появляться мысль, что усилия не приведут к результату. В каких ситуациях ты так думаешь?

Пример полуструктурированного интервью

(Опросник выявления буллинг-структуры)

Шкала	Вопрос педагога-психолога
Инициатор	Бывает ли, что ты первым начинаешь подшучивать или поддразнивать одноклассников?
	Случается ли, что ты говоришь или делаешь что-то, чтобы задеть другого человека?
	Бывает ли, что после твоих слов другие начинают смеяться над кем-то?
Помощник	Бывает ли, что ты смеешься или поддерживаешь, когда кто-то дразнит другого?
	Случается ли, что ты не начинаешь первым, но подключаешься к шуткам про кого-то?
	Если в классе кого-то обсуждают, ты обычно включаешься или остаешься в стороне?
Защитник	Бывает ли, что ты заступаешься, если кого-то обижают в классе?
	Случалось ли, что ты говоришь, что так делать нельзя, если кого-то задевают?
	Если кого-то не берут в игру или игнорируют, ты как обычно поступаешь?
Жертва	Бывает ли, что тебе кажется, что с тобой не очень хотят общаться в классе?
	Случается ли, что тебя обижают, подшучивают или не принимают в компанию?
	Бывает ли, что ты чувствуешь себя лишним(-ей) среди одноклассников?
Наблюдатель	Если в классе кого-то обижают, ты обычно вмешиваешься или просто смотришь?
	Бывает ли, что ты видишь неприятные ситуации, но не включаешься в них?
	Случается ли, что ты понимаешь, что происходит что-то плохое, но ничего не делаешь?

Пример полуструктурированного интервью

(Шкала воспринимаемого стресса для детей)

№	Вопрос педагога-психолога
1	Я обратил(-а) внимание, что ты иногда чувствуешь, что все нужно делать в спешке. Так ли это у тебя на прошлой неделе?
2	Я заметил(-а), что у тебя не всегда хватает времени на то, что тебе хочется. Было ли у тебя такое на прошлой неделе?
3	Я обратил(-а) внимание, что ты мог(-ла) переживать из-за того, что слишком много дел и нагрузок. Было ли это недавно?
4	Я заметил(-а), что ты мог(-ла) волноваться из-за школы или оценок. Насколько это было у тебя на прошлой неделе?
5	Я обратил(-а) внимание, что родители иногда помогают тебе чувствовать себя лучше. Как это было у тебя на прошлой неделе?
6	Я заметил(-а), что тебе важно чувствовать любовь и поддержку дома. Было ли у тебя это в последнее время?
7	Я обратил(-а) внимание, что у тебя могли быть моменты страха или сильного волнения. Было ли такое на прошлой неделе?
8	Я заметил(-а), что ты мог(-ла) испытывать злость. В каких ситуациях это происходило чаще всего?
9	Я обратил(-а) внимание, что у тебя были и хорошие моменты, когда ты чувствовал(-а) себя счастливым(-ой). Как часто это было?
10	Я заметил(-а), что сон у тебя может быть разным по качеству. Удавалось ли тебе нормально высыпаться на прошлой неделе?
11	Я обратил(-а) внимание, что у тебя могли быть конфликты или недопонимания с друзьями. Было ли это недавно?
12	Я заметил(-а), что у тебя есть общение с друзьями. Насколько его было достаточно на прошлой неделе?
13	Я обратил(-а) внимание, что иногда может казаться, что друзей мало или не хватает общения. Было ли у тебя такое чувство?

В практике диагностики нередко встречается ситуация, когда ребенок или подросток сообщает, что он «ответил случайно», «не дочитал вопрос» или «не обратил внимания». Важно подчеркнуть, что такие объяснения **не являются основанием для исключения его из зоны внимания или формы психологического контроля.**

Даже при сомнительных или формально «ошибочных» ответах результат рассматривается как возможный индикатор текущего

состояния и требует аккуратной интерпретации. В таких случаях ребенок сохраняется в поле наблюдения, а выводы не делаются на основании одной методики.

Оценка состояния всегда должна быть комплексной: учитываются как данные первичной диагностики, так и результаты углубленной диагностики, а также информация, полученная в ходе полуструктурированного интервью и наблюдения. Только сопоставление всех источников позволяет увидеть реальную картину эмоционального состояния подростка/ ребенка, снизить риск ошибочных выводов и обеспечить своевременную поддержку.

4 Алгоритмы реагирования в нестандартных и кризисных ситуациях

В работе педагога-психолога могут возникать ситуации, когда поведение или эмоциональное состояние ребенка резко выходит за рамки привычного: он может плакать, отказываться от общения, проявлять агрессию или сообщать о тяжелых переживаниях. Такие моменты требуют от специалиста не только профессиональной выдержки, но и четкого понимания последовательности действий.

Данный раздел создан как практический инструмент, который помогает быстро ориентироваться в нестандартных и кризисных ситуациях, сохранять безопасность ребенка и окружающих, а также минимизировать риск ошибок в реакции специалиста.

Основная цель алгоритмов – не просто описать возможные случаи, а дать понятные и применимые шаги: как распознать ситуацию, как действовать в первые минуты, что говорить ребенку, чего избегать и кого необходимо подключать для дальнейшего сопровождения.

ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ РЕАКЦИИ ВО ВРЕМЯ ДИАГНОСТИКИ И БЕСЕДЫ

СИТУАЦИЯ 1. Ребенок внезапно начинает плакать во время диагностики

Блок	Содержание
Как распознать ситуацию	
Ключевые признаки	Ребенок во время выполнения методики или беседы резко меняет эмоциональное состояние: появляется слезы, дрожь голоса, паузы в ответах, снижение темпа работы. Может наблюдаться резкое прекращение выполнения заданий, отказ от ответа, уход взгляда вниз, избегание зрительного контакта. Поза становится закрытой: ребенок может сутулиться, обнимать себя руками, закрывать лицо, отворачиваться.
Тревожные сигналы	– плач усиливается и не снижается в течение 1–3 минут; – ребенок перестает реагировать на обращение; – появляются фразы «я не могу», «я не хочу», «оставьте меня», «мне тяжело». Возможны признаки физиологического напряжения: прерывистое дыхание, учащенное дыхание, дрожь, покраснение лица.
Факторы риска	– предшествующая тревожность, эмоциональная нестабильность; – опыт школьного или семейного стресса; – конфликтные отношения в семье; буллинг или социальное давление; – высокая чувствительность к оценке и проверке; – усталость, перегрузка, недосып, эмоциональное истощение.

Шаг	Содержание
Первые действия педагога-психолога (пошагово)	
Шаг 1 – остановка диагностики	Немедленно прекратить выполнение методики. Убрать стимульный материал (бланки, карточки, тестовые листы). Исключить дальнейшее предъявление заданий. Важно не продолжать «доделывать блок» или «закрывать методику».
Шаг 2 – снижение стимуляции	Перейти на максимально спокойный темп речи. Уменьшить количество слов. Сохранить паузу. Не задавать диагностических вопросов. Не менять резко дистанцию. Не нависать над ребенком.

Шаг 3 – стабилизационная пауза	Дать ребенку время (обычно 30–90 секунд) без вопросов. Присутствовать рядом спокойно. Не требовать объяснений. Основная задача – снизить эмоциональную волну.
Шаг 4 – первичная оценка состояния	Мягко оценить: может ли ребенок слышать обращение, есть ли контакт, насколько выражено напряжение. Наблюдать дыхание, позу, реакцию на спокойный голос.
Шаг 5 – обеспечение безопасности	Посадить ребенка удобно, обеспечить пространство, не оставлять одного. При необходимости предложить воду, салфетки. Создать ощущение защищенности и отсутствия давления.

Блок	**Содержание**
Примерные слова педагога-психолога (речь специалиста)	
Фиксация состояния	*Я вижу, что тебе сейчас стало очень тяжело.* *Я рядом, ты в безопасности.* *Сейчас ничего делать не нужно.*
Снижение давления	*Мы можем остановиться.* *Тебе не нужно сейчас отвечать на вопросы.* *Я не буду тебя никуда торопить.*
Поддержание контакта	*Я просто побуду рядом.* *Ты можешь молчать, это нормально.* *Когда будет чуть легче – мы решим, что делать дальше.*
Возврат контроля ребенку	*Скажи, как тебе сейчас легче - посидеть спокойно или сделать паузу?* *Ты хочешь немного тишины или воды?*
Стабилизация	*Ты справляешься с этим моментом.* *Это просто сильное чувство, оно постепенно проходит.* *Мы можем продолжить позже, если ты будешь готов(-а).*

Блок	**Содержание**
Чего делать нельзя	
Ошибки специалиста	– продолжать диагностику несмотря на плач; – задавать серию вопросов; – требовать объяснений причины; – ускорять ребенка; – игнорировать эмоциональное состояние;

	− интерпретировать реакцию как «нежелание работать» или «манипуляцию».
Нежелательные фразы	− *успокойся быстро;* − *ничего страшного нет;* − *почему ты плачешь? (в момент острого состояния);* − *мы должны закончить тест;* − *соберись.*

Блок	Содержание
Кого необходимо подключить	
Сразу	В момент реакции – подключение других специалистов не требуется, если состояние стабилизируется.
При повторяемости / выраженной реакции	− классный руководитель (для анализа ситуации в школе); − родители/законные представители (информирование о реакции); − администрация (если эпизоды выраженные или повторяются); − медицинский работник (при соматических проявлениях - головокружение, обморочные состояния).
Командное сопровождение	**Педагог-психолог + педагог + администрация**

Блок	Содержание
Дальнейший маршрут сопровождения	
Фиксация	Обязательно фиксируется эпизод: дата, ситуация, на каком этапе возникла реакция, как долго длилась, что помогло стабилизировать.
Анализ причин	Определяется возможный триггер: конкретный вопрос, тема, форма оценки, усталость, внешние факторы.
Коррекция диагностики	Возможен перенос части методики на другое время или проведение в несколько этапов.
Наблюдение	Ребенок включается в динамическое наблюдение (эмоциональные реакции, повторяемость).
При необходимости	Переход к углубленной диагностике и индивидуальному маршруту сопровождения.

СИТУАЦИЯ 2. Ребенок отказывается продолжать выполнение методики

Блок	Содержание
Как распознать ситуацию	
Ключевые признаки	Ребенок прямо или косвенно отказывается продолжать диагностику: *«не хочу», «мне надоело», «я не буду», «можно уйти»,* закрывает бланк. Может наблюдаться резкое снижение вовлеченности, молчание, демонстративное прекращение выполнения заданий или уход из ситуации.
Тревожные сигналы	Отказ сопровождается эмоциональным напряжением, раздражением, слезами, закрытостью или тревогой. Возможны признаки избегания темы, уход от контакта, резкое изменение поведения.
Факторы риска	Повышенная тревожность, негативный опыт оценивания, страх ошибки, усталость, эмоциональное истощение, конфликтность, низкая мотивация, трудности концентрации внимания, негативный опыт диагностики в прошлом.

Блок	Содержание
Первые действия педагога-психолога (пошагово)	
Шаг 1 – признать право на отказ	Спокойно остановить процедуру. Не настаивать. Не усиливать давление. Принять факт отказа как допустимую реакцию.
Шаг 2 – снизить напряжение	Убрать материалы диагностики. Перевести разговор в нейтральный, поддерживающий формат. Сохранить спокойный тон.
Шаг 3 – уточнить причину без давления	Мягко выяснить, связано ли это с усталостью, непониманием, тревогой или нежеланием продолжать.
Шаг 4 – зафиксировать ситуацию	Отметить, что методика не завершена по причине отказа ребенка (это важно для интерпретации результатов).
Шаг 5 – сохранить контакт	Завершить взаимодействие спокойно, без конфликта, чтобы не усиливать негатив к диагностике.

Блок	Содержание
Примерные слова педагога-психолога (речь специалиста)	
Принятие отказа	*Хорошо, давай остановимся.* *Ты можешь не продолжать, если сейчас не хочется.*
Снятие давления	*Тебя никто не заставляет это делать.* *Это нормально – иногда не хочется проходить задания.*
Уточнение состояния	*Скажи, тебе сейчас сложно или просто не хочется продолжать?* *Это связано с усталостью или чем-то другим?*
Поддержка контроля у ребенка	*Мы можем остановиться сейчас и вернуться к этому позже.* *Ты сам(-а) решаешь, когда тебе удобно продолжать.*
Завершение контакта	*Спасибо, что сказал(-а) об этом* *Сегодня на этом остановимся.*

Блок	Содержание
Чего делать нельзя	
Ошибки специалиста	Давить на продолжение; стыдить; сравнивать с другими детьми; говорить «все проходят и ты должен(-на)»; воспринимать отказ как нарушение дисциплины; игнорировать отказ и продолжать тестирование.
Нежелательные фразы	– *ты обязан(-а) закончить;* – *это несложно;* – *все справляются;* – *давай быстрее доделаем;* – *ты просто ленишься.*

Блок	Содержание
Кого необходимо подключить	
В момент ситуации	Не требуется подключение других специалистов.
После ситуации	– классный руководитель (для общей картины адаптации); – родители (при систематическом отказе или выраженной тревоге); – администрация (если отказ массовый или повторяющийся); – при необходимости – медработник (если есть соматические жалобы).

Блок	Содержание
Дальнейший маршрут сопровождения	
Фиксация	Обязательно фиксируется факт отказа: на каком этапе, при каких заданиях, с каким эмоциональным состоянием.
Интерпретация	Отказ рассматривается не как «результат», а как диагностически значимый показатель состояния (тревожность, перегрузка, избегание).
Повторная работа	Возможен перенос диагностики или проведение в другой форме (поэтапно, индивидуально, с поддержкой).
Включение в наблюдение	Ребенок автоматически остается в зоне психологического контроля (наблюдения).
Углубленная диагностика	При повторяющихся отказах – переход к углубленному обследованию для выявления причин (тревожность, стресс, семейные факторы, школьная нагрузка).
Сопровождение	Формирование индивидуального маршрута поддержки и наблюдения в организации образования.

!

Важно!

Отказ от диагностики сам по себе является значимым диагностическим маркером и не исключает ребенка из системы сопровождения.

