



Профилактика деструктивного поведения обучающихся 5-9 классов во время летних каникул

АВТОР: Суркова Елена Юрьевна, педагог-психолог,
высшая квалификационная категория

11.06.2025

Актуальность

- ослабление воспитательного влияния взрослых (родители, классный руководитель, педагоги);
- снижение организованного взаимодействия педагога-психолога с подростками
↔ сохранение потребности в психологической поддержке
- увеличение свободного времени у подростков → увеличение факторов риска:
 - ❖ противоправные действия и криминальные риски;
 - ❖ зависимости;
 - ❖ одиночество;
 - ❖ повышенная опасность травматизма.

Консультативное направление

ЦЕЛЬ:

1. Поддержка психического здоровья подростков в период нестабильности (смена режима, избыток свободного времени);
2. Профилактика девиаций;
3. Помощь в адаптации (в лагерях, новых компаниях, при семейных конфликтах);
4. Кризисное консультирование.

Подростки

- трудности в общении (сверстники/родители);
- страхи, тревога, одиночество;
- проблемы самооценки;
- зависимости.
- Методы работы
- выявление иррациональных установок, рефрейминг, рефлексия;
- разработка плана альтернативной активности;
- арт-терапия;
- обучение навыкам саморегуляции (в т.ч. трекары настроения).

Родители

- построение доверительных отношений с подростком;
- работа с границами во взаимоотношениях с подростком;
- маркеры скрытых проблем.
- Методы работы
- помощь в осознании проблем (мотивационное интервьюирование);
- разбор конфликтов;
- рекомендации по альтернативному досугу, совместной конструктивной деятельности;
- информирование об алгоритме действий в кризисных ситуациях.

Формат организации консультативной работы:

Он-лайн формат:

- Чат-бот с выходом на специалиста и дальнейшей видеоконсультацией;
- Соцсети (телеграм-канал специалиста с разбором типовой ситуации и алгоритмом действий).

Офлайн-формат:

- В детских лагерях (выездные консультации);
- В школах (при наличии летних площадок).



Просветительское направление

Групповые тренинги для подростков:

- коммуникативные тренинги (конструктивное общение);
- тренинги на сплочение;
- техники управления стрессом (развитие навыков саморегуляции);
- умение управлять своим временем (техники тайм-менеджмента и планирования деятельности).

Родительские клубы (он-лайн формат):

- парадоксы подросткового возраста;
- обучение детей самостоятельности без риска;
- техника «я-сообщений» для мирного решения споров;
- гаджеты и лето: инструкция по выживанию.



Просветительское направление

Психологические подкасты (психологические советы для лета):

- как пережить скуку без гаджетов;
- лето без конфликтов с родителями;
- летний режим: нужен ли он?
- подростковые бунты: инструкция по выживанию;

Он-лайн марафоны/челленджи:

- Семейный цифровой детокс;
- игры (не виртуальные!!!), которые объединяют всю семью;
- кибербезопасность и фишинг – сможешь ли распознать.

Прямые эфиры со специалистами:

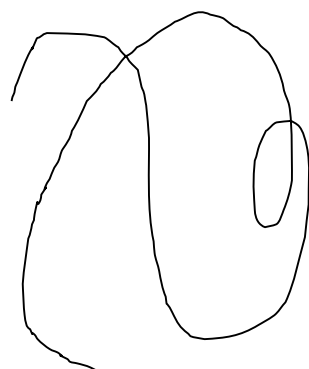
- истории успеха с ...(пропедевтика профориентации);
- встречи со специалистами (нейробиолог и нейрофизиолог, Дубынин В.А, специалисты МЧС, реабилитационные центры, IT-специалисты и т.д.).

Игры для совместного проведения досуга

1. Игра Джани Родари

Первое слово – соловей, второе – зима.
Герой – «зимний соловей».
Рассказ.
- Зимний соловей был слеплен из снега. - Он как всегда сидел на заснеженной скамейке. Ворона приземлилась рядом и громко каркнула. Соловью очень захотелось тоже издать какой-нибудь звук. - Он сделал усилие, и раздались волшебные трели.

3. Закаляка.



2. Угадай код

Пример этого вида игры.

Задумана последовательность – 4619
Водящий предполагает. Обратная связь ведущего:

2 – угадана и цифра, и место;
1 – угадана только цифра;
0 – ничего не угадано.

