

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
ГБУ ДППО ЦПКС
«Информационно-методический центр»
Красногвардейского района
Санкт-Петербурга
Протокол от «03» сентября 2026 № 1

УТВЕРЖДЕНА
Приказом директора
от «07» сентября 2026 г. № 31-У
Директор ГБУ ДППО ЦПКС
«Информационно-методический центр»
Красногвардейского района
Санкт-Петербурга
_____/О.С. Князькова/

Дополнительная профессиональная программа
(повышение квалификации)

**Первичная профилактика деструктивного поведения у учащихся
в образовательной среде**

Санкт-Петербург, 2026

Раздел 1. Характеристика программы

1.1. Цель реализации программы: развитие профессиональных компетенций слушателей в сфере профилактики деструктивного (девиантного, делинквентного, аддиктивного, суицидального) поведения учащихся общеобразовательных учреждений.

1.2. Планируемые результаты обучения:

Трудовая функция	Трудовое действие	Знать	Уметь
Проектирование и реализация образовательного процесса с учетом требований и рекомендаций по организации мер в профилактике деструктивного поведения	Освоение и применение психолого-педагогических технологий в области профилактики деструктивного поведения	Теоретические представления о формах деструктивного поведения (девиантного, делинквентного, аддиктивного, суицидального); причины и признаки деструктивного поведения; подходы и способы профилактики	Отслеживать и анализировать психоэмоциональное состояние учащихся; вовремя включиться и организовать оказание помощи при выявлении признаков деструктивного поведения у обучающихся, придерживаясь профессиональных методов и этических принципов психолого-педагогического сопровождения;

1.3. Категория слушателей:

Учителя школ, классные руководители, педагоги-психологи, социальные педагоги, заведующие учебной частью по учебно-воспитательной работе.

1.4. Форма обучения – Очная

Раздел 2. Содержание программы

2.1. Учебный (тематический) план

№ п/п	Наименование разделов (модулей) и тем	Всего час.	Виды учебных занятий, учебных работ			
			Лекции	Практические и др. формы занятий	Сам. работа	Формы контроля
1	Теоретические и методические основы диагностики, выявления и профилактики деструктивного поведения учащихся.	5	4	0	1	тестирование
2	Организационно-педагогические условия эффективной профилактики суицидального поведения.	4	3	1	0	
3	Девиантное, делинквентное поведение и работа со случаями школьной травли	4	2	2	0	
4	Употребление ПАВ: психические и поведенческие расстройства; признаки, причины и профилактика.	3	3	0	0	
5	Подведение итогов	2	0,5	0,5	1	тестирование
		18				

2.2. Рабочая программа

2.2.1 Теоретические и методические основы диагностики, выявления и профилактики деструктивного поведения учащихся.

Лекция 4 часа.

Деструктивное поведение – это устойчивое поведение психически здоровой личности или группы лиц, отклоняющееся от наиболее значимых в конкретном обществе социальных норм, причиняющее реальный ущерб самой личности, ближайшему окружению, обществу в целом.

Девiantное (отклоняющееся) поведение — это устойчивое поведение личности, отклоняющееся от общепринятых и устоявшихся общественных норм.

Данное поведение может быть результатом разрушения неких привычных структур (паттернов) поведения, что связано с влиянием социума на детскую личность, а также взаимоотношениями внутри семьи.

Чаще всего такое поведение свойственно подросткам, ведь они переживают в своей жизни переломные моменты, происходят возрастные изменения психики; они сталкиваются с первыми проблемами в обществе, непониманием со стороны взрослых, в результате чего происходят деструктивные изменения личности, которое выражается в разрушительных поступках.

Деструктивное поведение проявляется в деструктивном изменении характера, формировании неправильной самооценки, искажении личностных мотивов и потребностей, невозможности контролировать свое поведение, нарушении отношений с людьми и т. д.