СИТУАЦИЯ 3. Ребенок выбегает из кабинета или аудитории

Блок	Содержание
Как распознать ситуацию	
Ключевые признаки	Ребенок внезапно встает и покидает кабинет, аудиторию или место проведения диагностики, не объясняя причин или отвечая короткими фразами *(«не могу», «не хочу», «все», «отстаньте»)*. Перед уходом могут наблюдаться признаки сильного эмоционального напряжения: – слезы, – учащенное дыхание, – раздражение, – тревога, – отказ отвечать на вопросы, – резкое изменение поведения.

Тревожные сигналы	Ребенок находится в состоянии сильного эмоционального возбуждения, плачет, кричит, не реагирует на обращение взрослых, пытается спрятаться, убежать с территории школы или колледжа. Особенно тревожной является ситуация, когда ребенок выбегает после вопросов о семье, отношениях, самочувствии, самоповреждениях, насилии или других эмоционально значимых темах.
Факторы риска	– высокий уровень тревоги, – эмоциональная перегрузка, – страх оценки, – конфликтная ситуация в семье или коллективе, – переживание травмирующего события, буллинг, – чувство стыда, – выраженная чувствительность к обсуждаемой теме, – кризисное эмоциональное состояние.

Блок	Содержание
Первые действия педагога-психолога (пошаговый алгоритм)	
Шаг 1. Сохраняйте спокойствие	Самое важное – не поддаваться собственной тревоге. Резкие действия взрослого могут усилить страх ребенка и спровоцировать дальнейшее избегание контакта. Педагог-психолог должен сохранять спокойный голос, уверенное поведение и контролировать ситуацию.
Шаг 2. Не кричите и не преследуйте ребенка	Не следует бежать за ребенком, хватать его за руки, громко окликать через коридор или требовать немедленно вернуться. Для ребенка это может восприниматься как преследование и усилить эмоциональную реакцию.
Шаг 3. Убедитесь, что ребенок находится в безопасности	Необходимо визуально определить, куда направился ребенок. Главная задача – убедиться, что он не покинул территорию организации образования и не находится в потенциально опасном месте (лестница, выход на улицу, крыша, технические помещения, окно и др.).
Шаг 4. Организуйте ненавязчивое сопровождение	Если ребенок ушел в коридор, холл, раздевалку или другое безопасное место, взрослый должен находиться неподалеку, сохраняя дистанцию и не оказывая давления. Ребенок должен видеть, что рядом есть взрослый, который готов помочь.

Шаг 5. Организуйте сопровождение остального класса	Если ситуация произошла во время групповой диагностики или занятия, важно сохранить спокойную обстановку для остальных обучающихся. **Действия педагога-психолога:** – сохраняйте спокойствие и не акцентируйте внимание группы на произошедшем; – кратко сообщите, что ситуация находится под контролем; – при необходимости попросите педагога, социального педагога или другого сотрудника остаться с группой; – не обсуждайте причины поведения ребенка с другими обучающимися; – не допускайте комментариев, насмешек, обсуждений и распространения слухов. **Пример формулировки для группы:** *Сейчас все в порядке. Продолжайте, пожалуйста, работать. Я разберусь с ситуацией и позже вернусь к вам.* или *Ученик сейчас нуждается в поддержке. Давайте спокойно продолжим занятие. Обсуждать эту ситуацию мы не будем.* **Важно:** безопасность и эмоциональное состояние ребенка имеют приоритет, однако остальные обучающиеся также должны оставаться под присмотром взрослого и не становиться свидетелями обсуждения личной ситуации сверстника.
Шаг 6. Дайте время на эмоциональную стабилизацию	Не пытайтесь сразу выяснять причины произошедшего. Первые минуты необходимо посвятить снижению эмоционального напряжения. Иногда ребенку требуется 5–15 минут, чтобы восстановить способность разговаривать.
Шаг 7. Восстановите контакт	После того как эмоциональная реакция снизилась, педагог-психолог мягко устанавливает контакт и предлагает помощь. Главная задача – вернуть ребенку чувство безопасности и контроля над ситуацией.
Шаг 8. Оцените уровень риска	После стабилизации важно понять, что именно стало причиной ухода. Особое внимание необходимо обратить на признаки самоповреждений, суицидальных мыслей,

	насилия, буллинга, серьезных семейных конфликтов или других кризисных факторов.
Шаг 9. Примите решение о дальнейших действиях	В зависимости от состояния ребенка принимается решение о продолжении беседы, переносе диагностики, информировании родителей, администрации или подключении дополнительных специалистов сопровождения.

Блок	Содержание
Примерные слова педагога-психолога	
В момент ухода	Если ребенок слышит обращение: *Тебе не нужно сейчас ничего объяснять.* *Я не буду тебя заставлять возвращаться.*
Когда ребенок немного успокоился	*Я вижу, что тебе сейчас было очень тяжело.* *Спасибо, что остановился(-ась).* *Сейчас самое главное – чтобы ты немного успокоился(-ась).*
Для восстановления контакта	*Мы можем пока не говорить о том, что произошло.* *Я просто хочу убедиться, что с тобой все в порядке.* *Я рядом и готов(-а) помочь, если захочешь поговорить.*
Для выяснения ситуации	*Как ты сейчас себя чувствуешь?* *Что помогло бы тебе почувствовать себя спокойнее?* *Было что-то, что тебя особенно задело или расстроило?*
Если ребенок испытывает чувство вины	*Ты не сделал(-а) ничего плохого.* *Иногда сильные эмоции бывают настолько тяжелыми, что хочется уйти. Такое случается.*
Если ребенок не готов говорить	*Это нормально, если ты пока не хочешь рассказывать.* *Мы можем поговорить позже, когда ты будешь готов(-а).*

Блок	Содержание
Чего делать нельзя	
Ошибки специалиста	– бежать за ребенком и пытаться физически остановить его; – кричать вслед; – требовать немедленно вернуться; – читать нотации; – обвинять;

	– стыдить; – обсуждать поведение ребенка при других детях; – пытаться сразу выяснить причины произошедшего.
Фразы, которые могут ухудшить ситуацию	*Немедленно вернись!* *Что ты себе позволяешь?* *Прекрати устраивать спектакль.* *Если сейчас не вернешься, будут проблемы.* *Из-за тебя мы теряем время.* *Ничего страшного не произошло.*

Блок	Содержание
Кого необходимо подключить	
Если ребенок находится в безопасном месте и контакт сохранен	Обычно достаточно участия педагога-психолога. При необходимости можно проинформировать классного руководителя.
Если ребенок покинул территорию организации образования	Немедленно информируются администрация и родители (законные представители). Организуется поиск ребенка в соответствии с внутренними регламентами учреждения.
Если выявлены признаки кризисного состояния	Подключаются родители, администрация, медицинский работник, специалисты сопровождения.
Если есть риск причинения вреда себе или другим	Немедленно запускается кризисный протокол реагирования. При необходимости вызываются экстренные службы.

Блок	Содержание
Дальнейший маршрут сопровождения	
Фиксация ситуации	Необходимо документально зафиксировать обстоятельства произошедшего: – дату, – время, – место, – ситуацию, – предшествующие события, – эмоциональное состояние ребенка, – принятые меры.

Анализ причин	Проводится анализ возможных триггеров: – содержание вопросов, – эмоционально значимая тема, – межличностный конфликт, – перегрузка, – стрессовые события.
Повторная встреча	После стабилизации желательно провести индивидуальную беседу для обсуждения ситуации в спокойной обстановке.
Наблюдение	Ребенок включается в группу психологического наблюдения независимо от того, удалось ли сразу выяснить причины произошедшего.
Углубленная диагностика	При необходимости проводится дополнительное обследование эмоционального состояния, уровня тревоги, депрессивных проявлений, суицидального риска, семейной ситуации и особенностей взаимодействия со сверстниками.
Сопровождение	Разрабатывается индивидуальный план сопровождения с участием родителей, педагогов и специалистов службы психолого-педагогического сопровождения.

!

Важно!

Сам факт того, что ребенок выбежал из кабинета или аудитории, не следует рассматривать как нарушение дисциплины. В большинстве случаев это **сигнал о том, что уровень эмоционального напряжения оказался слишком высоким** и ребенок не смог справиться со своими переживаниями доступным ему способом.

Главная задача педагога-психолога – не оценивать поведение, а понять причины произошедшего, обеспечить безопасность и организовать дальнейшее сопровождение.

ПРИЗНАКИ ВЫРАЖЕННОГО ЭМОЦИОНАЛЬНОГО НЕБЛАГОПОЛУЧИЯ

Ситуация 1. Ребенок говорит: «Я не хочу жить»

Данная ситуация всегда рассматривается как потенциально кризисная и требует немедленной оценки риска. Даже если специалисту кажется, что ребенок сказал это «на эмоциях», «для привлечения внимания» или «несерьезно», такие высказывания нельзя игнорировать.

Задача педагога-психолога – спокойно выяснить степень риска, обеспечить безопасность ребенка и организовать дальнейшее сопровождение.

Раздел	Действия педагога-психолога
Как распознать ситуацию	Ребенок прямо говорит: *«Не хочу жить», «Лучше бы меня не было», «Все надоело», «Хочу исчезнуть», «Скоро всем станет легче без меня», «Я устал жить».* Иногда высказывания могут быть косвенными: *«Нет смысла дальше жить», «Я никому не нужен», «Жизнь бесполезна».* Особенно важно обратить внимание, если такие слова сопровождаются: – выраженной грустью, – плачем, – отчаянием, – безнадежностью, – социальной изоляцией, – самоповреждениями или недавними тяжелыми событиями.
Тревожные сигналы	– ребенок говорит о смерти спокойно или регулярно возвращается к этой теме; – сообщает о самоповреждениях; – раздает личные вещи; прощается с друзьями; – пишет тревожные сообщения в социальных сетях; – говорит, что является обузой для близких; – не видит будущего;

	– считает, что его проблемы невозможно решить.
Факторы высокого риска	– наличие плана самоубийства; – указание способа; – наличие доступа к опасным средствам; – предыдущие попытки суицида; – самоповреждения; насилие в семье; – тяжелая травля; – недавняя потеря близкого человека; – выраженное чувство безнадежности; – полное отсутствие поддержки взрослых.

Первые действия педагога-психолога

Шаг	Что делать?
Шаг 1. Сохраняйте спокойствие	Услышав такие слова, не показывайте испуг, шок или панику. Ребенок должен видеть спокойного взрослого рядом.
Шаг 2. Не оставляйте ребенка одного	Если разговор происходит во время диагностики или занятия, необходимо организовать сопровождение группы другим взрослым и остаться рядом с ребенком.
Шаг 3. Создайте безопасное пространство	По возможности перейдите в отдельное спокойное помещение. Уберите посторонних людей.
Шаг 4. Поблагодарите за откровенность	Важно показать ребенку, что он поступил правильно, рассказав о своих переживаниях.
Шаг 5. Осторожно уточните ситуацию	Спокойно задайте прямые вопросы о его состоянии и мыслях. Прямые вопросы не повышают риск суицида и не «подсказывают» идею ребенку.
Шаг 6. Оцените степень риска	Выясните, есть ли только мысли или уже намерение, план и подготовка.
Шаг 7. Обеспечьте безопасность	До завершения оценки риска ребенок не должен оставаться один.
Шаг 8. Незамедлительно проинформируйте администрацию	В соответствии с внутренним алгоритмом организации образования.

Шаг 9. Свяжитесь с родителями (законными представителями)	Информирование родителей обязательно.
Шаг 10. При высоком риске подключите медицинские службы	Если есть план, намерение или непосредственная опасность – требуется экстренное реагирование.

Примерные слова педагога-психолога

Начало разговора

Спасибо, что сказал(-а) мне об этом. Мне важно тебя услышать.

Я вижу, что сейчас тебе очень тяжело.

Давай спокойно поговорим. Сейчас ты не один(-одна).

То, что ты рассказал(-а), очень важно.

Для уточнения состояния

Когда ты говоришь, что не хочешь жить, что именно ты имеешь в виду?

Как давно появились такие мысли?

Они появляются иногда или почти постоянно?

Что обычно происходит перед тем, как появляются такие мысли?

Бывает ли так, что становится настолько тяжело, что хочется исчезнуть или уснуть и не просыпаться?

Для оценки риска

Возникали ли у тебя мысли причинить себе вред?

Ты думал(-а), каким способом это можно сделать?

Был ли у тебя какой-то план?

Ты что-нибудь готовил(-а) для этого?

Были ли раньше попытки причинить себе вред?

Для поиска ресурсов

Что помогает тебе продержаться даже в самые тяжелые дни?

Кто сейчас поддерживает тебя больше всего?

Есть ли взрослый, которому ты доверяешь?

Что раньше помогало тебе справляться с трудностями?

Завершение беседы

Спасибо, что рассказал(-а) мне об этом.

Сейчас очень важно, чтобы рядом были взрослые, которые смогут помочь.

Мы не оставим тебя одного(-одну) с этой ситуацией.

Помощь есть, и сейчас наша задача - организовать ее для тебя.

Чего делать нельзя

Ошибка	Почему опасно
Говорить: ***«Не говори глупости»***	Ребенок чувствует непонимание и может закрыться.
Говорить: ***«У тебя все хорошо, придумал(-а) проблему»***	Обесценивает переживания.
Читать нотации	Усиливает чувство вины.
Стыдить	Повышает риск закрытости и отчаяния.
Обещать сохранить все в тайне	При риске для жизни педагог-психолог обязан привлечь помощь взрослых.
Оставлять ребенка одного	Недопустимо до оценки риска.
Спорить и убеждать, что жизнь прекрасна	В кризисе логические убеждения обычно не работают.
Игнорировать высказывание	Любое подобное сообщение требует проверки.