4975	2100
4129	2102
4019	2022
4619	2222

Профилактическое направление

1. Альтернативная занятость (спортивные секции, тематические лагеря, волонтерство, туризм, военно-патриотическое направление).
2. Информирование (телефоны доверия, экстренная психологическая помощь, информационные памятки).
3. Проведение тематических недель с использованием различных форматов:
 - квест «Неделя безопасного лета»;
 - форум-театр «Отказ» (профилактика употребления ПАВ);
 - просмотр художественного фильма и обсуждение (фильм «Чудо» — дружба, детско-родительские отношения, взаимодействие сиблингов, профилактика буллинга);
 - мастер-классы с использованием арт-терапии («Деревья-характеры» и т.п.)
4. Сотрудничество специалистов психолого-педагогического сопровождения с центрами помощи семье, с городским/зональными площадками проведения лагерей для подростков, муниципальными учреждениями.

Меня беспокоит поведение моего ребенка
Что мне делать?

РАЗГОВАРИВАЙТЕ С НИМ
Интересуйтесь его жизнью, обсуждайте происходящие события и явления

ОБЕСПЕЧЬТЕ ДОСУГ РЕБЕНКА
Занятия в кружках и секциях, общественная деятельность дадут ему возможность самореализации, расширят круг общения

КОНТРОЛИРУЙТЕ ИНФОРМАЦИЮ,
которую получает ребенок. Обращайте внимание, из каких источников он черпает сведения о мире



ЭТО ВАЖНО ПОМНИТЬ:
Советы психолога

Создавайте дома атмосферу тепла и взаимоуважения: детская агрессивность чаще всего зарождается в семье

Принимайте ребенка таким, какой он есть. Помните, что угрозы и запугивания не решают проблем

Проявляйте благородство и такт, не говорите о людях неуважительно. Помните, что дети, как правило, подражают родителям

Организируйте свободное время ребенка, дав ему возможность заниматься полезным делом. Прививайте ему хороший вкус при выборе фильмов, литературы, музыки

ПОМНИТЕ: ЕСЛИ ВЫ НЕ ЗАНИМАЕТЕСЬ СВОИМ РЕБЕНКОМ, ИМ ЗАЙМЕТСЯ КТО-ТО ДРУГОЙ!

Перемены в поведении ребенка, которые должны вас насторожить

- ! Манера поведения стала резкой и грубой, в речи появился жаргон, изменился стиль одежды
- ! Ребенок стал скрытным и замкнутым, появились мысли (разговоры) о смерти
- ! Резко изменились музыкальные и спортивные пристрастия
- ! Появился интерес к способам изготовления и применения оружия, вредным привычкам
- ! В разговорах на политические и социальные темы высказываются суждения с признаками нетерпимости

Перемены в поведении ребенка, которые должны вас насторожить

Подросток ищет в Сети и сохраняет контент на темы суицида, «Колумбайна»*, экстремистских идей (нацизм, анархизм), подписывается на паблики по данным темам, стремится быть похожим на представителей опасных течений

*Решением Верховного суда РФ от 02.02.2022 международное движение «Колумбайн» признано террористической организацией и его деятельность запрещена на территории России. Судебное решение принято на основании иска Генеральной прокуратуры РФ. Размещение в информационно-телекоммуникационных сетях, мессенджерах и любых иных информационных ресурсах призывов к акциям, относимых к «Колумбайну», либо их репосты будут рассматриваться как подготовка террористического акта. Под действие статьи о пропаганде терроризма попадают также публичные высказывания, оправдывающие массовые убийства

Профилактическое направление (пример)

Профилактика интернет-зависимости, кибербуллинга и опасного контента.

1. Квест «Темная сторона соцсетей» (разбор видов мошенничества, фейков);
2. Тренинг «Как не стать жертвой кибербуллинга» с дополнительной отработкой кейсов;
3. Челлендж «24 часа без гаджетов» с альтернативными активностями;
4. Встреча с IT специалистом (как распознать вербовку в запрещенные группы);
5. Создание мемов-мотиваторов «Живи реальной жизнью»

Итоговая разработка – создание чек-листа «5 правил безопасности в сети» с дальнейшей презентацией группы в соцсети.

Итоги

- 1. Снижение числа обращений** по кризисным ситуациям на сентябрь 2025 года;
- 2. Увеличение охвата** (как в он-лайн пространстве – количество подписчиков; участие обучающихся в лагерях в тренингах);
- 3. Позитивная обратная связь** от детей и родителей.

Летняя профилактика – не «каникулы для психолога», а возможность предупредить проблемы до их возникновения.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