Причины деструктивного поведения: физиологические особенности (органическое поражение головного мозга, гормональные особенности и т.д.), психологические факторы (характер, самооценка, уровень тревожности и т.д.), социальные факторы (воспитание, влияние СМИ)

Профилактическая работа

- * активное развитие психологического позитивного мышления вместо разрушительного, раскрытие позитивных жизненных смыслов, развитие способности к целеполаганию
- * формирование у обучающихся здорового образа жизни через применение здоровьесберегающих технологий, обеспечение безопасных условий, информирование о здоровом стиле жизни
- * минимизация негативных последствий деструктивного поведения (например, травли)
- * формирование культуры общения, ценностного отношения к правилам и социальным нормам
- * повышение компетентности и социальной успешности личности подростка в значимых для него сферах
- * развитие навыков продуктивной саморегуляции: повышение осознанности собственного поведения, развитие умений планирования, оценки последствий поведения, обучения
- * активизация личностных ресурсов, обеспечение творческого самовыражения, организация досуга, занятости
- * формирование качеств личности, повышающих устойчивость к влиянию неблагоприятных факторов социализации (нравственное воспитание, правовое воспитание, эстетическое воспитание; гражданское воспитание; развитие ассертивности, социальной компетентности, жизнестойкости и т. д.).
- * минимизация негативного влияния факторов социальной среды. Представляет собой сочетание социально-педагогической и психолого-педагогической деятельности, направленных на выявление семейного неблагополучия; консультирование родителей в случае затрудненных воспитательных усилий или конфликтных родительно- детских взаимоотношений.
- * комплексное взаимодействие с различными субъектами профилактики (из сферы дополнительного образования, социальной защиты и защиты детства и т. д.), с правоохранительными органами и др.

Неотъемлемой частью работы по профилактике деструктивного поведения является просвещение родителей (законных представителей) и педагогического коллектива.

Тестирование 1 час.

Опросник выявляющий уровень осведомленности участников курса в вопросах изучаемого предмета. Входное тестирование.

2.2.2. Организационно-педагогические условия эффективной профилактики суицидального поведения.

Лекция 3 часа.

Рост уровня суицида, выраженность и распространенность аутоагрессивных и аутодеструктивных тенденций среди детей и подростков представляет на сегодня актуальную социально-психологическую проблему.

По количеству завершённых самоубийств Россия вышла на одно из первых мест в мире, поскольку в ней количество суицидов в два раза превышает показатели, определённые Всемирной организацией здравоохранения (более 40 случаев на сто тысяч населения).

Изучение проблемы суицида среди молодежи показывает, что подростковый возраст представляет собой период повышенного риска суицидального поведения, так как в возрасте 12-16 лет проявляются трудности переходного периода, начиная с психогармональных процессов и заканчивая перестройкой Я-концепции под влиянием неопределённости социального статуса и противоречий, обусловленных неумением подростка найти позитивный

смысл собственной жизни, отсутствием культуры мировоззренческой рефлексии, позволяющей прийти к уникальной ценности жизни.

Суицидальному поведению так же способствует целый ряд патологических факторов эндогенного и экзогенного происхождения (генетические отклонения, отягощенная наследственность, физические и психические травмы, психосоматические и инфекционные заболевания, дестабилизация общества и отдельных семей, недостатки школьного и семейного воспитания, деструктивное влияние на психику ребенка средств массовой информации и многое другое). Которые манифестируют именно в подростковый период, требуют больших психологических затрат и приводят к развитию эмоциональной нестабильности, снижению уровня самоконтроля, нервнопсихическому напряжению, низкой стрессоустойчивости, импульсивности, повышенной внушаемости, неадекватной самооценке, повышенной агрессивности и т. д.

Первичная профилактика суицидального поведения.

Всемирная организация здравоохранения выделяет первичный, вторичный, третичный уровни профилактики, позволяющие снизить количество суицидов среди подростков и молодежи.

Применительно к системе образования первичная профилактика или превенция, является основным, и часто – единственным видом профилактики. Она направлена на укрепление психического здоровья в целом и проводится со всеми субъектами образовательной среды (дети, родители, педагоги). Объектом первичной профилактики являются люди, не имеющие суицидальных мыслей и намерений, её цель – минимизация возможного риска возникновения суицидальных намерений в будущем у психологически благополучных субъектов.

Цель работы по профилактике суицида в образовательной среде: систематизация мер, предпринимаемых в образовательной организации без понимания всего диапазона возможных ситуаций, связанных с проблемой суицида.

Факторы риска суицидального поведения.