Кого необходимо подключить

Специалист	Когда подключать
Администрация	Немедленно после выявления ситуации
Родители (законные представители)	Обязательно
Медицинский работник	При необходимости оценки состояния
Психиатр / кризисная служба	При наличии суицидальных мыслей, намерений или плана

Экстренные службы	При непосредственной угрозе жизни
Социальный педагог	При наличии семейных проблем
Классный руководитель	Для дальнейшего сопровождения и наблюдения

Дальнейший маршрут сопровождения

Этап	Действия
Документирование	Зафиксировать содержание высказываний ребенка, дату, время, принятые меры и привлеченных специалистов.
Оценка риска	Провести углубленную оценку суицидального риска согласно локальному алгоритму организации.
Информирование родителей	Обязательно обсудить ситуацию и дальнейшие шаги помощи.
Передача специалистам	При необходимости организовать консультацию психиатра, психотерапевта или кризисного психолога (ЦПП, ЦПЗ)
Психолого-педагогическое сопровождение	Включить ребенка в группу психолого-педагогического внимания.
Наблюдение	Усилить наблюдение в ближайшие дни и недели.
Повторные встречи	Организовать регулярные беседы для оценки динамики состояния.
Контроль безопасности	Убедиться, что у ребенка есть поддерживающие взрослые и понятный план обращения за помощью в кризисной ситуации.

!

Важно!

Фраза «Я не хочу жить» всегда требует серьезного отношения.

Главная задача педагога-психолога в первые минуты – не искать причины и не переубеждать ребенка, а обеспечить безопасность, установить контакт, оценить риск и организовать помощь.

Ребенок должен почувствовать, что его услышали, поняли и рядом есть взрослые, которые готовы действовать и помогать.

СИТУАЦИЯ 2. Ребенок сообщает о самоповреждениях

Блок	Содержание
Как распознать ситуацию	
Ключевые признаки	Ребенок прямо сообщает о том, что причиняет себе физическую боль: – «Я режу руки», – «Иногда царапаю себя», – «Бью себя», – «Делаю себе больно, когда мне плохо», « – «Прижигаю кожу», – «Срываю корочки», – «Дергаю волосы». Иногда информация появляется во время диагностики, индивидуальной беседы или при обсуждении эмоционального состояния. Ребенок может показывать следы повреждений самостоятельно или, наоборот, стараться их скрывать.
Тревожные сигналы	– наличие свежих порезов, ожогов, царапин, следов ударов по телу; – постоянное ношение закрытой одежды независимо от погоды; – избегание разговоров о своем состоянии; – высказывания о бессмысленности жизни, безнадежности, собственной ненужности; – частые слова о том, что «так становится легче»; – усиление частоты или тяжести самоповреждений.
Факторы риска	– высокий уровень тревоги, – депрессивное состояние, – пережитое насилие, – буллинг, – тяжелые семейные конфликты, – чувство одиночества, – эмоциональная изоляция,

	− низкая самооценка, − трудности в выражении чувств, − ранее выявленные суицидальные мысли или попытки суицида.

Первые действия педагога-психолога (пошаговый алгоритм)

Шаг	Действия педагога-психолога
Шаг 1. Сохраняйте спокойствие	Даже если информация вызывает сильную тревогу, важно не показывать шок, испуг или растерянность. Ребенок внимательно наблюдает за реакцией взрослого. Если педагог-психолог начинает паниковать, ребенок может замкнуться и прекратить разговор.
Шаг 2. Поблагодарите ребенка за откровенность	Для большинства детей признаться в самоповреждениях очень сложно. Часто они испытывают стыд, страх осуждения или наказания. Важно показать, что вы услышали его и готовы разбираться в ситуации без обвинений.
Шаг 3. Создайте безопасную атмосферу	Если разговор происходит в группе или в присутствии других людей, необходимо перейти в спокойное место, где можно поговорить конфиденциально. Важно исключить присутствие сверстников и посторонних.
Шаг 4. Не спешите рассматривать повреждения	Не нужно сразу просить показать руки, проверять тело или требовать подробного описания повреждений. Сначала необходимо установить контакт и снизить эмоциональное напряжение.
Шаг 5. Выясните, что именно происходит	Необходимо спокойно уточнить, какие самоповреждения происходят, как давно они начались, как часто повторяются, что обычно происходит перед этим и что ребенок чувствует после.
Шаг 6. Определите функцию самоповреждений	Важно понять, для чего ребенок это делает. Очень часто самоповреждения используются как способ справиться с сильными эмоциями, тревогой, злостью, внутренней болью или чувством пустоты.
Шаг 7. Обязательно оцените суицидальный риск	Самоповреждения не всегда означают желание умереть, однако риск суицидального поведения в таких случаях значительно возрастает. Необходимо прямо уточнить наличие мыслей о смерти, намерений и планов.
Шаг 8. Оцените необходимость медицинской помощи	Если повреждения свежие, глубокие или требуют обработки, необходимо незамедлительно подключить медицинского работника.

Шаг 9. Обеспечьте безопасность ребенка	До завершения оценки риска ребенок не должен оставаться один, если есть подозрение на высокий риск повторных самоповреждений или суицидального поведения.
Шаг 10. Организуйте дальнейшее сопровождение	После первичной беседы необходимо определить дальнейший маршрут помощи, проинформировать администрацию и родителей в соответствии с внутренними алгоритмами организации образования.

Примерные слова педагога-психолога

Ситуация	Примерные слова педагога-психолога
Начало разговора	– *Спасибо, что рассказал(-а) мне об этом.* – *Я понимаю, что говорить об этом может быть непросто.* – *Мне важно понять, что сейчас с тобой происходит.*
Если ребенок испытывает стыд	– *Я не собираюсь тебя ругать или осуждать.* – *Сейчас моя задача – помочь тебе разобраться с тем, что происходит.*
Для уточнения ситуации	– *Можешь рассказать, что обычно происходит перед тем, как ты причиняешь себе боль?* – *Что ты чувствуешь в этот момент?* – *Что меняется после того, как ты это делаешь?*
Для понимания причин	– *Как тебе кажется, что помогает тебе пережить это действие?* – *Что становится легче после этого?*
Для оценки суицидального риска	– *Когда ты причиняешь себе боль, бывают ли мысли о том, что тебе не хочется жить?* – *Возникали ли мысли умереть?* – *Бывало ли, что ты думал(-а), как можно причинить себе серьезный вред?*
Для поиска ресурсов	– *Есть ли кто-то, рядом с кем тебе становится легче?* – *Что помогает тебе справляться, кроме причинения себе боли?*
Если ребенок плачет	– *Ты можешь не торопиться.*

	– *Я рядом.* – *Мы можем поговорить тогда, когда тебе будет немного легче.*
Завершение беседы	– *Спасибо, что доверился(-ась) мне.* – *Сейчас важно, чтобы рядом были взрослые, которые помогут тебе справиться с этим.* – *Мы будем думать вместе, как сделать так, чтобы тебе стало легче.*

Чего делать нельзя

Блок	Содержание
Ошибки специалиста	– демонстрировать шок или ужас; – требовать немедленно показать все повреждения; – давить вопросами; – обвинять ребенка; – читать нотации; – стыдить; – угрожать последствиями; – игнорировать ситуацию; – делать выводы без уточнения обстоятельств.
Фразы, которые могут ухудшить ситуацию	– *Зачем ты это делаешь? (в обвиняющем тоне).* – *Ты понимаешь, как это глупо?* – *Это просто попытка привлечь внимание.* – *Другим еще хуже.* – *Обещай, что больше никогда так не сделаешь.* – *Ты же не сумасшедший(-ая).*

Кого необходимо подключить

Ситуация	Действия

Единичный эпизод без признаков высокого риска	Информируются родители (законные представители), организуется психолого-педагогическое сопровождение и наблюдение.
Регулярные самоповреждения	Обязательно подключаются родители, администрация и специалисты сопровождения. Рассматривается необходимость консультации психиатра или психотерапевта.
Наличие суицидальных мыслей	Немедленно запускается кризисный алгоритм реагирования.
Наличие плана или намерения причинить себе серьезный вред	Незамедлительно подключаются родители, администрация, медицинские работники и экстренные службы в соответствии с локальными регламентами.
Свежие или серьезные повреждения	Немедленно обеспечивается медицинская помощь.

Дальнейший маршрут сопровождения

Блок	**Содержание**
Фиксация ситуации	Необходимо документально зафиксировать содержание разговора, дату, время, характер выявленных рисков и принятые меры.
Оценка эмоционального состояния	Проводится углубленная диагностика эмоционального состояния, тревоги, депрессивных проявлений, уровня суицидального риска и факторов неблагополучия.
Анализ причин	Выявляются возможные причины самоповреждений: семейные конфликты, буллинг, эмоциональная перегрузка, травмирующие события, чувство одиночества, проблемы самооценки.
Работа с семьей	Проводится консультирование родителей по вопросам поддержки ребенка и снижению факторов риска.
Наблюдение	Ребенок включается в группу психолого-педагогического внимания независимо от выраженности самоповреждений.
Индивидуальное сопровождение	Организуются регулярные встречи с педагогом-психологом для мониторинга состояния и формирования безопасных способов эмоциональной саморегуляции.
Межведомственное взаимодействие	При необходимости подключаются медицинские и профильные специалисты.

!

Важно!

Самоповреждение – это не «каприз», не «манипуляция» и не «способ привлечь внимание». Чаще всего это сигнал **о серьезном эмоциональном неблагополучии и попытка справиться с внутренней болью** доступным ребенку способом.

Главная задача педагога-психолога – не оценивать поступок ребенка, а понять, что стоит за этим поведением, обеспечить безопасность и организовать своевременную помощь. Особенно важно помнить, что любой случай самоповреждений требует оценки суицидального риска и дальнейшего наблюдения.

СИТУАЦИЯ 3. Ребенок сообщает о том, что планирует причинить вред другим людям

Блок	Содержание
Как распознать ситуацию	
Ключевые признаки	Во время беседы, диагностики, консультации или наблюдения ребенок прямо или косвенно сообщает о намерении причинить вред другому человеку. Высказывания могут быть открытыми *(«Я его ударю», «Я хочу ему отомстить», «Я его изобью», «Я знаю, как сделать ему плохо»)* или завуалированными («Он еще пожалеет», «Скоро они узнают», «Я уже все придумал»).
Тревожные сигналы	– Ребенок говорит о конкретном человеке, которого хочет наказать, причинить боль или унизить. – Описывает способы причинения вреда. – Сообщает о подготовке к действиям. – Проявляет выраженную злость, ненависть, желание мести. – Может рассказывать о фантазиях насилия, интересоваться оружием, драками, способами нападения.
Факторы риска	– длительный буллинг, – унижение, – социальное отвержение,

	– конфликты со сверстниками или взрослыми, – импульсивность, – высокий уровень агрессии, – эмоциональная нестабильность, – переживание несправедливости, – психотравмирующие события, – ранее совершенные акты агрессии, – употребление психоактивных веществ, – наличие оружия или доступа к опасным предметам.
Особенно высокий риск	Ребенок называет конкретную жертву, конкретный способ причинения вреда, место и время предполагаемых действий, сообщает о наличии предметов для нападения или подготовительных действиях. В этом случае ситуация рассматривается как кризисная независимо от возраста обучающегося.

Первые действия педагога-психолога (пошаговый алгоритм)

Шаг	Действия педагога-психолога
Шаг 1. Сохраняйте спокойствие	Даже если информация вызывает сильную тревогу, важно сохранять спокойный тон. Испуг, осуждение или резкая реакция взрослого могут привести к потере контакта и сокрытию информации.
Шаг 2. Внимательно выслушайте ребенка	– Не перебивайте и не спорьте. – Дайте возможность договорить. – Важно получить максимально полную информацию и понять серьезность намерений.
Шаг 3. Отнеситесь к словам серьезно	Любое сообщение о намерении причинить вред другим должно восприниматься как потенциально значимое. Нельзя считать подобные высказывания «обычными подростковыми словами» без дополнительной проверки.
Шаг 4. Уточните степень риска	Необходимо выяснить: – кому именно ребенок хочет причинить вред; – что именно он планирует сделать; – думал ли он о конкретном способе;

	− предпринимал ли какие-либо действия для подготовки; − есть ли доступ к опасным предметам; когда он собирается это сделать.
Шаг 5. Оцените эмоциональное состояние	Определите, находится ли ребенок в состоянии сильной злости, возбуждения, аффекта, эмоционального срыва. Выясните, способен ли он контролировать свои действия в данный момент.
Шаг 6. Обеспечьте безопасность	Если существует риск немедленных действий, ребенок не должен оставаться без присмотра. При необходимости ограничивается доступ к потенциально опасным предметам и организуется сопровождение взрослого.
Шаг 7. Не обещайте полную конфиденциальность	Если существует угроза безопасности других людей, Педагог-психолог обязан передать информацию ответственным лицам.
Шаг 8. Немедленно проинформируйте администрацию	Информация о намерении причинить вред другим людям относится к категории высокого риска и должна быть незамедлительно доведена до сведения администрации организации образования.
Шаг 9. Обязательно проинформируйте родителей (законных представителей)	Родители должны быть уведомлены в день выявления риска. Информирование откладывать нельзя.
Шаг 10. Организуйте дальнейшее сопровождение	После стабилизации ситуации проводится углубленная оценка факторов риска, уровня агрессии, эмоционального состояния и причин возникновения подобных намерений.

Примерные слова педагога-психолога

Ситуация	Примерные слова педагога-психолога
Если ребенок рассказал о своих намерениях	*Спасибо, что рассказал(-а) мне об этом.*
	Я вижу, что ты сейчас переживаешь очень сильные чувства.
	Для меня важно понять, что происходит, чтобы помочь тебе справиться с этой ситуацией.
Для уточнения риска	*Расскажи, пожалуйста, что именно произошло.*
	На кого ты сейчас больше всего злишься?
	Что тебе хочется сделать в этой ситуации?
	Ты просто представлял(-а) это или уже думал(-а), как именно это сделать?
	Были ли попытки что-то подготовить?
	Сейчас важно не оставаться с этим одному.

Для снижения напряжения	*Давай вместе подумаем, как можно справиться с этой злостью безопасным способом.*
	Я слышу, насколько тебе сейчас тяжело.
Если ребенок боится последствий разговора	*Сейчас моя задача – помочь и обеспечить безопасность.*
	Я не буду тебя ругать.
	Но если есть риск, что кто-то может пострадать, я обязан(-а) подключить взрослых, которые помогут разобраться в ситуации.

