



**ФИОКО**

ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ИНСТИТУТ  
ОЦЕНКИ КАЧЕСТВА ОБРАЗОВАНИЯ

**Организация воспитательной работы, направленной  
на профилактику и противодействие деструктивному  
поведению подростков и молодёжи  
(обучение - повышение квалификации)**

**Модуль 2. Профилактика деструктивного поведения подростков**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОВЕДЕНИЮ  
МОНИТОРИНГА ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ  
ОБУЧАЮЩИХСЯ В ЦЕЛЯХ ПРОФИЛАКТИКИ СУИЦИДАЛЬНОГО  
ПОВЕДЕНИЯ**

*С.К. Погребная, Т.Н. Чиркова  
ГБОУ ИРО Краснодарского края*

Мониторинг психоэмоционального состояния обучающихся в целях профилактики суицидального поведения проводится в два этапа: первичная (скрининговая) диагностика на выявление «группы риска» и углубленная диагностика, которая позволит подтвердить или опровергнуть результаты первичного исследования.

Для *первичной (скрининговой диагностики)* рекомендуются к использованию:

- 1) *Лист наблюдения* за поведением учащихся, который заполняется классным руководителем и передаётся педагогу-психологу (Приложение 1);
- 2) *1 или 2 психодиагностические методики* на выбор (Приложение 2), которые подбираются с учётом возраста обучающихся, сфер диагностики, количества обучающихся на 1 ставку педагога-психолога и имеющихся в наличии автоматизированных психодиагностических комплексов, возможностей онлайн-тестирования. Для снижения нагрузки педагогов-психологов рекомендуется максимально использовать результаты других психодиагностических обследований (СПТ-тестирования, диагностики адаптации, мониторинга психологической комфортности и безопасности образовательной среды и др.) при совпадении областей диагностики.

Пример № 1. План скрининговой диагностики психоэмоционального состояния на 2021–2022 уч. год.

1-е полугодие		2-е полугодие	
Лист наблюдения		Лист наблюдения	
5–7 классы	8–11 классы	5–7 классы	8–11 классы
WHO5 Well Being Index (1998) Индекс хорошего самочувствия	Методика «Диагностика самочувствия, активности и настроения» (САН) В.А. Доскин, Н.А. Лаврентьева, В.Б. Шарай, М.П. Мирошников	Тест уровня школьной тревожности Филлипса	Шкала депрессии А. Бека (подростковая)
Тест «Исследование самооценки» (адап. Г.Н. Казанцевой)	Методика диагностики уровня субъективного ощущения одиночества Д. Рассела, Фергюсова	«Дерево с человечками» (автор Д. Лампен) адаптировал Л.П. Пономаренко	Тест жизнестойкости Мадди (скрининговый) адаптация Е.Н. Осин

**Пример № 2. План скрининговой диагностики психоэмоционального состояния на 2021–2022 уч. год.**

1-е полугодие		2-е полугодие	
Лист наблюдения		Лист наблюдения	
5–7 классы	8–11 классы	5–7 классы	8–11 классы
Моросанова В.И., Бондаренко И.Н., Фомина Т.Г. Русскоязычная версия опросника «Шкала проявлений психологического благополучия подростков (ППБП)»	Опросник социально- психологической адаптации (К. Роджерс и Р. Даймонд)	Проективная методика «Карта эмоциональных состояний» (школа, дом, одноклассники, родители) (С. Панченко)	Самооценка психических состояний Г. Айзенка (адаптация к подростковому возрасту М.В. Хайкиной)

Если обучающийся по результатам листа наблюдения имеет высокий суицидальный риск и (или) имеет признаки психоэмоционального неблагополучия по результатам психодиагностических методик, то с ним необходимо провести углубленную диагностику.

*Для вторичной (углубленной) диагностики* используются:

- 1) **1–2 методики диагностики** выявления суицидального риска (Приложение 3).
- 2) **Карта кризисного состояния** (суицидального риска), которую нужно заполнить на основе индивидуальной беседы с обучающимся (Приложение 4).