Факторов внутренней и внешней среды, повышающих вероятность суицидального поведения, достаточно много. Так, на попытку самоубийства влияют индивидуальные психологические особенности человека и национальные обычаи, возраст и семейное положение, культурные ценности, уровень алкоголизации населения, время года и т.д. С определенной долей условности можно выделить следующие факторы:

- 1) социально-демографические,
- 2) природные,
- 3) медицинские,
- 4) индивидуально-психологические.

Стадии и типы суицидального поведения.

В понятие суицидальное поведение входят:

Недифференцированные мысли
Пассивные суицидальные мысли
Суицидальные замыслы
Суицидальные намерения

Суицидальные действия – как итог представлений о невозможности существования в данной ситуации.

Пресуицид – период времени от возникновения первых суицидальных мыслей и переживаний до их реализации, характеризуется особым психическим состоянием, которое обуславливает повышенную вероятность суицидальных действий.

В свою очередь в пресуициде можно выделить две фазы:

1. Предиспозиционная фаза
2. Суицидальная фаза

При изучении суицидального поведения, следует различать следующие типы:

Истинный суицид

Аффективный суицид

Демонстративно-шантажное суицидальное поведение

Признаки суицидального поведения.

Почти каждый, кто всерьез думает о самоубийстве, так или иначе, дает понять окружающим о своем намерении. Самоубийства, часто, не возникают внезапно, импульсивно, непредсказуемо или неизбежно. Они являются последней каплей в чаше постепенно ухудшающейся адаптации. Среди тех, кто намерился совершить суицид, от 70 до 75 % тем или иным образом раскрывают свои стремления. Иногда это будут едва уловимые намеки; часто же угрозы являются легко узнаваемыми. Очень важно, что 3/4 тех, кто совершает самоубийства, посещают врачей, психологов, педагогов, работников социальных служб, до этого по какому-либо поводу в течение ближайших недель и месяцев. Они ищут возможности высказаться и быть выслушанными. Однако очень часто врачи, соцработники и семья не слышат их.

Признаки суицидальной опасности можно разделить на вербальные, поведенческие, ситуационные.

Основные направления в помощи учащимся с суицидальным поведением.

- Развитие и совершенствование саморегуляции.

- Поиск и активизация позитивных ресурсов.
- Коррекция эмоционально-личностной сферы: снижение тревожности, повышение уверенности в себе, коррекция самооценки и уровня притязаний.
- Овладение способами взаимодействия с самим собой и с окружающим миром.
- Отреагирование переживаний, связанных с психотравматической ситуацией.
- Выбор жизненного пути, постановка жизненных целей.

Практическое занятие 1 час.

Изучение рисунков детей и подростков, находящихся в кризисном эмоционально психологическом состоянии.

2.2.3. Девиантное, делинквентное поведение и работа со случаями школьной травли.

Лекция 2 часа.

К отклоняющемуся поведению относят агрессивные действия по отношению к другим, преступность, употребление алкоголя, наркотиков, курение, бродяжничество, самоубийство.

Имеются две крайние точки зрения на обусловленность девиантного поведения: натурально-биологическая и социологически-редукционистская. Первая пытается объяснить причины девиантного поведения исключительно свойственными личности природно-биологическими факторами (своеобразной генетической организацией, нарушениями биохимического регулирования, механизмами работы нервной системы). Вторая прибегает к социолого-экономическим объяснениям, исключая роль любых внутренних, в том числе и психологических факторов (личностных диспозиций). В действительности же девиантное поведение, как отмечает венгерский психолог Ф. Патаки (1987), это системное или полидетерминированное явление, в формировании которого принимают участие исторические, макросоциологические, социально-психологические и индивидуально-личностные факторы.

На формирование девиантного поведения влияют как внешние (в том числе социально-экономические), так и внутренние (в частности, психологические) факторы. О первых много говорить не приходится — это и безработица, и низкий уровень жизни, и голод, и определенная субкультура тех или иных слоев общества, анализ и описание которых является прерогативой социологов, экономистов, политиков.