Что еще важно уточнить

Что необходимо выяснить	Почему это важно
Есть ли конкретный человек, которому ребенок хочет причинить вред	Позволяет оценить степень угрозы
Есть ли конкретный план действий	Один из главных критериев высокого риска
Есть ли доступ к оружию, ножам, опасным предметам	Повышает вероятность реализации намерений
Были ли ранее драки, нападения, угрозы	Позволяет оценить историю агрессивного поведения
Что стало причиной возникновения этих мыслей	Помогает понять пусковой механизм
Есть ли поддерживающие взрослые	Ресурс защиты и сопровождения
Может ли ребенок контролировать свои действия	Оценка уровня самоконтроля
Есть ли опыт причинения вреда другим ранее	Важный фактор риска повторения поведения

Чего делать нельзя

Ошибки специалиста	Почему это опасно
Игнорировать высказывание	Можно пропустить реальную угрозу
Говорить: «Ты этого не сделаешь»	Обесценивает информацию
Читать нотации	Ухудшает контакт
Угрожать наказанием	Ребенок может перестать говорить правду
Высмеивать или стыдить	Усиливает агрессию и изоляцию
Спорить и доказывать, что ребенок неправ	Не снижает риск
Оставлять ребенка одного при высоком риске	Может привести к реализации намерений

Скрывать информацию от администрации и родителей	Нарушает требования безопасности

Фразы, которые могут ухудшить ситуацию:

Да перестань, ты этого не сделаешь.

Это глупости.

Из-за такой ерунды злиться нельзя.

Ты просто привлекаешь внимание.

Нормальные дети так не говорят.

Подумай лучше о последствиях.

Возьми себя в руки.

Кого необходимо подключить

Ситуация	Кого подключать
Любое сообщение о намерении причинить вред другому человеку	Администрация организации образования
Любое сообщение о намерении причинить вред другому человеку	Родители (законные представители)
Выраженная агрессия, эмоциональная нестабильность	Педагог-психолог, социальный педагог, специалисты сопровождения
Подозрение на психическое расстройство или утрату контроля над поведением	Медицинский работник, психиатрическая служба по показаниям
Наличие непосредственной угрозы жизни и здоровью окружающих	Экстренные службы в соответствии с действующими регламентами

Дальнейший маршрут сопровождения

Этап	Содержание работы
Фиксация ситуации	Подробно документируются слова ребенка, обстоятельства беседы, эмоциональное состояние, выявленные факторы риска и предпринятые меры.
Углубленная оценка риска	Проводится анализ уровня агрессии, импульсивности, эмоционального состояния, конфликтов, переживаемых стрессовых событий и ресурсов поддержки.
Работа с семьей	Организуется встреча с родителями. Обсуждаются выявленные риски и меры безопасности.

Психолого-педагогическое сопровождение	Формируется индивидуальный план работы по снижению агрессии, развитию навыков саморегуляции и конструктивного решения конфликтов.
Наблюдение	Ребенок включается в группу психолого-педагогического наблюдения независимо от того, снизился риск после беседы или нет.
Межведомственное взаимодействие	При необходимости подключаются медицинские специалисты, службы сопровождения и другие профильные организации.

!

Важно!

Сам факт того, что ребенок сообщил о намерении причинить вред другому человеку, не означает, что он обязательно реализует свои слова. Однако такие высказывания всегда требуют серьезной оценки и проверки.

Главная задача педагога-психолога – не искать виноватого и не наказывать ребенка, а своевременно выявить уровень риска, обеспечить безопасность окружающих и организовать необходимую помощь. Любая угроза причинения вреда другим людям требует обязательного информирования администрации организаций образования и родителей (законных представителей).

СИТУАЦИЯ 3. Ребенок рассказывает о насилии или жестоком обращении

Блок	Содержание
Как распознать ситуацию	
Ключевые признаки	Ребенок прямо или косвенно сообщает о: – физическом насилии, – психологическом насилии, – сексуализированном насилии, – пренебрежении потребностями, – жестоком обращении, – унижении, угрозах, – систематических наказаниях,

	– запугивании или других формах причинения вреда. Сообщение может звучать открыто *(«Меня бьют дома», «Меня трогал взрослый», «Я боюсь возвращаться домой»)* или завуалированно *(«Дома лучше молчать», «Если я расскажу, будут проблемы», «Меня наказывают слишком сильно»).*
Тревожные сигналы	– ребенок говорит о страхе перед конкретным человеком; – просит никому ничего не рассказывать; – сообщает о побоях, угрозах, сексуальных действиях; – демонстрирует выраженный страх, стыд, вину, тревогу; – рассказывает о регулярном насилии как о «норме».
Факторы высокого риска	– наличие телесных повреждений; – сообщения о сексуализированном насилии; – угрозы жизни и здоровью ребенка; – повторяющееся насилие; – отсутствие безопасного взрослого; – страх возвращаться домой; – наличие оружия, – алкоголизации или агрессивного поведения взрослых; – угрозы за разглашение информации.

Первые действия педагога-психолога (пошаговый алгоритм)

Шаг	Действия специалиста
Шаг 1. Сохраняйте спокойствие	Услышанная информация может вызвать сильную эмоциональную реакцию у специалиста. Важно не демонстрировать шок, ужас, возмущение или панику. Ребенок внимательно наблюдает за реакцией взрослого.
Шаг 2. Выслушайте ребенка до конца	Не перебивайте, не торопите и не задавайте большое количество уточняющих вопросов. Главная задача на первом этапе – дать возможность ребенку рассказать о произошедшем в безопасной обстановке.
Шаг 3. Поблагодарите за доверие	Для большинства детей рассказ о насилии является крайне трудным шагом. Важно поддержать ребенка и показать, что он поступил правильно, рассказав взрослому.

Шаг 4. Исключите обвинение ребенка	Ребенок должен услышать, что ответственность за произошедшее лежит на взрослом или обидчике, а не на нем самом.
Шаг 5. Не обещайте полную тайну	Нельзя обещать сохранить информацию в секрете. Педагог-психолог обязан объяснить, что для обеспечения безопасности потребуется помощь других взрослых.
Шаг 6. Оцените уровень непосредственной опасности	Необходимо выяснить, находится ли ребенок сейчас в безопасности, существует ли угроза повторения насилия в ближайшее время, есть ли риск причинения серьезного вреда здоровью.
Шаг 7. Зафиксируйте информацию максимально точно	Важно записывать слова ребенка максимально близко к оригиналу, не добавляя собственных интерпретаций и выводов.
Шаг 8. Немедленно сообщите администрации	Информация о насилии не может оставаться только на уровне педагога-психолога. Руководство организации должно быть проинформировано незамедлительно.
Шаг 9. Запустите алгоритм защиты ребенка	В зависимости от ситуации организуется взаимодействие с родителями, органами опеки, медицинскими организациями, подразделениями полиции и другими структурами.
Шаг 10. Организуйте дальнейшее сопровождение	После первичного реагирования ребенок должен оставаться под наблюдением специалистов и получать необходимую психологическую помощь.

Примерные слова педагога-психолога

Ситуация	Примерные формулировки
Если ребенок начал рассказывать	– Спасибо, что рассказал(-а) мне об этом. – Я вижу, что тебе было очень непросто об этом говорить. – Я внимательно тебя слушаю.
Если ребенок боится рассказывать дальше	– Рассказывай столько, сколько сейчас готов(-а). – Тебя никто не будет заставлять говорить больше, чем ты можешь сейчас.
Если ребенок испытывает чувство вины	– То, что произошло, не твоя вина. – Ты не виноват(-а) в том, что кто-то причинил тебе вред.

Если ребенок боится последствий	– Сейчас моя задача - помочь тебе и сделать так, чтобы ты был(-а) в безопасности.
Если ребенок просит никому не говорить	– Я понимаю, что тебе страшно. Но если речь идет о твоей безопасности, мне нужно обратиться за помощью к другим взрослым, которые могут тебя защитить.
Для поддержания контакта	– Ты сейчас не один(-одна). – Мы будем разбираться с этим вместе. – Есть взрослые, которые могут тебе помочь.

Что еще важно уточнить

Направление	Что важно выяснить
Безопасность	Находится ли ребенок сейчас в безопасности
Время	Когда произошло насилие
Частота	Это был единичный случай или происходит регулярно
Обидчик	Кто именно причиняет вред
Угроза	Есть ли риск повторения ситуации
Поддержка	Есть ли взрослый, которому ребенок доверяет
Последствия	Есть ли телесные повреждения, ухудшение самочувствия, страх, бессонница
Секретность	Запрещали ли ребенку рассказывать о случившемся

Чего делать нельзя

Ошибки специалиста	Почему это опасно
Требовать подробностей и проводить собственное расследование	Это может повторно травмировать ребенка
Давить вопросами	Усиливает тревогу и страх
Сомневаться в словах ребенка	Разрушает доверие
Обвинять ребенка	Усиливает чувство вины
Обещать сохранить тайну	Невозможно выполнить при угрозе безопасности
Показывать шок, ужас или гнев	Ребенок может испугаться и замкнуться
Самостоятельно выяснять отношения с предполагаемым обидчиком	Может создать дополнительную угрозу ребенку

Кого необходимо подключить

Ситуация	Действия
Любое сообщение о насилии	Незамедлительно информируется администрация организации образования
Если предполагаемый обидчик не является родителем	Информируются родители (законные представители) ребенка
Если предполагаемый обидчик – родитель или законный представитель	Вопрос информирования решается совместно с администрацией, органами опеки и правоохранительными органами исходя из безопасности ребенка
Наличие телесных повреждений	Подключается медицинский работник
Сексуализированное насилие	Незамедлительно подключаются правоохранительные органы и медицинские службы
Угроза жизни и здоровью	Вызываются экстренные службы

Взаимодействие с ИДН и межведомственное сопровождение

Основание	Действия
Подтвержденные факты жестокого обращения	Информация передается в администрацию и подразделение по делам несовершеннолетних (ИДН) в соответствии с действующими нормативными требованиями
Наличие угрозы повторного насилия	Организуется межведомственное сопровождение ребенка
Отсутствие безопасной среды	Подключаются органы опеки и другие уполномоченные структуры
Высокий риск для жизни и здоровья	Немедленно информируются компетентные службы

При сохранении высокого риска, продолжающемся насилии, отсутствии положительной динамики или необходимости комплексной помощи организуется взаимодействие с ИДН, РУПР, КОПД, УПР, службой психологической поддержки «111», органами опеки, медицинскими организациями и другими компетентными структурами в рамках межведомственного сопровождения обучающегося.

Дальнейший маршрут сопровождения

Направление работы	Содержание
Документирование	Подробная фиксация обстоятельств и содержания сообщения ребенка
Оценка риска	Анализ степени угрозы для жизни и здоровья
Психологическое сопровождение	Регулярные индивидуальные встречи
Работа с семьей	При отсутствии угрозы со стороны семьи
Межведомственное взаимодействие	Координация действий всех специалистов
Контроль безопасности	Постоянный мониторинг ситуации
Повторная диагностика	Оценка эмоционального состояния в динамике
Наблюдение	Включение ребенка в группу психолого-педагогического внимания

!

Важно!

Любое сообщение ребенка о насилии или жестоком обращении должно рассматриваться серьезно.

Задача педагога-психолога – не устанавливать виновность и не проводить расследование, а обеспечить безопасность ребенка, своевременно передать информацию ответственным службам и организовать необходимую помощь. Главным приоритетом всегда остается защита жизни, здоровья и благополучия обучающегося.

ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ КРИЗИСНЫЕ СИТУАЦИИ

СИТУАЦИЯ 1. Обучающийся проявляет агрессию, угрожает окружающим или демонстрирует опасное поведение

Блок	Содержание
Как распознать ситуацию	
Ключевые признаки	Обучающийся проявляет: – физическую или вербальную агрессию, – кричит, – оскорбляет окружающих,

	− угрожает причинить вред себе или другим, − ломает имущество, − бросает предметы, − пытается ударить сверстников или взрослых, − демонстрирует неконтролируемое поведение.
Тревожные сигналы	Угрозы расправой, высказывания о желании причинить вред, попытки нанести удар, наличие опасных предметов, выраженное эмоциональное возбуждение, потеря контроля над поведением, разрушительные действия, попытки спровоцировать драку.
Факторы высокого риска	− наличие оружия или опасных предметов; − угрозы убийством или причинением тяжкого вреда; − высказывания о мести; − признаки употребления психоактивных веществ; − психотические симптомы; − длительный конфликт; − ранее совершенные акты насилия; − высокий уровень эмоционального возбуждения.

Первые действия педагога-психолога (пошаговый алгоритм)

Шаг	**Действия специалиста**
Шаг 1. Немедленно оцените уровень опасности	В первую очередь необходимо определить, представляет ли обучающийся непосредственную угрозу для себя или окружающих. Оцените наличие оружия, острых предметов, попыток физического нападения, разрушительного поведения.
Шаг 2. Обеспечьте безопасность окружающих	Главная задача в первые минуты – защита других детей и сотрудников. При необходимости организуйте вывод обучающихся из помещения или удаление агрессивного обучающегося в безопасное пространство под контролем взрослых.
Шаг 3. Не вступайте в спор и не провоцируйте конфликт	Во время эмоционального возбуждения ребенок не способен воспринимать нравоучения и логические доводы. Любые споры могут усилить агрессию.

Шаг 4. Сохраняйте безопасную дистанцию	Не приближайтесь резко к ребенку. Не перекрывайте выход. Не пытайтесь физически удерживать его самостоятельно, если нет специальной подготовки и прямой необходимости предотвращения немедленного вреда.
Шаг 5. Говорите спокойно и короткими фразами	Используйте спокойный голос, простые инструкции и минимальное количество слов.
Шаг 6. Организуйте сопровождение остальных обучающихся	Если ситуация происходит в классе или группе, необходимо немедленно обеспечить безопасность остальных детей, исключить их участие в конфликте и предотвратить панику.
Шаг 7. Вызовите помощь взрослых	Немедленно сообщите администрации организации образования. При выраженной агрессии специалист не должен оставаться один на один с ситуацией.
Шаг 8. Используйте тревожную кнопку или внутренний алгоритм безопасности	Если существует угроза жизни и здоровью участников образовательного процесса, активируется тревожная кнопка либо иной предусмотренный учреждением механизм экстренного реагирования.
Шаг 9. Вызовите экстренные службы при наличии угрозы	Если ребенок вооружен, нападает на окружающих, угрожает убийством или причинением тяжкого вреда, немедленно вызываются экстренные службы.
Шаг 10. После снижения напряжения проведите оценку риска	После стабилизации необходимо выяснить причины произошедшего, уровень осознания ребенком своих действий, наличие намерений причинить вред и повторных рисков.

