



Профилактика рискованного поведения несовершеннолетних

Психолого-педагогическая мастерская
5 февраля 2026

Рисковое поведение -

совокупность поведенческих феноменов, которые несут в себе риски развития соматических или психических заболеваний, а также социальной дезадаптации:

- увлечения, связанные с высокими рисками травматизации, включая экстремальные виды спорта, паркур, ружинг, «прицеперство» и т.п.;
- злоупотребление алкоголем и химическими веществами;
- беспорядочные половые связи;
- вовлечение в деструктивные культы;
- нарушения пищевого поведения;
- агрессивное и антисоциальное поведение

Рисковое поведение базируется на таком личностном качестве человека, как склонность к риску.

Склонность к риску начинает возрастать с 10 лет, достигает максимума в подростковом возрасте, а после 18-20 лет неуклонно снижается.



Факторы, способствующие формированию рискового поведения



Особенности нервной регуляции у подростков: недостаточно развитые функции лобных долей головного мозга (планирование, программирование и контроль деятельности).

А гормональный всплеск (кортизол, дофамин, адреналин) провоцирует нестабильность эмоционального состояния и склонность действовать под влиянием аффекта.

Факторы снижения рисковог поведения

**Хорошие и
доверительные
отношения со
взрослыми**



**Внимательное
отношение к своему
здоровью и
деятельность,
направленная на его
поддержание**

**Просоциальная
деятельность,
включенность в
благотворительность**

**Наличие друзей с
положительными
установками в
отношении себя и
своего будущего**

Тяга к риску снижается при устойчивой самооценке, самостоятельности, развитых навыках самоконтроля, высоком уровне интеллекта.





Региональная акция «Молчать нельзя! Рассказывать!» - 2026

с 24 февраля по 27 февраля 2026 года

Профилактическое мероприятие для подростков «Связующая нить»



Чат акции

фотография истории в иллюстрациях

Профилактическое мероприятие для родителей – встреча «Услышать и понять»



Родительский чат:

ссылка на запись подкаста «Что такое селфхарм и почему люди занимаются самоповреждением?»,