**Пример № 3. План проведения углубленной диагностики.**

1-е полугодие		2-е полугодие	
Карта кризисного состояния		Карта кризисного состояния	
5–7 классы	8–11 классы	5–7 классы	8–11 классы
Опросник детской депрессии (CDI) М. Ковач	Госпитальная Шкала Тревоги и Депрессии (HADS) (Шкала тревожности и депрессии Зигмонда)	Метод неоконченных предложений вариант методики Saks-Sindey адаптирована в НИИ психоневрологии им. Бехтерева	Измерение степени выраженности сниженного настроения – субдепрессии (Zung Self-Rating Depression Scale, SDS) модифицированный вариант Т.Н. Балашовой
Рисуночный тест Р. Сильвер	Проективная методика Л.Б. Шнейдер Графический тест «Ваши мысли о смерти»	Нарисуй историю Р. Сильвер	Цветовой тест М. Люшера (Метод цветовых выборов в модификации Л.Н. Собчик)

Если состояние обучающегося оценивается как кризисное, педагог-психолог включает его в банк данных обучающихся «группы риска», консультирует родителей (законных представителей) обучающегося, направляет на консультацию к психиатру. При составлении статистического и аналитического заключения указывает основные факторы риска, составляет рекомендации классному руководителю, педагогам по вопросам организации дальнейшей работы с обучающимися «группы риска».

На совете профилактики с целью оказания своевременной комплексной психолого-педагогической, социально-педагогической помощи разрабатывается и утверждается индивидуальная программа сопровождения (далее ИПС) обучающегося «группы риска» суицидального поведения.

**Лист наблюдения (заполняется классным руководителем 5–11 классов)**  
 Укажите, пожалуйста, напротив каждого фактора фамилии обучающихся, у которых они, по вашему мнению, существуют:

<b>Факторы социальной ситуации</b>	№	Факторы	Ф.И.О
	1	Изменение места учебы в течение учебного года или смена двух или более школ за весь период обучения	
	2	Недавняя перемена места жительства	
	3	Стойкое отвержение сверстниками	
	4	Разрыв отношений с близким другом, парнем/девушкой. Безответные чувства	
	5	Неприятности с законом, унижение, физическое или сексуальное насилие	
	6	Негативная стигматизация со стороны окружающих (позорные клички, прозвища)	
	7	Неуспешность в учебе / резкое снижение успеваемости.	
	8	Неудачные попытки стать лидером или удержать позицию лидера	
<b>Факторы семейной ситуации</b>	1	Резкое снижение социального или материального статуса родителей	
	2	Тяжелое заболевание близких родственников или самого ребенка	
	3	Неполная семья / развод родителей	
	4	Хронические конфликты, враждебность между членами семьи	
	5	Высокий уровень требований и санкций в отношении ребенка наряду с отсутствием эмоциональной поддержки со стороны родителей. Пренебрежение потребностями ребенка*	
	6	Алкоголизм или наркомания родителей, асоциальная семья	
	7	Недавняя смерть близкого родственника	
	8	Суициды родственников	
<b>Поведенческие факторы</b>	1	Употребление наркотиков, алкоголя	
	2	Резкий набор или потеря веса тела	
	3	Резкое изменение стиля поведения и способов общения	
	4	Стремление к рискованным действиям, частые случаи травматизма	
	5	Интерес к литературе, музыке, связанным с темой смерти. Принадлежность к группам деструктивной направленности	

	6	Прямые или косвенные высказывания о возможности суицидальных действий (жизнь надоела, скорее бы все закончилось, вам без меня будет лучше и т.п.)*	
	7	Интерес, проявляющийся косвенно или прямо, к возможным средствам самоубийства (отравляющие вещества, возможности приобретения оружия и т. п.)*	
	8	Суицидальные попытки в прошлом*	
<b>Психологические факторы</b>	1	Перфекционизм и высокая степень ответственности	
	2	Преобладание негативного эмоционального фона, безнадежность, душевная боль*	
	3	Эмоциональная лабильность (перепады настроения), импульсивность*	
	4	Нетерпеливость, злость, тревожность	
	5	Нарушение половой идентификации*	
	6	Потеря интереса к деятельности, ранее приносившей удовольствие	
	7	Причинение себе физического вреда, самоповреждения*	
	8	Стремление к изоляции, уединению, подавленность	

Классный руководитель \_\_\_\_\_ (фамилия)      Дата \_\_\_\_\_

Наличие **7 и менее признаков** по всем группам факторов свидетельствует о низком суицидальном риске. Ситуация отказа семьи от помощи и/или отсутствие поддержки со стороны значимых близких напрямую увеличивает риск суицида и переводит его на более высокую степень выраженности.

От **8 до 12 признаков** по всем группам факторов или три и более в группе «психологические» факторы свидетельствуют о среднем уровне суицидального риска.

От **13 и более признаков** по всем группам факторов или **два и более признаков со знаком «\*»** в группе «психологические» факторы указывают на высокий суицидальный риск.