Организация безопасности остальных обучающихся

Действия	Что необходимо сделать
Вывод детей	По возможности спокойно вывести остальных детей из помещения.
Исключение зрителей	Не допускать скопления обучающихся вокруг ситуации.
Назначение ответственного взрослого	Один взрослый занимается группой, другой работает с кризисной ситуацией.
Предотвращение съемки	Не допускать фото- и видеосъемку происходящего.
Защита конфиденциальности	Не обсуждать детали ситуации с обучающимися.

Возможная фраза для класса

Сейчас возникла ситуация, которая требует внимания взрослых. Пожалуйста, спокойно перейдите в другое помещение вместе с педагогом.

Примерные слова педагога-психолога

Ситуация	Возможные фразы
При выраженной агрессии	*Я вижу, что ты сейчас очень зол.*
	Сейчас важно, чтобы никто не пострадал.
	Я готов(-а) тебя выслушать, когда станет немного спокойнее.
При угрозах	*Я слышу, что ты очень злишься.*
	Давай сделаем так, чтобы сейчас все были в безопасности.
Если ребенок кричит	*Я тебя слышу.*
	Сейчас не нужно ничего доказывать.
	Давай попробуем снизить напряжение.
Если ребенок ломает вещи	*Сейчас важно остановиться и сделать так, чтобы никто не пострадал.*
Для восстановления контакта	*Расскажи, что произошло.*
	Что тебя так сильно разозлило?
	Что сейчас поможет тебе немного успокоиться?

Что еще важно уточнить после стабилизации

Направление	Что необходимо выяснить
Причина вспышки	Что произошло непосредственно перед агрессией
Объект агрессии	На кого была направлена агрессия
Намерения	Хотел ли ребенок реально причинить вред
Планирование	Были ли угрозы заранее продуманы
Доступ к опасным предметам	Есть ли оружие, ножи, опасные предметы
История поведения	Были ли подобные случаи ранее
Состояние ребенка	Уровень контроля над своими действиями
Поддержка	Есть ли взрослый, которому ребенок доверяет

Чего делать нельзя

Ошибки специалиста	Почему это опасно
Кричать в ответ	Усиливает агрессию
Угрожать наказанием	Повышает напряжение
Стыдить ребенка	Усиливает сопротивление
Подходить слишком близко	Может спровоцировать нападение
Пытаться силой удерживать в одиночку	Риск травмирования
Спорить и переубеждать	В кризисе логические аргументы не работают
Провоцировать борьбу за власть	Усиливает конфликт

Кого необходимо подключить

Ситуация	Действия
Любая серьезная агрессия	Незамедлительно информируется администрация
Угрозы окружающим	Обязательно информируются родители (законные представители)
Повторяющееся агрессивное поведение	Подключаются специалисты сопровождения
Угроза физического насилия	Подключается администрация и служба безопасности учреждения
Реальная угроза жизни и здоровью	Используется тревожная кнопка и вызываются экстренные службы
Наличие признаков правонарушения	Информируется подразделение по делам несовершеннолетних (ИДН)
Причинение вреда окружающим	Подключаются правоохранительные органы в установленном порядке

Взаимодействие с ИДН и межведомственными службами

Основание	Действия
Систематические угрозы	Информируется ИДН
Физическое насилие	Информируется ИДН и администрация
Использование опасных предметов	Незамедлительное взаимодействие с правоохранительными органами
Высокий риск повторного насилия	Организуется межведомственное сопровождение
Отсутствие положительной динамики	Усиливается контроль и сопровождение

При сохранении высокого риска, повторных угрозах, агрессивных действиях, отсутствии положительной динамики или наличии признаков противоправного поведения организуется взаимодействие с ИДН, РУПР, КОПД, УПР, службой «111», медицинскими организациями и другими компетентными структурами в рамках межведомственного сопровождения обучающегося.

Дальнейший маршрут сопровождения

Направление работы	Содержание
Документирование	Подробная фиксация обстоятельств произошедшего
Анализ факторов риска	Выявление причин агрессии
Углубленная диагностика	Исследование эмоционального состояния, уровня агрессии, тревоги, импульсивности
Работа с семьей	Обсуждение факторов риска и мер поддержки
Индивидуальное сопровождение	Разработка плана помощи
Наблюдение	Включение в группу психолого-педагогического внимания
Межведомственное взаимодействие	При необходимости подключение внешних служб
Контроль динамики	Регулярная оценка изменений в поведении

!

Важно!

Любые угрозы причинения вреда окружающим должны рассматриваться как серьезный сигнал риска до тех пор, пока не доказано обратное.

Основная задача специалиста – не выяснение виновности и не воспитательное воздействие в момент кризиса, а обеспечение безопасности всех участников образовательного процесса, своевременное информирование администрации и запуск необходимых механизмов реагирования.

ВАЖНЫЕ ПРИНЦИПЫ РАБОТЫ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА В КРИЗИСНЫХ СИТУАЦИЯХ

Мы рассмотрели наиболее распространенные кризисные ситуации, которые могут возникнуть в организации образования во время диагностики, консультирования, наблюдения или повседневного взаимодействия с обучающимися. Независимо от характера ситуации, существуют базовые принципы, которые помогают специалисту действовать профессионально, безопасно и эффективно.

Самое главное для педагога-психолога

1

Сохранять спокойствие

В кризисной ситуации эмоциональное состояние взрослого напрямую влияет на состояние ребенка. Если педагог-психолог начинает паниковать, суетиться, повышать голос или демонстрировать сильный страх, напряжение обучающегося только усиливается. Даже если ситуация кажется крайне тревожной, важно сохранять спокойный голос, уверенное поведение и способность принимать решения.

2

В первую очередь думать о безопасности

Любая кризисная ситуация начинается с оценки безопасности самого ребенка и окружающих людей. До выяснения причин произошедшего необходимо убедиться, что никто не находится в непосредственной опасности.

3

Не оставаться с ситуацией один на один

Педагог-психолог не обязан самостоятельно решать все кризисные случаи. При наличии риска необходимо своевременно привлекать администрацию, медицинских работников, родителей, социальных педагогов и другие службы сопровождения. Кризисная помощь всегда эффективнее, когда ответственность распределяется между специалистами.

4

Не пытаться немедленно получить всю информацию

В момент сильного эмоционального напряжения ребенок может быть не готов подробно рассказывать о происходящем. Главная задача первых минут – стабилизировать состояние и установить контакт, а не провести полноценное расследование.

5

Слушать больше, чем говорить

Очень часто ребенку важно почувствовать, что его слышат, понимают и воспринимают всерьез. Спокойное присутствие взрослого и внимательное слушание нередко оказываются более полезными, чем большое количество вопросов и советов.

6

Не оценивать и не осуждать

Даже если специалист не согласен с поступками ребенка или не понимает его реакции, важно сохранять профессиональную позицию. В кризисной ситуации ребенок нуждается не в оценке, а в помощи и поддержке.

7

Не давать обещаний, которые невозможно выполнить

Например, нельзя обещать сохранить в тайне информацию о насилии, суицидальных намерениях или угрозах другим людям. Безопасность ребенка всегда важнее конфиденциальности.

8

Документировать значимые события

После стабилизации ситуации необходимо зафиксировать основные факты: что произошло, когда, кто присутствовал, какие действия были предприняты и какие решения были приняты. Это важно как для дальнейшего сопровождения ребенка, так и для защиты самого специалиста.

9

Организовывать дальнейшее сопровождение

Кризисная ситуация не заканчивается после разговора или оказания первой помощи. Практически всегда требуется наблюдение, дополнительные встречи, взаимодействие с семьей и, при необходимости, углубленная диагностика.

10

Помнить о собственном состоянии

Работа с кризисными случаями эмоционально тяжела даже для опытного специалиста. После сложных ситуаций важно использовать профессиональную поддержку коллег, супервизию, обсуждение случая в рамках команды сопровождения и соблюдать собственные ресурсы.

Кризисные ситуации – ответственность не только педагога-психолога

Важно понимать, что обеспечение безопасности ребенка является задачей всей организации образования, а не только педагога- психолога.

Каждый сотрудник школы или колледжа – администрация, классные руководители, кураторы, социальные педагоги, медицинские работники, педагоги дополнительного образования, сотрудники охраны и технический персонал – должен понимать общий алгоритм действий при возникновении кризисной ситуации.

Сотрудники должны знать:

- ✔ к кому обращаться при выявлении признаков риска;
- ✔ как действовать при угрозе жизни и здоровью обучающегося;
- ✔ каким образом обеспечивается безопасность детей и взрослых;
- ✔ кого необходимо информировать в первую очередь;
- ✔ как работает внутренний алгоритм реагирования организации образования;
- ✔ в каких случаях вызываются экстренные службы;
- ✔ когда подключаются родители, ИДН, медицинские работники и другие структуры сопровождения.

Особенно важно, чтобы сотрудники не пытались самостоятельно решать сложные кризисные ситуации без необходимой подготовки, а своевременно передавали информацию ответственным специалистам.

ВАЖНО

Кризисная ситуация требует не поиска виноватых, а быстрой оценки риска, обеспечения безопасности и организации помощи. Спокойствие взрослых, слаженность действий сотрудников и своевременное подключение необходимых специалистов позволяют значительно снизить вероятность тяжелых последствий и обеспечить ребенку необходимую поддержку в трудный момент.

5 Взаимодействие с родителями в сложных ситуациях

Работа педагога-психолога не ограничивается диагностикой и сопровождением обучающегося. Во многих случаях важной частью помощи становится взаимодействие с родителями (законными представителями). Именно от того, насколько грамотно и бережно будет выстроен разговор со взрослыми, во многом зависит дальнейшая эффективность сопровождения ребенка.

На практике педагоги-психологи часто сталкиваются с ситуациями, когда родителям сложно принять полученную информацию. Одни начинают отрицать наличие проблемы, другие испытывают тревогу и растерянность, третьи могут реагировать защитно, обвиняя школу, ребенка или самого специалиста. Поэтому задача педагога-психолога заключается не только в передаче информации, но и в создании условий для конструктивного сотрудничества.

Важно помнить, что цель беседы с родителями – не напугать, не обвинить и не поставить диагноз, а помочь взрослым увидеть ситуацию, понять потребности ребенка и включиться в процесс поддержки.

Во время разговора рекомендуется:

– опираться на наблюдаемые факты и результаты диагностики;

– избегать оценочных суждений и ярлыков;

– говорить простым и понятным языком;

– акцентировать внимание не только на трудностях, но и на ресурсах ребенка;

– сохранять уважительное и партнерское отношение к семье;

– предлагать конкретные рекомендации и дальнейшие шаги;

– объяснять, почему важно обратить внимание на выявленные признаки;

– оставлять родителям возможность задавать вопросы и обсуждать свои переживания.

Особенно важно помнить, что выявленные признаки тревожности, эмоционального неблагополучия, буллинга, депрессивных проявлений или кризисных состояний не являются окончательным заключением о ребенке. Это сигналы, требующие внимания, дополнительного изучения и совместной работы взрослых.

Ниже представлены примерные формулировки бесед с родителями в наиболее распространенных ситуациях. Их можно использовать как основу для разговора, адаптируя под возраст ребенка, особенности семьи и конкретную ситуацию. Главная задача таких бесед – не вызвать тревогу у родителей, а помочь им стать союзниками в поддержке своего ребенка.

Беседа с родителями (начальные классы): алгоритм и примерная речь педагога-психолога

1. Начало разговора. Создание безопасного контакта

Цель: снизить тревогу родителей, настроить на сотрудничество.

Здравствуйте, спасибо, что нашли время прийти/подключиться к разговору. Я бы хотела спокойно обсудить ситуацию, которая касается вашего ребенка. Наша задача сейчас - не искать виноватых, а понять, как мы можем ему помочь.

Сразу скажу: я буду опираться на наблюдения и результаты диагностики. Это не диагноз, а информация, которая помогает нам лучше понять состояние ребенка.

2. Краткое и спокойное описание ситуации

Цель: обозначить причину встречи без оценок и пугающих формулировок.

В последнее время мы заметили, что у ребенка появились некоторые изменения в поведении и эмоциональном состоянии. Например, он/она стал(-а) чаще тревожиться, может быстрее уставать, иногда становится более замкнутым(-ой) или чувствительным(-ой) к ситуациям в классе.

Также в ходе наблюдения и диагностики мы увидели признаки, которые говорят о повышенной эмоциональной нагрузке.

3. Уточнение восприятия родителей

Цель: включить родителей в диалог, понять их наблюдения.

Скажите, пожалуйста, вы дома замечали что-то похожее? Например, изменения в настроении, сне, поведении или отношении к школе?

Как вам кажется, как он/она сейчас чувствует себя в целом?

(пауза, дать родителям высказаться)

4. Отражение и нормализация реакции

Цель: снизить защитную реакцию, не обесценить переживания.

Понимаю вас. Для родителей такие изменения всегда вызывают тревогу, это абсолютно нормально.

Важно, что вы это замечаете. Это уже большой ресурс – вы включены в ситуацию.

5. Объяснение сути состояния (простым языком)

Цель: дать понятное объяснение без ярлыков.

Сейчас мы видим не «проблему» в ребенке, а состояние повышенной эмоциональной нагрузки. В таком состоянии детям бывает сложнее справляться с учебой, общением, правилами и собственными эмоциями.

Чаще всего это связано не с чем-то одним, а с несколькими факторами: школьная нагрузка, отношения со сверстниками, чувствительность ребенка, события в семье или внутренние переживания.