Отчет и фотоотчет о проведении Акции

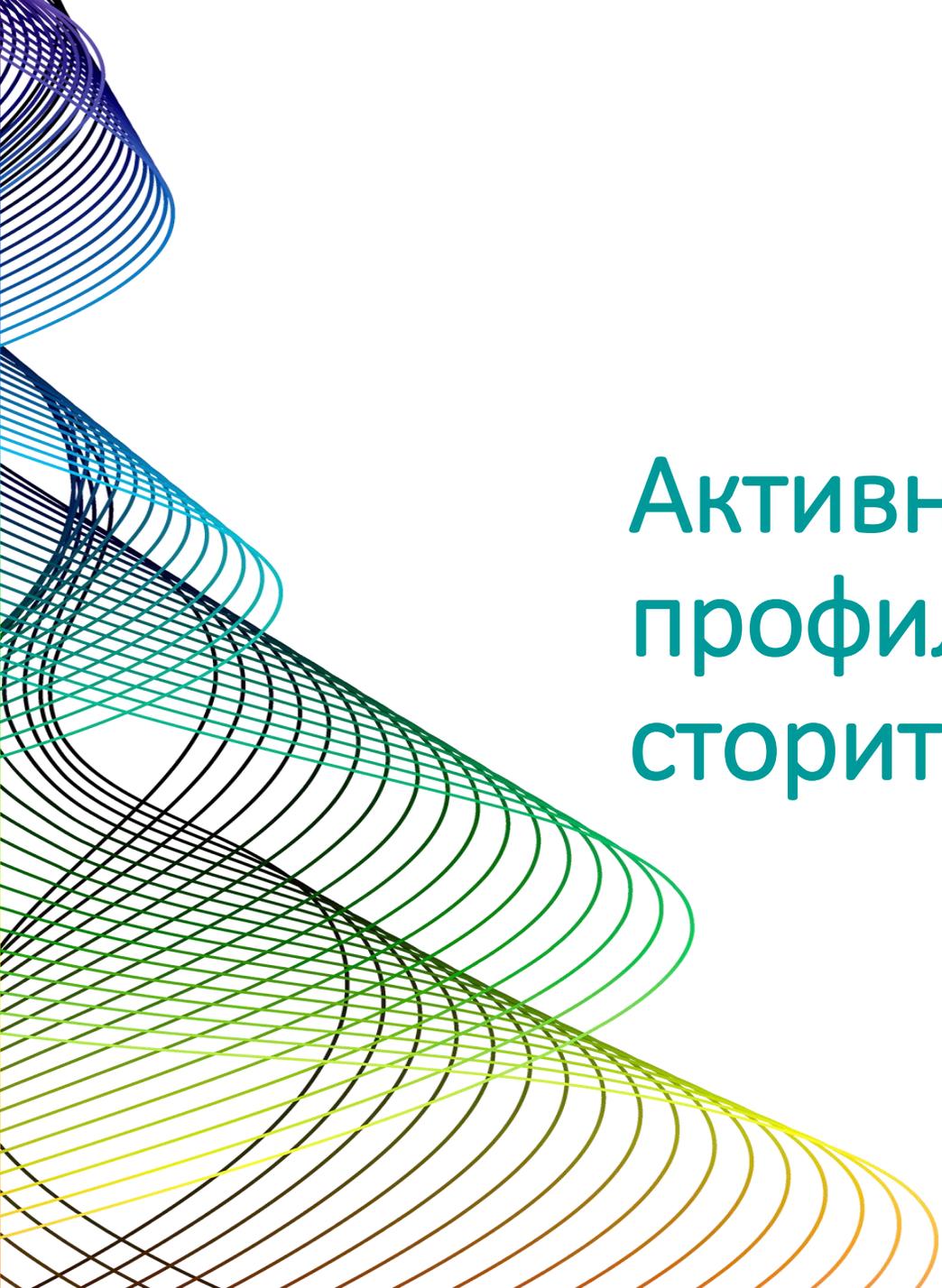


Чат акции –

новость и фотоотчет

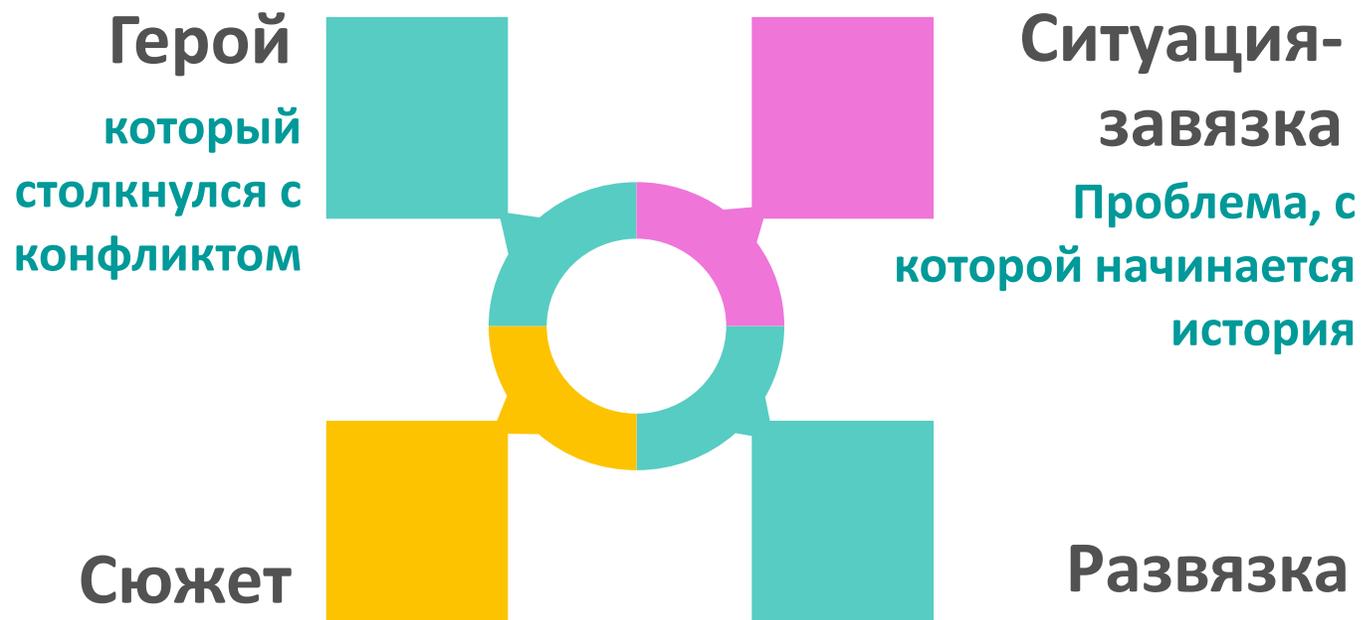
Региональный буклет для подростков

- Отбор наиболее интересных сторителлингов из фото в группе МАХ;
- Их визуальное оформление