Л. М. Зюбин (1963) отмечает три причины, приводящие к особенностям мотивации трудных подростков:

- 1) недостаток умственного развития в целом (но не патология!), что препятствует правильному самоанализу поведения и прогнозированию его последствий;
- 2) недостаточная самостоятельность мышления и поэтому большая внушаемость и конформность;
- 3) низкая познавательная активность, обедненность и неустойчивость духовных потребностей.

О преступном (делинквентном, от лат. delinquens — правонарушитель) поведении, как разновидности отклоняющегося поведения, говорят тогда, когда субъект выбирает противоправный способ удовлетворения потребностей, желаний, снятия психической напряженности — применяет физическую силу или оружие с целью нанесения травмы, увечья или лишения жизни. В этом случае преступный замысел превращает агрессивное поведение в преступление.

Мотивация преступного поведения может отражать не только агрессию, но и другие противоправные поступки: принятие взятки, воровство и т. д.

Англоязычное слово «буллинг» (bullying) становится в последнее время общепринятым для обозначения школьной травли и обозначает травлю, повторяющуюся агрессию по отношению к определенному субъекту, включающую в себя принуждение и запугивание.

Школьная травля - умышленное, не носящее характера самозащиты, длительное (повторяющееся) физическое или психологическое насилие со стороны индивида или группы в отношении человека, который уступает им (по физическим или психологическим качествам) и не способен защитить себя. (Жекулина Т. М.)

Моббинг (англ. mob – толпа) – это форма психологического насилия в виде массовой травли человека в коллективе.

Кибермоббинг и кибербуллинг – интернет-травля — это намеренные оскорбления, угрозы, сообщение другим компрометирующих данных с помощью современных средств коммуникации: компьютеров, мобильных телефонов, электронной почты, Интернета, социальных сетей, блогов, чатов и т.д.

Интернет-травля может осуществляться также через показ и отправление резких, грубых или жестоких текстовых сообщений, передразнивание жертвы в режиме онлайн, размещение в открытом доступе личной информации, фото или видео с целью причинения вреда или смущения жертвы; создание фальшивой учетной записи в социальных сетях, электронной почты, веб-страницы для преследования и издевательств над другими от имени жертвы и т.д.

Интернет-травля отличается от других видов насилия тем, что позволяет обидчику сохранить анонимность и вероятность быть непойманным.

Из 10 000 респондентов почти 50 % показали, что среди учащихся образовательных учреждений распространены факты физического или психологического давления (Информационно-аналитические материалы о положении детей в Санкт-Петербурге в 2004 году).

Выделяют различные виды травли среди сверстников:

- 1) вербальная (словесная)
- 2) социальное исключение
- 3) физическое
- 4) интернет-травля

Как и у любого явления, у школьной травли есть разные причины, они могут быть как внешними (ситуация взаимодействия, особенности одноклассников, поведение взрослых), так и внутренними – определяться личностными особенностями самих детей, включенных в ситуацию травли.

Биологические факторы оказывают опосредованное влияние на поведение человека. Нейрофизиологические особенности, отклонения в развитии и функционировании нервной и эндокринной систем могут приводить к высокой степени раздражительности, эмоциональной неустойчивости, неконтролируемой вспыльчивости.

Психологические факторы, влияющие на возникновение школьной травли, разнообразны, и нам важнее понять именно их.

Важно осознавать многообразие причин школьной травли и понимать непростой характер этого явления. Одно ясно наверняка – наибольшее значение для предотвращения и профилактики школьной травли имеют благополучные детско-родительские отношения, а также корректные отношения между учителем и учеником.

Также стоит помнить, что природа травли изменяется с возрастом агрессоров.

Между травлей в начальной и в средней школе существуют колоссальные различия: фактически вся природа насмешек и травли разительно меняется. Ни один из методов, который действовал при травле в начальной школе, не будет работать в средней.

Травля в старших классах обычно в большей степени словесная и в меньшей – физическая по сравнению с начальной школой, но некоторые хулиганы переходят к рукоприкладству при малейшей провокации. Возраст и внушительный облик, демонстрация силы и превосходства однозначно «сообщают»: если начнется драка – результат для жертвы будет плачевным.

Практическое занятие 2 часа.

Тест К. Томаса (тип поведения в конфликтной ситуации).

Обмен опытом в профилактической работе с проблемой буллинга. Анализ методов и методик, направленных на профилактику школьной травли.