6. Поддержка и снятие чувства вины у родителей

Цель: предотвратить обвинение себя или ребенка.

Очень важно: такие состояния не означают, что с ребенком «что-то не так» или что кто-то виноват. Это сигнал, что ему сейчас нужна дополнительная поддержка взрослых.

7. Обсуждение ресурсов ребенка

Цель: перейти от проблемы к опоре.

При этом у ребенка есть сильные стороны. Мы видим, что он/она может… (например, стараться, быть добрым, хорошо включаться в задания, быть внимательным к близким).

Это очень важно, потому что на эти качества мы можем опираться в работе.

8. Предложение плана помощи

Цель: дать понятный следующий шаг.

Сейчас важно не ждать, что ситуация пройдет сама, а мягко помочь ребенку справиться с этим состоянием.

Мы предлагаем следующий план:

- *наблюдение за состоянием ребенка в школе;*
- *поддержка со стороны педагога-психолога;*
- *при необходимости – индивидуальные встречи;*
- *и ваше участие дома через простые поддерживающие действия.*

9. Рекомендации родителям (простым языком)

Дома сейчас важно:

- больше спокойного контакта без давления;
- интересоваться состоянием ребенка без допроса;
- поддерживать режим сна и отдыха;
- не усиливать тревогу оценками и критикой;
- говорить: «я рядом», «ты можешь мне рассказать, если захочешь».

10. Завершение разговора

Цель: закрепить сотрудничество и снизить тревогу.

Мы будем держать с вами связь и наблюдать за состоянием ребенка. Если появятся новые моменты, мы обязательно обсудим их вместе.

Главное сейчас, чтобы ребенок чувствовал поддержку и дома, и в школе. В таких условиях дети обычно быстрее восстанавливаются.

Если у вас появятся вопросы – вы всегда можете обратиться ко мне.

Беседа с родителями (средние и старшие классы): алгоритм и примерная речь педагога-психолога

В работе с подростками разговор с родителями требует более точного баланса: с одной стороны – уважение к самостоятельности ребенка, с другой – внимательное отношение к эмоциональным и поведенческим изменениям. В этом возрасте подростки часто скрывают переживания, поэтому информация от школы может стать для семьи важным сигналом.

1. Начало разговора. Установление контакта

Цель: снизить тревогу, задать партнерский формат.

Здравствуйте, спасибо, что нашли время поговорить. Я хочу обсудить с вами ситуацию, которая касается вашего ребенка. Наша цель – не оценивать и не обвинять, а понять, что сейчас происходит и какая поддержка ему может быть полезна.

Я буду опираться на наблюдения в школе и результаты диагностики. Это не диагноз, а информация, которая помогает нам лучше понимать состояние подростка.

2. Краткое обозначение поводов для встречи

Цель: спокойно обозначить изменения без драматизации.

В последнее время мы заметили у вашего ребенка некоторые изменения: в эмоциональном состоянии, поведении или включенности в школьную жизнь.

Например, он/она может стать более замкнутым(-ой), раздражительным(-ой), уставать быстрее обычного, снижать активность, по-другому реагировать на замечания или учебные нагрузки.

3. Вопрос родителям: их наблюдения

Цель: включить семью в анализ ситуации.

Скажите, пожалуйста, вы дома замечали какие-то изменения в его/ее поведении или настроении?

Как вы сами сейчас оцениваете его/ее состояние?

(пауза, дать родителям высказаться)

4. Отражение позиции родителей и снижение напряжения

Цель: не усилить защиту и тревогу.

Я понимаю, что это может звучать неожиданно или вызывать тревогу. Для родителей подростков такие изменения часто становятся заметными не сразу.

Важно, что вы готовы это обсуждать – это уже серьезный ресурс для помощи ребенку.

5. Объяснение состояния подростка

Цель: дать понятную картину происходящего.

Сейчас мы говорим не о каком-то «нарушении», а о состоянии эмоциональной перегрузки или внутреннего напряжения. У подростков это может проявляться по-разному: через усталость, раздражительность, снижение мотивации, уход в себя или конфликтность.

Часто это связано не с одной причиной, а с совокупностью факторов: школа, отношения со сверстниками, самооценка, семейная атмосфера, внутренние переживания.

6. Важное уточнение: нормализация без обесценивания

Цель: убрать чувство вины и стыда у родителей и подростка.

Такие состояния – это не редкость в подростковом возрасте. Это не означает, что с ребенком что-то «не так». Это сигнал, что ему сейчас сложнее справляться с нагрузкой и эмоциями.

7. Уточнение ресурсов и сильных сторон подростка

Цель: сместить фокус с проблемы на опоры.

При этом у вашего ребенка есть сильные стороны. Мы видим, что он/она может… (например, быть ответственным, проявлять самостоятельность, иметь интересы, уметь включаться в задачи)».

Это важно, потому что именно на эти качества мы можем опираться в поддержке.

8. Обсуждение возможных причин (мягко, без давления)

Цель: расширить понимание ситуации.

Иногда подобные изменения могут быть связаны с нагрузкой в школе, отношениями со сверстниками, внутренними переживаниями или событиями вне школы».

«Если вы не против, мы можем вместе постепенно разобраться, что именно может влиять на его/ее состояние.

9. Предложение плана поддержки

Цель: дать понятные шаги, снизить тревогу родителей.

Сейчас важно не ждать, что ситуация «сама пройдет», а мягко поддержать подростка.

Мы предлагаем:

– наблюдение за состоянием в школе

– индивидуальные встречи с педагогом-психологом при необходимости

– поддерживающий контакт с семьей

– при необходимости – дополнительная диагностика или консультации специалистов.

10. Рекомендации родителям

Цель: дать простые и реалистичные действия.

Дома сейчас важно:

– не усиливать давление вопросами «что с тобой?»

– больше спокойного контакта без критики

– интересоваться состоянием без допроса

– поддерживать режим сна и отдыха

– давать ощущение принятия: «я рядом», «ты можешь говорить, когда будешь готов»

– избегать обесценивания («это ерунда», «перерастешь»).

11. Завершение беседы

Цель: закрепить сотрудничество.

Мы будем наблюдать за состоянием ребенка и держать с вами связь. Если появятся новые изменения, мы обязательно обсудим их вместе.

Главная задача сейчас – чтобы подросток чувствовал, что он не один и может получить поддержку и дома, и в школе.

Если у вас появятся вопросы – вы всегда можете обратиться ко мне.

ГЛАВА IV
РАБОТА С АВТОМАТИЗИРОВАННОЙ ПРОГРАММОЙ

Цифровая платформа является основным инструментом организации диагностической работы и психолого-педагогического сопровождения обучающихся в организации образования. Она позволяет специалистам своевременно проводить диагностику, анализировать результаты, отслеживать динамику эмоционального состояния детей и подростков, а также планировать дальнейшую работу по оказанию необходимой помощи.

Основными пользователями платформы являются педагог-психолог, социальный педагог и классный руководитель. Каждый из специалистов выполняет свою профессиональную функцию и отвечает за свое направление работы с обучающимся.

Педагог-психолог организует и проводит диагностику, анализирует результаты, определяет необходимость углубленной диагностики, формирует группы психолого-педагогического внимания, разрабатывает маршрут сопровождения и осуществляет психологическую помощь обучающемуся.

Социальный педагог анализирует социальную ситуацию развития ребенка, изучает семейные и социальные факторы риска, организует взаимодействие с семьей и, при необходимости, с организациями системы профилактики, а также участвует в реализации мероприятий по сопровождению обучающегося.

Классный руководитель ежедневно наблюдает за обучающимися в образовательной среде, своевременно замечает изменения в поведении, эмоциональном состоянии, взаимоотношениях со сверстниками и

учебной деятельности, информирует специалистов сопровождения о выявленных особенностях и участвует в реализации рекомендаций в условиях класса.

Работа платформы основана на принципе ***междисциплинарного взаимодействия.*** Каждый специалист работает в пределах своей компетенции, однако эффективное сопровождение возможно только при постоянном обмене информацией и согласованных действиях всех участников психолого-педагогического сопровождения. Такой подход позволяет своевременно выявлять трудности, комплексно оценивать ситуацию и выстраивать единый маршрут помощи ребенку.

Через личный кабинет специалисты получают доступ к календарю диагностики, диагностическим методикам, результатам обучающихся, статистическим данным, аналитической информации и другим инструментам, необходимым для организации психолого-педагогического сопровождения. Доступ к информации осуществляется в соответствии с функциональными обязанностями специалиста и с обязательным соблюдением требований конфиденциальности, защиты персональных данных и принципов профессиональной этики. Полученные сведения используются исключительно в интересах обучающегося и для организации своевременной психолого-педагогической помощи.

Использование платформы позволяет не только автоматизировать процесс диагностики, но и сделать работу специалистов более последовательной и согласованной. С ее помощью можно контролировать сроки проведения диагностики, анализировать результаты отдельных обучающихся, классов и организации образования в целом, своевременно выявлять детей, нуждающихся в

дополнительном внимании, и оценивать эффективность проводимой работы.

! Важно

Цифровая платформа является профессиональным инструментом поддержки принятия решений, а не системой, самостоятельно определяющей состояние ребенка.

Ни один результат диагностики не должен рассматриваться отдельно от других данных. Окончательные выводы всегда делаются специалистами на основе комплексного анализа результатов диагностики, наблюдения, беседы с обучающимся, информации от педагогов и родителей (законных представителей), а также результатов углубленной диагностики.

Главная задача платформы – объединить работу специалистов в единую систему психолого-педагогического сопровождения, обеспечив своевременное выявление трудностей, эффективное взаимодействие между участниками сопровождения и принятие обоснованных профессиональных решений в интересах каждого обучающегося.

ПОШАГОВЫЙ АЛГОРИТМ РАБОТЫ

Общий вход в систему

КУДА СМОТРЕТЬ НА ЭКРАНЕ

1. Окно входа в систему на главной странице платформы.
2. Кнопка выбора языка интерфейса (казахский / русский) в верхней части окна.
3. Окно выбора роли, которое появляется после нажатия «Войти».

Алгоритм входа в систему (единый для всех ролей)

1. Откройте главную страницу платформы.
2. Выберите язык интерфейса – казахский или русский.
3. Нажмите кнопку «Войти».
4. В открывшемся окне выберите свою роль:
   - «Я специалист» (для психолога и социального педагога);
   - «Я учитель» (для классного руководителя);
   - Ученики выбирают «Я ученик».
5. Введите логин своего аккаунта.
6. Введите пароль своего аккаунта.
7. Нажмите кнопку «Войти» еще раз, чтобы попасть в личный кабинет.

> **! ВАЖНО**
>
> Логин и пароль индивидуальны для каждого специалиста и школы. Не передавайте свои данные для входа коллегам – все действия в системе фиксируются под конкретным пользователем.

ЛИЧНЫЙ КАБИНЕТ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА

Здесь специалист видит общую картину психологического благополучия всех учеников школы, работает с зонами риска, ведет консультации и сопровождение, а также при необходимости направляет случай на более высокий уровень поддержки – в Центр психолого-педагогической поддержки (ЦПП) и/или к другим специалистам.

1.1. Главная страница педагога-психолога

ДЛЯ КОГО ЭТОТ РАЗДЕЛ

Педагог-психолог организации образования.

КУДА СМОТРЕТЬ НА ЭКРАНЕ

1. В верхней части экрана – название школы и района.

2. Список месяцев: при выборе месяца открывается перечень учеников, прошедших диагностику в этот период.
3. Слева – список всех классов, литеры классов расположены в верхней части списка.
4. Статус каждого ученика: прошел диагностику / не прошел / проведена работа по результатам диагностики.
5. Ниже – социальный статус всех учеников (заполняется социальным педагогом, педагог-психолог видит эти данные).

Главная страница является рабочей панелью педагога-психолога и позволяет за несколько минут получить общее представление о текущей ситуации в организации образования. Здесь собрана наиболее важная информация о прохождении диагностики, распределении обучающихся по зонам психолого-педагогического внимания, новых случаях самообращения, обращениях со стороны взрослых, а также о детях, находящихся на психолого-педагогическом сопровождении. Благодаря этому специалисту не нужно открывать карточку каждого обучающегося отдельно, чтобы оценить общую ситуацию.

Рекомендуется начинать каждый рабочий день именно с главной страницы. Это позволяет своевременно увидеть изменения, произошедшие после проведения диагностики или работы других специалистов, проверить, не появились ли новые обучающиеся в желтой или красной зонах, обратить внимание на детей, самостоятельно обратившихся за помощью, а также ознакомиться с новыми записями классного руководителя или социального педагога.

Ежедневный просмотр главной страницы помогает педагогу-психологу правильно расставлять приоритеты в работе. В первую очередь специалист может определить, кому необходимо уделить внимание незамедлительно, кого пригласить на индивидуальную

беседу, кому требуется углубленная диагностика, а по каким обучающимся достаточно продолжить плановое сопровождение. Такой подход позволяет своевременно реагировать на изменения в эмоциональном состоянии детей, не упускать случаи, требующие повышенного внимания, и выстраивать работу не по отдельным обращениям, а системно и последовательно.

Важно помнить, что информация на главной странице является отправной точкой для анализа, а не окончательным основанием для выводов. Все выявленные изменения необходимо рассматривать в комплексе с результатами диагностики, наблюдением, данными классного руководителя, социального педагога, беседой с ребенком и другой значимой информацией. Только комплексный анализ позволяет объективно оценить ситуацию и определить дальнейший маршрут психолого-педагогического сопровождения.

СОВЕТ ДЛЯ РАБОТЫ

Проверяйте главную страницу не реже одного раза в день – система не присылает push-уведомление о новом ребенке в зоне риска, если только явно не запланирована встреча, поэтому визуальный контроль остается ответственностью педагога-психолога.

1.2. Раздел «Зоны» и работа со списком детей

ДЛЯ КОГО ЭТОТ РАЗДЕЛ

Педагог-психолог – как основной пользователь для оперативного реагирования.

Администрация школы – для контроля общей статистики (доступ на просмотр).