Активные формы профилактической работы: сторителлинг

Сторителлинг – это история у которой есть



Сюжет строится на борьбе с «монстром».
Монстром становятся современные обстоятельства, а битва — это то, что вы делаете чтобы эти обстоятельства преодолеть.

Чем заканчивается история

6 ТИПОВ ИСТОРИЙ, КОТОРЫЕ ВСЕГДА РАБОТАЮТ

- 1 ИСТОРИЯ ПРЕОДОЛЕНИЯ**
Как герой справился с трудностями.
- 2 ИСТОРИЯ ПРОВАЛА**
Когда всё пошло не так — и что из этого вышло.
- 3 ИСТОРИЯ РОСТА**
Путь от точки А до точки Б — внутренняя трансформация.
- 4 ИСТОРИЯ ВЫБОРА**
Дилемма, решение и последствия.
- 5 ИСТОРИЯ СПАСЕНИЯ**
Кто-то кого-то вытащил — буквально или образно
- 6 ИСТОРИЯ «ВНУТРЕННЕЙ ПОБЕДЫ»**
Когда герой меняется внутри, даже если снаружи — поражение.

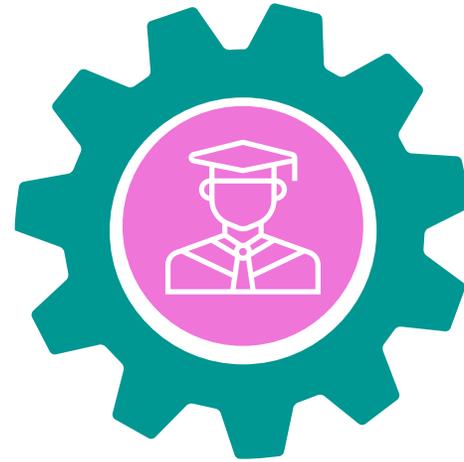


Региональная акция «Молчать нельзя! Рассказывать!» - 2026



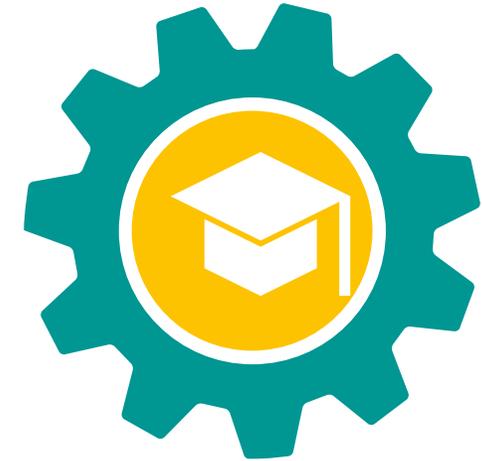
Обсуждение кризисной ситуации

- Одна ситуация на выбор;
- По итогам работы команд обязательное обсуждение выбранных стратегий;
- Информирование, где можно получить помощь



Размещение сторителлинга в MAX

- Сделать 1 горизонтальное фото наиболее удачного сторителлинга;
- Разместить в группе MAX <https://max.ru/join/AMur-KSTdp8ngdhkbGSYkLhyCHi5XD-DQuZgKPlbpDM>



