

ПЕДАГОГАМ — О ГЛАВНОМ. ВЫЯВЛЕНИЕ ПРИЗНАКОВ БЕДЫ

Современный педагог — ключевая фигура в обеспечении безопасности детской образовательной среды. Важно не только учить, но и замечать «красные флаги» в состоянии ученика. Своевременное выявление признаков психологического неблагополучия может предотвратить трагедию.

Часть 1. Что такое «беда»? Формы кризисных ситуаций у детей и подростков

Под «бедой» в педагогическом контексте понимается ситуация, в которой ребенок испытывает острое психологическое страдание, сталкивается с насилием или находится в зоне риска причинения вреда себе и своему здоровью. В белорусских школах наиболее распространены следующие формы неблагополучия:

Форма «беды»	Краткое описание	Что должен знать педагог
Буллинг (травля)	Систематическое агрессивное поведение одного ребенка или группы в отношении сверстника, происходящее в условиях неравенства сил. Является одной из самых частых причин психологического кризиса в школе: по некоторым данным, от 20 до 25% учащихся сталкиваются с травлей.	Это не просто «конфликт». Ключевые признаки: намеренность, повторяемость и неравенство сил между жертвой и агрессором.
Сексуальное насилие	Вовлечение ребенка в сексуальные действия с нарушением закона и общественных норм. Это может происходить как в семье, так и вне ее.	У ребенка могут наблюдаться несоответствующие возрасту знания о сексе, сексуализированное поведение, страхи, связанные с конкретными людьми или местами.

Форма «беды»	Краткое описание	Что должен знать педагог
Физическое насилие / жестокое обращение	Умышленное нанесение ребенку физических повреждений (побои, толчки, удерживание) со стороны родителей, других взрослых или сверстников.	Признаки: синяки, ссадины, ожоги, которые ребенок не может объяснить или дает неправдоподобные объяснения. Страх идти домой.
Психологическое насилие	Постоянная критика, унижение, игнорирование, изоляция, шантаж. Наиболее незаметная, но крайне разрушительная форма насилия.	Проявляется в низкой самооценке ребенка, замкнутости, тревожности, агрессии по отношению к другим или к самому себе.
Суицидальный риск	Наличие у ребенка мыслей, намерений или планов покончить с собой.	Это крик о помощи. Подростки редко «играют» в суицид; любая угроза должна восприниматься всерьез.

Часть 2. Диагностика: как распознать признаки беды

Единичный признак может быть вариантом нормы или следствием временных трудностей. Однако сочетание **нескольких маркеров** (3 и более) — повод для немедленного обращения к социально-педагогической и психологической службе школы.

А. Эмоциональные и поведенческие маркеры (по наблюдениям специалистов)

1. Изменение привычного поведения и внешнего вида:

- Резкая потеря интереса к хобби и учебе.
- Неряшливость, пренебрежение гигиеной или, наоборот, стремление спрятать тело под бесформенной одеждой (возможный признак насилия).
- Избегает общения, проводит перемены один («социальная изоляция»).

2. Регресс в поведении:

- Ребенок как бы «впадает в детство» — начинает сосать палец, шепелявить, не может выполнить то, что раньше умел. Это защитный механизм.

3. Эмоциональная нестабильность:

- Резкие перепады настроения в течение дня (от эйфории до полной апатии).
- Повышенная тревожность, постоянное ожидание опасности («сверхбдительность»).
- Признаки депрессии: жалобы на скуку, отсутствие аппетита, бессонницу или сонливость, чувство вины.

4. Агрессия и аутоагрессия:

- Немотивированная жестокость к одноклассникам, животным.
- **Наличие порезов, ожогов на руках** (ребенок прячет их под длинными рукавами даже в жару) — это способ справиться с душевной болью через физическую.
- Признаки РПП (расстройства пищевого поведения) — резкое похудение или переедание, как реакция на травлю (например, дразнили из-за веса).

Б. Вербальные маркеры (слова ребенка)

Особое внимание следует уделить речевым оборотам и фразам, указывающим на суицидальные мысли или глубокое отчаяние:

- «Я никому не нужен», «все без меня заживут лучше».
- «Лучше бы я умер(ла)».
- «Я больше не могу это терпеть», «будет лучше, если меня не станет».
- «Они еще пожалеют о том, что мне сделали».
- **Разговоры о смерти, интерес к теме умирания, написание прощальных писем или размещение «прощальных» постов в соцсетях.**
- **Раздача личных вещей** (игрушек, одежды, гаджетов) без видимой причины.

Часть 3. Алгоритм действий педагога при выявлении признаков

Ошибка, которую нельзя допускать: считать, что «ребенок просто привлекает к себе внимание» или «это у него переходный возраст». Помните: **ситуации буллинга и насилия не рассасываются сами собой, а скрытая депрессия часто приводит к трагедии.**

Что делать:

1. **Зафиксируйте и доложите.** Не пытайтесь «тихо» решить проблему в одиночку. Ваша задача — сообщить о наблюдениях педагогу-психологу и социальному

педагогу школы, а также завучу по воспитательной работе. В белорусских школах существуют службы медиации и психологические службы.

2. Установите доверительный контакт.

- Найдите время для частной беседы на перемене или после уроков.
- Используйте «Я-сообщения»: «Я заметил, что в последнее время ты выглядишь очень уставшим и грустным. Если хочешь поговорить, я готов тебя выслушать».
- **Ни в коем случае не критикуйте и не обесценивайте чувства ребенка** («Ерунда, не выдумывай», «Ты сам виноват»).

3. Обеспечьте безопасность и поддержку. Если ребенок находится в кризисном состоянии (высказывает суицидальные намерения), **не оставляйте его одного ни на минуту**. Привлеките администрацию школы.

4. Работайте с родителями (законными представителями).


- В случае травли — пригласите родителей обеих сторон, но с участием психолога, чтобы не допустить публичного осуждения.
- Если вы подозреваете насилие в семье — действуйте в интересах ребенка. При необходимости подключайте органы опеки и инспекцию по делам несовершеннолетних.

5. Используйте ресурсы системы. В Беларуси есть мощная база: социально-педагогические центры, службы школьной медиации (примирения), «Школы, дружественные детям».

Часть 4. Белорусские контакты для помощи

Эти телефоны должны быть видны на главной странице раздела, чтобы любой педагог или ребенок мог ими воспользоваться.

Национальная «горячая линия» по проблеме насилия для детей и подростков:


 **8-801-100-8-801** (звонок со стационарных телефонов по Беларуси бесплатный, анонимный)

Режим работы: круглосуточно.

Детский телефон доверия (Республиканский центр психологической помощи):

 **8-800-100-16-11** (бесплатно, анонимно, для детей и родителей)

Экстренная психологическая помощь «Телефон доверия»:

 **+375 (222) 71-11-61**