2.2.4. Употребление ПАВ: психические и поведенческие расстройства; признаки, причины и профилактика.

Лекция 3 часа.

Массовое потребление психоактивных веществ (ПАВ) в молодежной среде, в том числе потребление наркотиков, остается одной из острейших проблем современности, так как по своим долгосрочным последствиям представляет серьезную угрозу здоровью населения, экономике страны, правопорядку и безопасности государства. По оценкам экспертов наркомании подвержены в основном подростки и молодежь. По статистике, основными потребителями наркотиков являются люди в возрасте от 14 до 30 лет. Поэтому проблема распространения и употребления наркотиков в молодежной и образовательной среде приобрела особую актуальность и требует совместных решительных действий, как со стороны государства, так и со стороны общества.

На фоне экономической нестабильности отмечается резкое обострение проблемы социального сиротства несовершеннолетних, что еще больше осложняет проблему подростковой наркомании. Научно установлено, что склонность к курению, употреблению алкоголя, наркотиков, вообще к нездоровому образу жизни и к асоциальному поведению закладываются в самом раннем детстве. Соответствующие вкусы, потребности и манера поведения формируются на основе автоматически работающих инстинктов ребенка: подражания, ориентировочно-исследовательского (попробовать самому), группового (общение, быть таким же, как другие) самоутверждения (поскорее выйти из подчинения взрослым и делать, что заблагорассудится) и других. В сложившейся ситуации профилактика наркомании в молодежно-подростковой среде приобретает приоритетное значение, а в число значимых субъектов профилактики наркомании среди детей, 4 подростков и юношества следует отнести их ближайшее окружение: семью, родителей. Большинство эффективных профилактических программ, как отечественных, так и зарубежных, как обязательный компонент в комплексе мероприятий, направленных на предотвращение вовлечения подростков и молодежи в немедицинское употребление ПАВ включает работу с семьей. С учетом актуальности проблемы наркотизации молодежи и понимания того, что, во-первых, родители составляют первую общественную среду ребенка, закладывают основы его физического и психического здоровья, играют важнейшую роль в формировании жизненных ориентиров.

Признаки употребления ПАВ

1. физиологические признаки:
2. Поведенческие признаки:
3. Очевидные признаки:

- следы от уколов (особенно на венах), порезы, синяки;
- бумажки и денежные купюры, свернутые в трубочки;
- закопченные ложки, фольга;
- капсулы, пузырьки, жестяные банки;
- пачки лекарств снотворного или успокоительного действия;
- папиросы в пачках из-под сигарет.

Причины употребления психоактивных веществ

Наиболее значимыми причинами для употребления психотропных веществ являются социальные трудности в семье, школе, в условиях неорганизованного свободного времени. Употребление любого психотропного вещества вначале нельзя назвать приятным - тошнота, рвота, головокружение, бледность, плохое общее самочувствие. Однако предлагающими "старшими товарищами" это расценивается как необходимый элемент приобщения к избранникам. После второго - третьего употребления влечения еще нет, но каждый раз организм реагирует раздражительностью, плохим сном и аппетитом, нарушениями обычных социальных правил. Школьник пропускает занятия, становится недисциплинированным, замкнутым и угрюмым.

К традиционным причинам можно отнести и сложившееся в нашей стране толерантное отношение среди населения к таким явлениям, как алкоголизм и табакокурение. Россия всегда считалась страной традиционного употребления алкоголя. В нашем обществе существует целый ряд культурных стереотипов употребления алкоголя (по поводу торжественных, радостных и печальных событий). Нельзя сказать, что каждый употребляющий алкоголь или курящий станет наркоманом. Но вероятность такого перехода значительно выше у данной категории, чем у тех, кто отрицательно относится к алкоголю и табакокурению.

2.2.5 Подведение итогов.

Лекция 0,5ч.

Тезисное освещение аспектов деструктивного поведения.

Практическое занятие 0,5ч.

Обратная связь от участников занятий. Обсуждение и анализ пройденных тем, ответы на вопросы.

Тестирование 1ч.

Опросник выявляющий уровень осведомленности участников курса в вопросах изучаемого предмета. Входное тестирование. Итоговое тестирование.