Региональный буклет для подростков

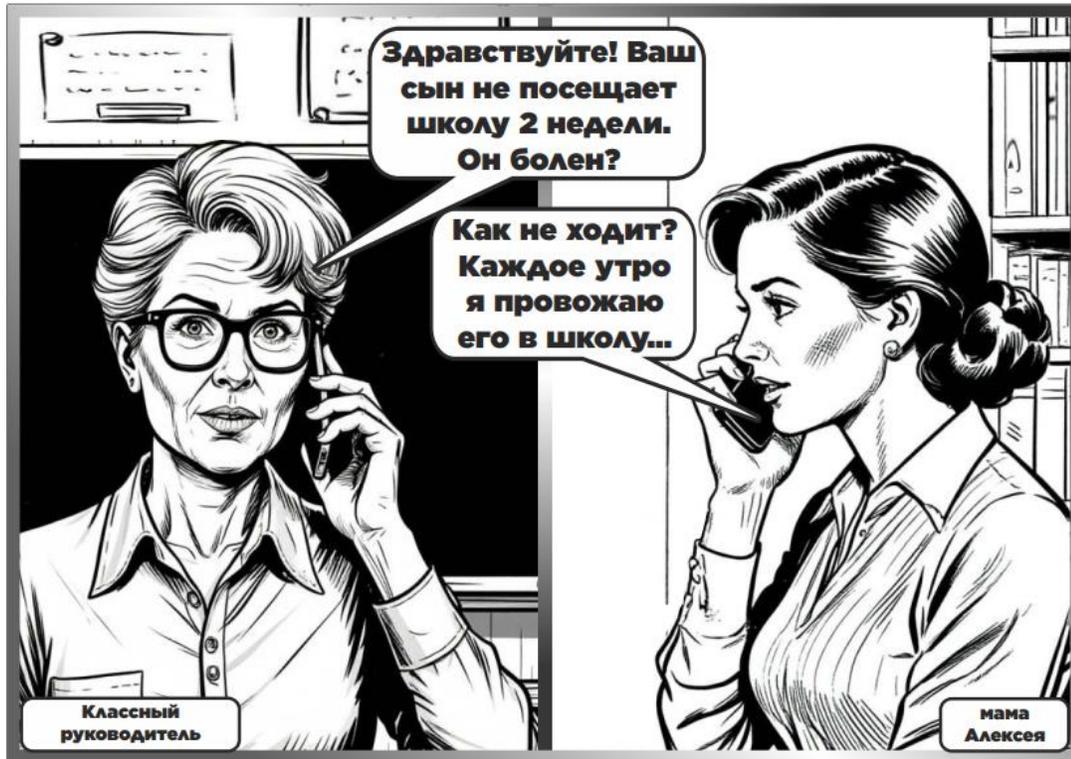
- Отбор наиболее интересных сторителлингов из фото в группе MAX;
- Их визуальное оформление



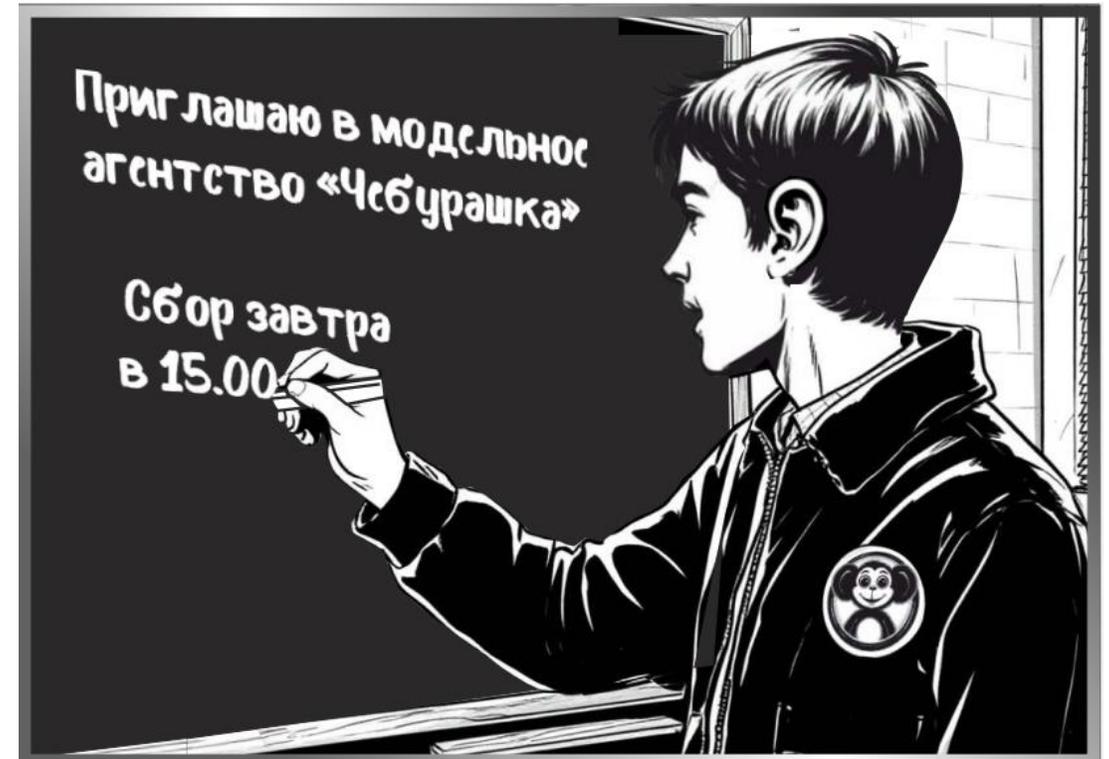
Ситуация «Принятие себя»