**Список психодиагностических методик для 1 (скринингового) этапа мониторинга**

№	Название методики	Сфера диагностики	Классы
1.	Опросник социально-психологической адаптации (К. Роджерс и Р. Даймонд)	Адаптация. Принятие других. Уровень субъективного контроля. Самовосприятие. Эмоциональный комфорт. Стремление к доминированию	8–11
2.	WHO5 Well Being Index (1998) Индекс хорошего самочувствия	Текущее психическое благополучие на основе самооценки	5–11
3.	Методика «Диагностика самочувствия, активности и настроения» (САН) В.А. Доскин, Н.А. Лаврентьева, В.Б. Шарай, М.П. Мирошников	Оценка самочувствия, активности и настроения	8–11
4.	Методика диагностики уровня субъективного ощущения одиночества Д. Рассела, Фергюсова	Переживание одиночества	7–11
5.	Шкала депрессии А. Бека (подростковая)	Выявление уровня депрессии	7–11
6.	Самооценка психических состояний Г. Айзенка (адаптация к подростковому возрасту М.В. Хайкиной)	Диагностика ригидности, тревожности, агрессивности, фрустрации	7–11
7.	Опросник склонности к агрессии Баса–Перри «ВРАQ» С.Н. Ениколопов, Н.П. Цибульский	Склонность к физической агрессии, враждебности и гневу	8–11
8.	Тест жизнестойкости Мадди (скрининговый) адаптация Е.Н. Осин (12 вопросов)	Способность выдерживать и эффективно преодолевать стрессовые ситуации	8–11
9.	Дифференциальный опросник переживания одиночества (ДОПО-3к) Е.Н. Осин, Д.А. Леонтьев	Переживание одиночества	8–11
10.	«Дерево с человечками» (автор Д. Лампен) адаптировал Л.П. Пономаренко	Оценка успешности адаптации	5–6
11.	Проективная методика «Карта эмоциональных состояний» (школа, дом, одноклассники,	Оценка эмоционального состояния и межличностных	5–6

	родители) (С. Панченко)	отношений	
12.	Тест уровня школьной тревожности Филлипса	Уровень и характер школьной тревожности	5–6
13.	Моросанова В.И., Бондаренко И.Н., Фомина Т.Г. Русскоязычная версия опросника «Шкала проявлений психологического благополучия подростков (ППБП)» (на основе Шкалы измерений проявлений психологического благополучия (Massé et al., 1998)	Психологическое благополучие по шкалам: «Управление собственной личностью и событиями», «Общительность», «Счастье», «Вовлеченность в социальное взаимодействие», «Самооценка», «Душевное равновесие»	5–9
14.	Тест «Исследование самооценки» (адап. Г.Н. Казанцевой)	Уровень самооценки, уверенности в себе	5–7



**Методики для 2 этапа мониторинга (углубленной диагностики  
суицидального риска)**

№	Название методики	Сфера диагностики	Классы
1.	Цветовой тест М. Люшера (Метод цветových выборов в модификации Л.Н. Собчик)	Индивидуально- личностные свойства, индикаторы степени выраженности эмоциональной напряжённости	5–11
2.	Опросник детской депрессии (CDI) М. Ковач	Определение уровня выраженности депрессии	5–11
3.	Зотов М., Петрукевич В.М., Сысоев В.Н. Методика экспресс- диагностики суицидального риска «Сигнал»	Измерение психофизиологических реакций, являющихся признаками суицидального риска	9–11
4.	Метод неоконченных предложений, вариант методики Saks-Sindey, адаптирована в НИИ психоневрологии им. Бехтерева.	Оценка суицидального риска	6–11
5.	Опросник суицидального риска (ОСР) Шмелев А.Г. (модификация Т.Н. Разуваевой)	Диагностика суицидального риска	9–11
6.	Юрьева Л С. Скрининг-тест для выявления суицидального поведения	Оценка склонности к суицидальным действиям	9–11
7.	Проективная методика Л.Б. Шнейдер Графический тест «Ваши мысли о смерти»	Прояснение отношения к смерти	6–11
8.	Методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению А.Н. Орел, подростковый вариант (шкала склонности к самоповреждающему и саморазрушающему поведению)	Склонность к отклоняющемуся поведению	8–11
9.	Рисуночный тест «Нарисуй историю» Р. Сильвер	Выявление эмоционального состояния, образа Я, агрессии, аутоагрессии	5–11
10.	Луиза Дюсс (адаптация М. Габрунер, В. Соколовская) Эмоционально- личностный тест «Сказка «Похороны»	Выявление отношения к смерти	5–7
11.	Методика «Персонификация смерти» (Death Personifacation Exercise - DPE), разработанная Р. Кастенбаумом и	Выявление отношения к смерти	8–11