КУДА СМОТРЕТЬ НА ЭКРАНЕ

1. Раздел «Зоны» расположен под перечнем классов на главной странице.
2. Внутри раздела – семь категорий:
   1. все ученики школы;
   2. красная зона, желтая зона;

3. группа сопровождения;
4. самообращение;
5. зеленая зона;
6. значимые маркерные ответы.

3. При нажатии на любую зону открывается список всех детей, относящихся к этой группе.

Разделение на зоны необходимо не для оценки ребенка и не для присвоения ему какого-либо «статуса», а для организации дальнейшей работы специалиста. Цветовая зона помогает педагогу-психологу быстро определить уровень необходимого внимания к обучающемуся, расставить приоритеты и спланировать последовательность дальнейших действий.

Каждая зона отражает необходимость определенного объема психолого-педагогической помощи. Для одних обучающихся может быть достаточно наблюдения и повторной оценки состояния через определенное время, для других потребуется проведение углубленной диагностики, индивидуальной беседы, консультирования, включения в психолого-педагогическое сопровождение или привлечение других специалистов организации образования.

Важно помнить, что цветовая зона сама по себе не позволяет сделать окончательные выводы о психологическом состоянии ребенка. Она лишь указывает на необходимость более внимательного анализа результатов и определения дальнейших действий специалиста. Это ориентир для специалиста, который указывает на необходимость более внимательного анализа результатов. Окончательное решение всегда принимается только после комплексной оценки, включающей результаты диагностики, наблюдение за ребенком, беседу с ним,

информацию от классного руководителя, социального педагога, родителей (законных представителей) и другие значимые сведения.

Действие	*На что обратить внимание*
Красная зона	Высокий уровень риска. Приоритет для консультации педагога-психолога и, при необходимости, направления в ЦПП.
Желтая зона	Умеренный уровень риска. Плановое сопровождение, наблюдение динамики.
Зеленая зона	Благополучные показатели по результатам диагностики.
Группа сопровождения	Дети, уже включенные в системную коррекционную или консультативную работу.
Самообращение	Случаи, когда ребенок обратился за помощью самостоятельно.
Значимые маркерные ответы	Отдельные ответы в опросниках, требующие внимания вне зависимости от итоговой зоны.

Алгоритм работы с зонами

1. На главной странице найдите раздел «Зоны».
2. Выберите интересующую зону (например, «красная зона»).
3. Изучите открывшийся список детей, относящихся к этой зоне.
4. Определите приоритет работы: в первую очередь уделяйте внимание детям красной зоны, затем – желтой.
5. Переходите в карточку конкретного ученика для дальнейшей работы.

1.3. Карточка ученика: структура и навигация

ДЛЯ КОГО ЭТОТ РАЗДЕЛ

Педагог-психолог, социальный педагог и классный руководитель – каждый видит карточку, но заполняет только свой раздел.

КУДА СМОТРЕТЬ НА ЭКРАНЕ

1. Открывается нажатием на имя пользователя ученика в любом списке.
2. В верхней части карточки: имя пользователя, класс, литера, школа, район.
3. Карточка состоит из четырех основных разделов: **«Педагог-психолог», «Социальный педагог», «Классный руководитель», «История перемещения ученика».**

Карточка ученика – это единое информационное пространство, в котором объединены данные от всех трех специалистов сопровождения. Такая структура реализует принцип междисциплинарной команды: педагог-психолог видит, какая работа с ребенком уже ведется социальным педагогом и классным руководителем, что позволяет избежать дублирования усилий и выстроить согласованную стратегию помощи.

ВАЖНО

Педагог-психолог может редактировать только раздел «Педагог-психолог». Разделы «Социальный педагог» и «Классный руководитель» доступны педагогу-психологу только для просмотра – вносить в них изменения нельзя.

1.4. Раздел «Педагог-психолог»

ДЛЯ КОГО ЭТОТ РАЗДЕЛ

Педагог-психолог – единственный специалист, имеющий право заполнения этого раздела.

КУДА СМОТРЕТЬ НА ЭКРАНЕ

1. После открытия карточки ученика выберите вкладку «Педагог-психолог».
2. Внутри раздела последовательно расположены: результаты опросников, консультации педагога-психолога, сопровождение педагога-психолога, мероприятия педагога-психолога, направление в ЦПП, блок трудностей, детали мероприятий педагога-психолога.

Каждый из перечисленных подразделов можно открыть отдельно и подробно изучить содержащуюся в нем информацию. Далее в руководстве каждый из подразделов, доступных для самостоятельного заполнения педагогом-психологом, разобран как отдельный пошаговый алгоритм: консультация, сопровождение, направление в ЦПП, блок трудностей и детали мероприятия.

1.5. Алгоритм: заполнение консультации педагога-психолога

ДЛЯ КОГО ЭТОТ РАЗДЕЛ

Педагог-психолог.

КУДА СМОТРЕТЬ НА ЭКРАНЕ

1. Раздел «Консультация педагога-психолога» внутри карточки ученика.
2. Два обязательных смысловых поля: «Причина» и «Работа с причиной».
3. Кнопка «Сохранить» и автоматически открывающийся календарь для выбора даты следующей встречи.

Пошаговый алгоритм

1. Выберите нужного ученика из списка на главной странице или в разделе «Зоны».
2. Откройте его карточку, нажав на имя пользователя.
3. Перейдите в раздел «Консультация педагога-психолога».
4. Внесите информацию о проведенной консультации, заполнив поля «Причина» и «Работа с причиной» (подробности – ниже).
5. Нажмите кнопку «Сохранить».
6. Выберите дату следующей консультации – для этого автоматически откроется календарь.
7. Укажите необходимую дату.
8. При необходимости оставьте ученика в текущем статусе (зоне) или измените его статус.
9. После заполнения всех данных нажмите кнопку «Сохранить» еще раз, чтобы окончательно зафиксировать запись.

После сохранения консультация автоматически добавляется в систему, а уведомление о следующей встрече появится в разделе уведомлений накануне назначенной даты.

Как правильно заполнять поле «Причина»

Если обучающийся находится в желтой или красной зоне, это означает, что результаты диагностики требуют более внимательного анализа. Однако сама зона не является причиной сопровождения. Задача педагога-психолога – определить, какие именно трудности лежат в основе полученного результата, и отразить их в поле «Причина».

При заполнении этого поля важно не ограничиваться общими формулировками, такими как «есть трудности», «эмоциональные проблемы», «сложная ситуация» или «ребенок нуждается в помощи». Такие записи не позволяют понять, с чем именно предстоит работать специалисту и какие меры сопровождения необходимы.

Формулировка должна быть максимально конкретной, профессиональной и отражать основную проблему, выявленную в ходе комплексной оценки. При определении причины необходимо учитывать не только результаты диагностики, но и данные наблюдения, индивидуальной беседы, информацию классного руководителя, социального педагога, родителей (законных представителей), а также другие значимые сведения о ситуации обучающегося.

Например, вместо общей записи «есть трудности» рекомендуется указывать:

- ✔ «повышенный уровень тревожности, связанный с конфликтом в классе»;
- ✔ «признаки эмоционального неблагополучия на фоне высокой учебной нагрузки»;
- ✔ «трудности социальной адаптации после перехода в новый коллектив»;

✔ «снижение эмоционального фона, сопровождающееся социальной изоляцией»;

✔ «выраженные переживания, связанные с семейной ситуацией».

Чем точнее сформулирована причина, тем легче определить дальнейший маршрут психолого-педагогического сопровождения: выбрать необходимые формы работы, определить цели консультаций, принять решение о проведении углубленной диагностики, привлечении других специалистов или направлении в ЦПП. Кроме того, качественно заполненное поле «Причина» позволяет отслеживать динамику состояния обучающегося, оценивать эффективность проводимой работы и обеспечивает преемственность сопровождения, если с ребенком впоследствии будут работать другие специалисты.

Важно учитывать, что у одного обучающегося нередко выявляется сразу несколько взаимосвязанных трудностей. Например, повышенная тревожность может быть связана с длительным буллингом, снижение успеваемости – с эмоциональным истощением, а агрессивное поведение – с напряженной семейной ситуацией. Поэтому при заполнении поля «Причина» рекомендуется выделить не только основную проблему, с которой предстоит работать в первую очередь, но и, по возможности, указать ее вероятную глубинную причину.

Такой подход помогает увидеть ситуацию комплексно, определить истинные факторы, влияющие на состояние ребенка, и выстроить более эффективный маршрут психолого-педагогического сопровождения.

Важно помнить, что работа только с внешними проявлениями без понимания причин их возникновения часто не приводит к устойчивым положительным изменениям.

ВАЖНО

Выявленную причину необходимо обязательно зафиксировать в разделе «Причина» – без этого запись консультации считается неполной с методической точки зрения.

Как правильно заполнять поле «Работа с причиной»

После определения причины начинается коррекционная или консультативная работа. Все проведенные мероприятия, используемые методы и динамика работы должны последовательно отражаться именно в этом разделе. Важно описывать: какие конкретно действия предпринимаются для решения выявленной проблемы, какие рекомендации даются ребенку, родителям или педагогам, и какие изменения наблюдаются в процессе сопровождения.

Таким образом, качественно заполненная консультация должна содержать три обязательных элемента:

- ✔ четко сформулированную причину обращения или выявленной трудности;
- ✔ развернутое описание проводимой работы с данной причиной;
- ✔ последовательную фиксацию всех этапов психологического сопровождения от начала до завершения случая.

СОВЕТ ДЛЯ РАБОТЫ

Все записи консультаций должны быть профессиональными, конкретными, объективными и отражать реальную ситуацию. Формулировки должны быть понятны любому специалисту, который при необходимости будет сопровождать ребенка или продолжит работу с ним.

1.6. Алгоритм: сопровождение педагога-психолога

ДЛЯ КОГО ЭТОТ РАЗДЕЛ

Педагог-психолог.

КУДА СМОТРЕТЬ НА ЭКРАНЕ

1. Раздел «Сопровождение педагога-психолога» внутри раздела «Педагог-психолог» в карточке ученика.
2. Кнопка «+» для добавления нового мероприятия.

Раздел «Сопровождение педагога-психолога» предназначен для системной фиксации всех мероприятий, проведенных педагогом-психологом в рамках длительной работы с ребенком – в отличие от разовой консультации, здесь отражается вся траектория сопровождения.

Пошаговый алгоритм

1. Откройте карточку ученика и перейдите в раздел «Сопровождение педагога-психолога».
2. Нажмите на кнопку «+», чтобы добавить новое мероприятие.
3. Заполните карточку мероприятия: укажите проведенное мероприятие.
4. Подробно опишите ход работы, наблюдения, результаты или содержание проведенной деятельности.
5. Нажмите кнопку «Сохранить».
6. При необходимости сразу назначьте дату следующего мероприятия либо завершите заполнение, если продолжение не требуется.

1.7. Алгоритм: направление в ЦПП

ДЛЯ КОГО ЭТОТ РАЗДЕЛ

Педагог-психолог – оформляет направление, когда ресурсов школы недостаточно.

КУДА СМОТРЕТЬ НА ЭКРАНЕ

1. Значок «+» в разделе «Направление в ЦПП».

Пошаговый алгоритм

1. Нажмите на значок «+» в разделе «Направление в ЦПП».
2. Выберите тему обращения и кратко укажите причину направления ребенка.
3. Подробно опишите возникшую проблему, дайте необходимые пояснения.
4. Укажите, какая именно помощь требуется ребенку со стороны ЦПП.
5. Перечислите мероприятия, которые уже были проведены специалистами школы до направления.
6. Выберите организацию-получателя: ЦПП.

Направление в ЦПП оформляется не при любых трудностях, а в тех случаях, когда возможностей специалистов организации образования недостаточно для оказания необходимой психолого-педагогической помощи и требуется сопровождение специалистов Центра психологической поддержки (ЦПП).

Основаниями для направления могут быть:

✔ выявление выраженных признаков эмоционального неблагополучия, которые сохраняются или усиливаются, несмотря на проводимую работу в школе;

✔ высокий или сохраняющийся суицидальный риск, случаи самоповреждающего поведения, повторяющиеся суицидальные высказывания;

✔ последствия насилия, жестокого обращения, тяжелых психотравмирующих событий, требующие длительного сопровождения;

✔ сложные случаи буллинга, конфликтов или социальной дезадаптации, которые не удается разрешить силами школы;

✔ отсутствие положительной динамики после проведенных мероприятий психолого-педагогического сопровождения;

✔ необходимость разработки индивидуального маршрута сопровождения совместно со специалистами ЦПП;

✔ необходимость получения методической, консультативной или супервизионной помощи для педагога-психолога по сложному случаю;

✔ случаи, требующие межведомственного взаимодействия и координации работы нескольких служб.

ВАЖНО

Направление в ЦПП не означает, что школьный педагог-психолог прекращает сопровождение обучающегося. Работа продолжается во взаимодействии со специалистами Центра психологической поддержки. Основная цель такого взаимодействия – обеспечить ребенку своевременную и наиболее эффективную помощь, объединив ресурсы организации образования и специалистов ЦПП.

1.8. Алгоритм: блок трудностей

ДЛЯ КОГО ЭТОТ РАЗДЕЛ

Педагог-психолог – при необходимости эскалации проблемы на уровень выше школы.

КУДА СМОТРЕТЬ НА ЭКРАНЕ

1. Значок «+» в разделе «Блок трудностей».
2. Выбор получателя обращения:
   - ✔ Центр поддержки семьи, соцзащита / социальная служба, акимат;
   - ✔ ЦПП, ЦПЗ / медицинская организация;
   - ✔ орган опеки, УЗПД, КДН, ИДН / полиция;
   - ✔ другие местные службы по ситуации.

Если действия на уровне школы и местных служб не помогли либо отсутствует реакция, применяется иерархия эскалации: **111 → КОПД → РУПР → УПР.**

111 используется для срочной консультации, фиксации обращения или помощи при отсутствии реакции.

КОПД, РУПР и УПР не являются первичным адресатом по каждому случаю; они указываются при нерешении вопроса или необходимости дальнейшего реагирования.