Ситуация «Принятие себя»



Развязка 1



Развязка 2



Ситуация «Любовный треугольник»



Ситуация «Любовный треугольник»



Развязка 1



Развязка 2



Ситуация «Сестренка»



Ситуация «Сестренка»



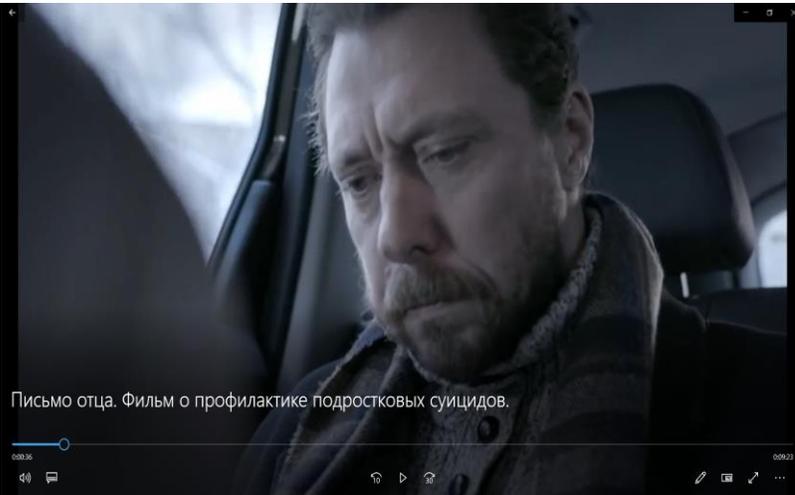
Развязка 1



Развязка 2



Встреча с родителями «Услышать и понять»



Вопросы для обсуждения видеоролика «Письмо отца»:

- На какие ситуации родители, как правило, не обращают внимание, считая их обычными для периода взросления?
- Какие сигналы в поведении подростка должны были насторожить родителей?
- В каких ситуациях подростку требовалась поддержка родителей, как и чем они могли его поддержать?



Обсуждение видеоролика «Письмо отца»:

Вопросы:

- На какие ситуации родители, как правило, не обращают внимание, считая их обычными для периода взросления?
- Какие сигналы в поведении подростка должны были насторожить родителей?
- В каких ситуациях подростку требовалась поддержка родителей, как и чем они могли его поддержать?

Ситуации в видеоролике «Письмо отца»:

- неуспешность на соревнованиях, драки во дворе, первая безответная любовь, игры на компьютере....
- отчуждение (перестали быть друзьями), черная депрессия, нежелание выполнять привычные обязанности (гулять с собакой), потеря веры, уход в виртуальную реальность (странный контент в сети, подписка на группы китов и дельфинов (*чушь, по мнению родителей*)), следы на руках (порезы))
- неудача на соревнованиях, драка, разрыв отношений, потеря веры, зависание в компьютере....



Задание: составить список поведенческих реакций, которые будут свидетельствовать о том, что подросток столкнулся с трудной ситуацией

Кейс № 1. «Младшая сестренка»

В жизни Юры наступила темная полоса – переезд в незнакомый чужой район далеко от друзей, новая школа, рождение сестренки, на которой сосредоточилось все внимание и, как кажется Юре, вся любовь родителей. А он нужен в семье только как «слуга для сестры - принеси, прибери, помоги». Только и слышишь: «ты уже взрослый», «ты должен...».