	Р. Эйзенбергом (модификация Т.А. Гаврилова и Г.В. Барнашова)		
12.	Измерение степени выраженности сниженного настроения – субдепрессии (Zung Self-Rating Depression Scale, SDS) модифицированный вариант Т.Н. Балашовой	Дифференциальная диагностика депрессивных состояний	7–11
13.	Госпитальная Шкала Тревоги и Депрессии (HADS) (Шкала тревожности и депрессии Зигмонда)	Определение тяжести симптомов депрессии и тревоги	8–11

### Карта кризисного состояния (суицидального риска)

Карта кризисного состояния (суицидального риска) заполняется педагогом-психологом во время проведения беседы с обучающимся.

ФИО педагога-психолога \_\_\_\_\_

Код обучающегося \_\_\_\_\_ пол \_\_\_\_\_ класс \_\_\_\_\_

Возраст обучающегося \_\_\_\_\_

0 – нет симптома;

1 – слабо выражен (психологически связан с актуальной ситуацией, в процессе может легко уходить);

2 – умеренно (симптом стабилен, носит отчетливо болезненный для человека характер);

3 – сильно выражен (человек погружен в переживания, не может и часто не хочет выйти из него переключиться на что-то другое).

<b>I. Симптомы</b>	<b>Проявления/сочетания</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
Интенсивная тревога, страх немотивированный, ожидание непоправимой беды	Сочетается с подавленностью, страхом потери контроля над собственными чувствами переживаниями				
Подавленность, отчаяние, безрадостность	Использование слов и выражений «я устал жить», «я больше так не могу» часто связано с переживаниями безнадежности, одиночества, безысходности, чувством вины				
«Душевная боль»	Чувство тяжести за грудиной – «душа болит». Приносит невыносимые страдания, чаще наблюдается при подавленности, отчаянии				
«Тоннельное» восприятие	Фиксация на своих переживаниях, мыслях, связанных с ситуацией. Ни о чем другом говорить не может. Трудно поддается переубеждению				
Аутоагрессивные тенденции	Желание причинить себе физическую боль, злоупотребление алкоголем, наркотиками, экстремальными видами поведения, связанными с сознательным риском для жизни, уничтожение себя в речи				
Раздражительность, агрессивность	Сопутствует обиде, часто с обвинениями других				
Эмоциональная лабильность, импульсивность	Зависимость эмоционального фона от содержания разговора, перескакивание с темы на тему, часто необдуманные плохо контролируемые поступки				
Безразличие, эмоциональная холодность	Использование слов и выражений – «скучно», «неинтересно жить», «все надоело»				

Безнадежность, безысходность, бессилие	Чувство ненужности, непонимания, тупика, безнадежности, пустоты рядом, как правило, тесно связанное с тоской, подавленностью				
Одиночество	Переживание своей брошенности, восприятие себя как бремени для близких				
<b>II. Степень выраженности суицидальных тенденций</b>	<b>Особенности проявлений</b>	<b>Шкала</b>			
Антивитальные переживания	Размышления о бессмысленности (ненужности) жизни без четких представлений о собственной смерти. Эти переживания не обладают конкретной аутоагрессивной (суицидальной) направленностью. Часто связаны с психотравмирующей ситуацией, могут актуализироваться при нарастании психофизического истощения	да / нет			
Пассивные суицидальные мысли	Характеризуются представлениями (мыслями) на тему своей смерти, но не оформляются в осознанное желание лишения себя жизни как варианта самопроизвольной активности	да / нет			
Навязчивые мысли о смерти	Периодически возникающие, реже постоянные мысли о смерти, самоубийстве. Обучающийся воспринимает их как чуждое для него переживание и пытается с ними справиться	да / нет			
Мысли о смерти сверхценного уровня (суицидальные замыслы, намерения)	Мысли о смерти и самоубийстве носят постоянный характер, обучающийся погружен в них, не борется с ними, есть разработка плана самоубийства, тяжело поддается переубеждению, часто сопутствует тоннельное восприятие мира	да / нет			

Состояние обучающегося оценивается **как кризисное** в следующих случаях (4 варианта):

**вариант 1:** один симптом выражен на 3 балла;

**вариант 2:** три симптома выражены на 2 балла;

**вариант 3:** общая сумма баллов 12 и выше;

**вариант 4:** наличие пассивных, навязчивых или сверхценных мыслей о смерти.