Пошаговый алгоритм

1. Нажмите на значок «+» в разделе «Блок трудностей».
2. Укажите тему возникшей трудности.
3. Подробно опишите ситуацию и оставьте необходимые комментарии.
4. Укажите, какие вопросы уже удалось решить, а какие остаются нерешенными.
5. Отметьте, предпринимаются ли меры по решению проблемы на уровне школы.
6. Если проблему невозможно решить силами организации образования и требуется вмешательство вышестоящих органов – выберите получателя обращения: ЦПП, региональный или республиканский уполномоченный орган (РУПР, КОПД).
7. Отправьте обращение.

ВАЖНО

Информация из блока трудностей направляется непосредственно в соответствующие уполномоченные органы. Перед отправкой обязательно убедитесь, что проблема действительно не может быть решена на уровне школы и требует внешнего вмешательства – это не рядовой инструмент документирования, а канал эскалации.

1.9. Алгоритм: детали мероприятия педагога-психолога

ДЛЯ КОГО ЭТОТ РАЗДЕЛ

Педагог-психолог.

КУДА СМОТРЕТЬ НА ЭКРАНЕ

Соответствующая карточка мероприятия в разделе «Детали мероприятия педагога-психолога».

Пошаговый алгоритм

1. Откройте соответствующую карточку мероприятия.
2. Заполните все необходимые сведения.
3. Ответьте на предложенные вопросы, отметив соответствующие варианты.
4. Нажмите кнопку «Сохранить».

После сохранения вся информация о проведенном мероприятии становится доступной в данном разделе для последующего просмотра и анализа. На этом заполнение раздела «Педагог-психолог» в карточке ученика завершено.

1.10. Разделы «Социальный педагог» и «Классный руководитель» (только просмотр)

ДЛЯ КОГО ЭТОТ РАЗДЕЛ

Педагог-психолог – доступ только для чтения, без права редактирования.

КУДА СМОТРЕТЬ НА ЭКРАНЕ

1. В разделе «Социальный педагог»: социальная карта ребенка, мероприятия социального педагога, направление в ЦПП, блок трудностей.
2. В разделе «Классный руководитель»: информация о работе классного руководителя и проведенных им мероприятиях; данные можно просмотреть или скачать.

Все данные раздела «Социальный педагог» заполняются исключительно социальным педагогом – педагог-психолог может только просматривать эту информацию, но не имеет возможности

редактировать или вносить изменения. Аналогично раздел «Классный руководитель» отражает работу классного руководителя и доступен педагогу-психологу для ознакомления и, при необходимости, для скачивания.

Почему педагогу-психологу важно изучать эти разделы

Перед проведением консультации рекомендуется ознакомиться с информацией, внесенной социальным педагогом и классным руководителем. Это позволяет получить более полное представление о ситуации обучающегося, увидеть ее не только с психологической, но и с социальной и педагогической стороны.

Информация социального педагога помогает педагогу-психологу обратить внимание на возможные семейные трудности, особенности условий проживания, материально-бытовые факторы, случаи неблагополучия, пропуски занятий, проблемы поведения, взаимоотношения с семьей и другие обстоятельства, которые могут оказывать влияние на эмоциональное состояние ребенка.

Информация классного руководителя позволяет понять, как обучающийся проявляет себя в повседневной школьной жизни: как взаимодействует со сверстниками и педагогами, изменилось ли его поведение, успеваемость, посещаемость, настроение, активность на уроках, а также какие меры поддержки уже предпринимались.

Комплексный анализ информации, внесенной всеми специалистами сопровождения, позволяет избежать дублирования работы, точнее определить причины выявленных трудностей и выстроить единый маршрут психолого-педагогического сопровождения обучающегося.

СОВЕТ ДЛЯ РАБОТЫ

Перед проведением консультации рекомендуется сначала ознакомиться с записями социального педагога и классного руководителя, а затем анализировать результаты диагностики. Такой подход помогает увидеть ситуацию целостно, сопоставить данные разных специалистов и определить наиболее эффективную стратегию дальнейшей работы с обучающимся.

1.11. Раздел «История перемещения ученика»

ДЛЯ КОГО ЭТОТ РАЗДЕЛ

Все специалисты – доступ для просмотра истории конкретного ребенка.

КУДА СМОТРЕТЬ НА ЭКРАНЕ

1. Дата создания аккаунта.
2. Дата поступления в школу.
3. Текущий статус ученика.
4. Даты изменения статусов.
5. Сохраненные сведения о ребенке.

Здесь хранится полная история изменений по ребенку: все действия автоматически фиксируются и сохраняются системой. Это позволяет отследить траекторию сопровождения ребенка на протяжении всего периода его обучения в школе, включая переходы между статусами и зонами риска. После просмотра информации можно вернуться на главную страницу личного кабинета.

ОБЩИЕ РАЗДЕЛЫ ПЛАТФОРМЫ

Помимо разделов, закрепленных за конкретной ролью, платформа содержит ряд общих инструментов, доступных всем специалистам сопровождения. Они расположены рядом с главным кабинетом и служат для анализа общей ситуации, работы с диагностическими материалами и своевременного получения уведомлений.

2.1. Раздел «Статистика»

ДЛЯ КОГО ЭТОТ РАЗДЕЛ

Педагог-психолог, социальный педагог, классный руководитель, администрация школы.

КУДА СМОТРЕТЬ НА ЭКРАНЕ

1. Результаты скрининга по классам.
2. Структура групп (зон).
3. Динамика прохождения диагностики за последние 8 дней.
4. Общий охват диагностикой.

В разделе статистики также отображаются:

- ✔ статистика по красной, желтой и зеленой зонам;
- ✔ количество учеников, прошедших и не прошедших опросники;
- ✔ выполнение работы по результатам диагностики;
- ✔ количество детей, находящихся на сопровождении.

Кроме того, отображается динамика изменения статусов учеников. В течение учебного года здесь фиксируются все переходы, например,

- переход из красной зоны в желтую;
- из желтой в зеленую;
- из зеленой в желтую или красную.

Все изменения отображаются в данном разделе автоматически, без дополнительных действий со стороны специалиста.

СОВЕТ ДЛЯ РАБОТЫ

Используйте раздел «Статистика» для подготовки отчетов и для оценки эффективности собственной работы: устойчивое движение детей из красной и желтой зон в зеленую – хороший индикатор результативности сопровождения.

2.2. Раздел «Опросники»

ДЛЯ КОГО ЭТОТ РАЗДЕЛ

Педагог-психолог – как основной пользователь диагностических материалов.

КУДА СМОТРЕТЬ НА ЭКРАНЕ

1. Методические рекомендации.
2. Ключи оценивания.
3. Названия методик.
4. Вопросы и варианты ответов.
5. Критерии распределения по зонам.

В этом разделе сосредоточена вся информация по диагностическим методикам, используемым на платформе. Он служит справочником: если возникает вопрос, почему ребенок оказался в той или иной зоне, или как трактовать конкретный ответ, педагог-психолог может обратиться именно сюда и свериться с ключами оценивания и критериями распределения.

4.3. Раздел «Календарь диагностик»

ДЛЯ КОГО ЭТОТ РАЗДЕЛ

Педагог-психолог – планирование диагностической работы на учебный год.

КУДА СМОТРЕТЬ НА ЭКРАНЕ

1. План проведения первичной и углубленной диагностики на весь учебный год.
2. Сроки проведения диагностик.
3. Периоды работы по результатам.
4. Возрастные группы.
5. Последовательность перехода от первичной диагностики к углубленной.

Календарь диагностик – важный инструмент годового планирования: он показывает не только когда проводится диагностика, но и логику перехода от первичного скрининга к углубленной диагностике для тех детей, у кого выявлены риски. Рекомендуется сверяться с этим разделом в начале каждой четверти, чтобы не пропустить сроки проведения плановых обследований.

4.4. Раздел «Учебный год»

ДЛЯ КОГО ЭТОТ РАЗДЕЛ

Все специалисты.

КУДА СМОТРЕТЬ НА ЭКРАНЕ

Выбор нужного учебного года, например 2025–2026 или 2026–2027.

Пошаговый алгоритм

1. Откройте раздел «Учебный год».
2. Выберите нужный учебный год из списка.

После выбора автоматически отображаются все данные, относящиеся к соответствующему учебному периоду, – это удобно для сравнительного анализа динамики между годами.

4.5. Раздел «Уведомления»

ДЛЯ КОГО ЭТОТ РАЗДЕЛ

Все специалисты.

КУДА СМОТРЕТЬ НА ЭКРАНЕ

1. Значок колокольчика расположен рядом с разделом «Учебный год».
2. Значок становится красным при появлении новых уведомлений.

Если при заполнении консультации была назначена следующая встреча, то за один день до нее система автоматически отправит уведомление, а значок колокольчика станет красным. Помимо напоминаний о встречах, сюда поступают все уведомления от педагога-психолога, социального педагога и классного руководителя – включая сообщения о тревожных наблюдениях, направленные через карточку ученика.

СОВЕТ ДЛЯ РАБОТЫ

Проверяйте значок уведомлений в начале и в конце рабочего дня – это позволит не пропустить ни запланированную консультацию, ни срочное сообщение от коллеги.

ИТОГОВАЯ ПАМЯТКА-ЧЕК-ЛИСТ

для педагога-психолога, социального педагога, классного руководителя

Используйте этот чек-лист как настольную «шпаргалку» после того, как ознакомитесь с полным алгоритмом работы в системе. Каждый пункт содержит не только само действие, но и пояснение, зачем оно нужно, а также рекомендуемую периодичность выполнения. Отмечайте выполненные пункты галочкой – так проще контролировать регулярность собственной работы.

Чек-лист педагога-психолога

5 ключевых действий, которые формируют ежедневную и еженедельную практику педагога-психолога

	Действие	Периодичность
☐	**Ежедневно проверять главную страницу и раздел «Зоны»** Начинайте просмотр строго с красной зоны, затем переходите к желтой. Это позволяет вовремя заметить нового ребенка в зоне риска и не пропустить срочный случай.	**Ежедневно**
☐	**Заполнять «Причину» и «Работу с причиной» при каждой консультации** Не ограничивайтесь фиксацией факта встречи: четко формулируйте, почему ребенок оказался в зоне риска, и последовательно описывайте предпринятые шаги, методы и динамику. Запись без обеих частей считается неполной.	**При каждой консультации**
☐	**Направлять в ЦПП только при исчерпании собственных ресурсов школы** Направление – это следующая ступень помощи, а не замена консультативной работы педагога-психолога.	**По необходимости**

	Перед оформлением убедитесь, что случай действительно выходит за пределы возможностей школы.	
☐	**Использовать блок трудностей как канал эскалации** Информация из этого раздела уходит напрямую в уполномоченные органы (ЦПП, региональный или республиканский орган). Не используйте его как обычный рабочий журнал – только для случаев, которые школа не может решить самостоятельно.	**По необходимости**
☐	**Регулярно просматривать разделы социального педагога и классного руководителя** Это разделы только для чтения, но именно они дают полную картину ситуации ребенка и позволяют не дублировать работу, уже проведенную коллегами.	**Еженедельно**

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Работа педагога-психолога – одна из немногих профессий, в которой невозможно работать только по инструкции. Даже самые подробные алгоритмы не могут предусмотреть каждую ситуацию, потому что за каждой историей стоит ребенок со своим характером, своими переживаниями, своим жизненным опытом и своим способом справляться с трудностями.

Мы искренне надеемся, что этот практикум станет для вас не просто методическим пособием, а надежным помощником в ежедневной работе. Не книгой, которую однажды прочитали и поставили на полку, а рабочим инструментом, к которому можно возвращаться снова и снова: чтобы освежить алгоритм, найти нужную формулировку, проверить свои действия или просто убедиться, что вы двигаетесь в правильном направлении.

Важно помнить, что эффективность психолого-педагогического сопровождения зависит не только от того, насколько хорошо специалист владеет диагностическими методиками, знает нормативные документы или умеет анализировать результаты. Не менее важным остается сам педагог-психолог – его внутреннее состояние, профессиональная уверенность, способность сохранять спокойствие в сложных ситуациях, внимательно слушать и видеть за цифрами, баллами и цветными зонами живого ребенка.

Иногда именно спокойствие взрослого помогает ребенку почувствовать себя в безопасности. Иногда одно сказанное вовремя слово становится началом доверия. А иногда самым важным

оказывается не найденный ответ, а готовность специалиста оставаться рядом и вместе искать решение.

Не стремитесь быть идеальным педагогом-психологом. Стремитесь быть внимательным, последовательным и честным в своей работе. Не бойтесь обращаться за консультацией к коллегам, обсуждать сложные случаи, просить супервизионную поддержку и признавать, что некоторые ситуации требуют командной работы. Настоящий профессионал – это не тот, кто знает ответы на все вопросы, а тот, кто понимает границы своей компетентности и всегда действует в интересах ребенка.

Берегите и собственные внутренние ресурсы. Каждый день вы встречаетесь с детскими переживаниями, семейными конфликтами, тревогой, болью и кризисными ситуациями. Такая работа требует больших эмоциональных сил. Поэтому забота о своем психологическом благополучии – это важное условие профессиональной устойчивости. Отдохнувший, спокойный и эмоционально устойчивый специалист способен оказать ребенку гораздо более качественную помощь, чем педагог-психолог, работающий на пределе своих возможностей.

Пусть в вашей работе будет как можно больше моментов, когда дети начинают снова улыбаться, родители становятся союзниками, педагоги готовы к сотрудничеству, а самые сложные ситуации постепенно находят свое решение. Пусть профессиональные знания помогают принимать уверенные решения, опыт – видеть главное, а человеческое отношение – сохранять доверие детей и взрослых.

И самое главное – никогда не забывайте, что для ребенка встреча с педагогом-психологом может стать одним из самых важных событий в его жизни. Возможно, именно вы окажетесь тем взрослым, который

впервые внимательно выслушает его, не осудит, поверит ему и поможет почувствовать, что он не один.

Спасибо вам за ваш труд, терпение, профессионализм и искреннее желание помогать детям. Именно благодаря таким специалистам в организациях образования появляются безопасное пространство, доверие и надежда. Пусть ваша работа приносит не только профессиональные результаты, но и чувство того, что каждый день вы действительно меняете чью-то жизнь к лучшему.