Раздел 3. Организационно-педагогические условия реализации программы

3.1. Организационно-методическое и информационное обеспечение программы

Нормативные документы

1. Межведомственный план (дорожная карта) по совершенствованию системы профилактики суицида среди несовершеннолетних в Санкт-Петербурге на 2024-2027 годы
2. Федеральный закон № 273-ФЗ от 29.12.2012 г. «Об образовании в Российской Федерации».
3. Распоряжение "Об организации работы по оказанию психолого-педагогической помощи и психолого-педагогическому сопровождению (№2395-р от 24.08.2021 КО, пункт 2.2)
4. Концепция №СК-7/07ВН развития психологической службы в системе общего образования и среднего профессионального образования в российской федерации на период до 2025 года (Министерство просвещения от 30 мая 2022 № ДГ-1349/07, раздел 2)
5. Федеральный закон от 24.06.1999 г. № 120-ФЗ "Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних"
6. Памятка для родителей «Что делать в ситуации школьной травли?», СПб АППО, 2023
7. Распоряжение Комитета по образованию от 21.08.2024 № 1028-р "Об утверждении Плана мероприятий по профилактике суицидального поведения несовершеннолетних, обучающихся в государственных образовательных учреждениях, находящихся в ведении Комитета по образованию и администраций районов Санкт-Петербурга, на 2024/2025 учебный год"
8. Рекомендации по проведению в образовательных организациях с обучающимися профилактических мероприятий, направленных на формирование у них позитивного мышления, принципов здорового образа жизни, предупреждение суицидального поведения, Минпросвещения России, 2023
9. Письмо Министерства образования и науки РФ от 15 июня 2021 года «О Концепции профилактики употребления психоактивных веществ в образовательной среде до 2025 года»

Литература

1. Амбрумова, А.Г. Неотложная психотерапевтическая помощь в суицидологической практике. Методические рекомендации / А.Г. Амбрумова. – М., 1986.
2. Антонян, Ю. М. Неблагоприятные условия формирования личности в детстве и вопросы предупреждения преступности / Ю. М. Антонян, Ю. Г. Саличев. – М.: Наука, 2009.
3. Бек, А. Методы работы с суицидальным пациентом/ А. Бек // Журнал практической психологии и психоанализа. – 2003. – № 1
4. Девиантное поведение детей и подростков. Проблемы и пути их решения. / под ред. В. А. Никитина. – М.: Центр, 2010.
5. Жекулина Т.М. Травля в школе. Нарративный подход к работе с проблемой. М.: Генезис, 2018
6. Зинова, Е.Ю. Определение эмоционального состояния и личностных особенностей у подростков для профилактики суицидального поведения. Методические рекомендации / Е.Ю. Зинова. – Ханты-Мансийск, 2009.
7. Змановская Е.В. Девиантология: Психология отклоняющегося поведения. М.: Издательский центр «Академия», 2003.
8. Кравцова М.М. Дети-изгой: Психологическая работа с проблемой. М.: Генезис, 2005
9. Клейберг, Ю. А. Психология девиантного поведения: учеб. пособие / Ю. А. Клейберг. – М.: Сфера, 2011.
10. Ланцова, Л. А., Шурупов М. Ф. Социологическая теория девиантного поведения / Л. А. Ланцова, М. Ф. Шурупов // Социально-политический журнал. – 2010. – № 4.
11. Личко А.Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков. Л.: Медицина, 1977.
12. Личко, А. Е., Битпенский В. С. Подростковая наркология / А. Е. Личко, В. С. Битпенский. – М., 2001.
13. Мудрик, А. В. О воспитании старшеклассников: Кн. для классных руководителей. 2-е изд., доп. и перераб. / А. В. Мудрик // Педагогика. – 2002. – №3 – 4.
14. Шмелёв, А. Г. Делинквентное поведение / А. Г. Шмелев // Основы психодиагностики: учеб. пособие. – М.: Ростов н/Д: Феникс, 2000.

4. Материально-технические условия реализации программы

Технические средства обучения

В аудитории: проекционный экран, мультимедийный проектор, компьютер, звуковое оборудование, интернет, принтер в свободном доступе для печати текущих материалов.

Расходные материалы – листы бумаги.