А Юра хочет, чтобы все было как раньше, чтобы они все вместе проводили время, чтобы его спрашивали: как дела? чего нос повесил? Тут еще бабушка Юры, его верный друг и помощник, умерла.

Юра стал запирается в своей комнате и делать вид, что чем-то занят, хотя ничего не хотелось делать. Он почувствовал себя одиноким и совершенно никому не нужным.

Последней каплей стало сегодняшнее требование мамы: «Юра, быстро беги в магазин и купи молочную смесь», когда он готовился к завтрашней контрольной. Юра схватил куртку, крикнул: «Тебе надо, ты и беги, а я не нанимался!» и выскочил из дома...



Задание: составить список поведенческих реакций, которые будут свидетельствовать о том, что подросток столкнулся с трудной ситуацией

Кейс № 2. «Путь к принятию себя»

Алексею 15 лет, он девятиклассник средней школы. Своим главным источником страданий он считает свои уши, которые, по его мнению, торчат, «как у Чебурашки». Эта деталь во внешности кажется Алеше чудовищным недостатком.

Однажды на перемене, одноклассник Егор В., просто из шутки, громко крикнул Леше вслед: «Эй, Лопухий!». С этого дня жизнь Леша изменилась. Эта фраза была знаком, что проблема действительно есть, Леша ее не выдумал.

Алеша начал отращивать волосы, которыми старался прикрыть уши, натягивал на голову капюшон, чем еще больше обращал внимание на себя. Школа для подростка превратилась в место постоянного напряжения. Своим единственным спасением Леша считал хирургическую операцию...



Задание: составить список поведенческих реакций, которые будут свидетельствовать о том, что подросток столкнулся с трудной ситуацией

Кейс № 3. «Любовный треугольник»

Анна Б. (16 лет), и Максим Т. (17 лет), учатся в одной школе в параллели 11 классов. Их отношения для Анны были первой серьезной влюбленностью. Максим, хоть и был привязан к Анне, боялся выглядеть слишком сентиментальным в глазах сверстников, поэтому часто держал дистанцию.

Проблема обострилась, когда Анна заметила, что Максим стал много общаться в соцсетях с ее лучшей подругой, одноклассницей Викторией Щ. (17 лет). Общение между Викторией и Максимом началось с шуток в общей компании, но постепенно стало более закрытым. Кульминацией стал поход с друзьями на каток, где Анна увидела, как Максим и Виктория смеются в стороне от всех. Вспыхнув, она устроила сцену ревности при ребятах, назвала Викторию предательницей, а Максима – лжецом. Максим, чувствуя себя публично униженным, резко ответил, что устал от ее «дурного характера и подозрительности». Пара рассталась.

После этого Анна погрузилась в глубокие переживания. Максим тоже испытывал смятение. Ему нравилась Анна и общение с Викторией изначально не было попыткой изменить, а скорее способом почувствовать себя более независимым. Теперь он оказался в ситуации, которую не планировал...



Сигналы, которые должны насторожить родителей

Кейс 1 «Младшая сестренка»

- стал запирается в своей комнате,
- с раздражением выполняет просьбы родителей
- в новом дворе и школе не появились новые приятели
- сильно переживает смерть бабушки
- стал огрызаться

Кейс 2 «Путь к принятию себя»

- отращивает волосы,
- постоянно натягивает на голову капюшон
- нервничает при разговорах о школе, ищет причины туда не ходить
- заводит разговоры о пластических операциях
- стал нервным, тревожным
- сильно обижается на все шутки, связанные с ушами, и вообще с особенностями внешности

Кейс 3 «Любовный треугольник»

Анна:

- плохое настроение после просмотра социальных сетей
- перестала ходить на каток, стала сидеть дома одна
- Максим перестал заходить в гости
- бурные эмоции, истерики, слезы
- негативные высказывания в адрес Максима и Виктории
- из домашней аптечки пропала упаковка таблеток

Максим,

- состояние растерянности
- уныние
- Анна перестала звонить и приходить в гости

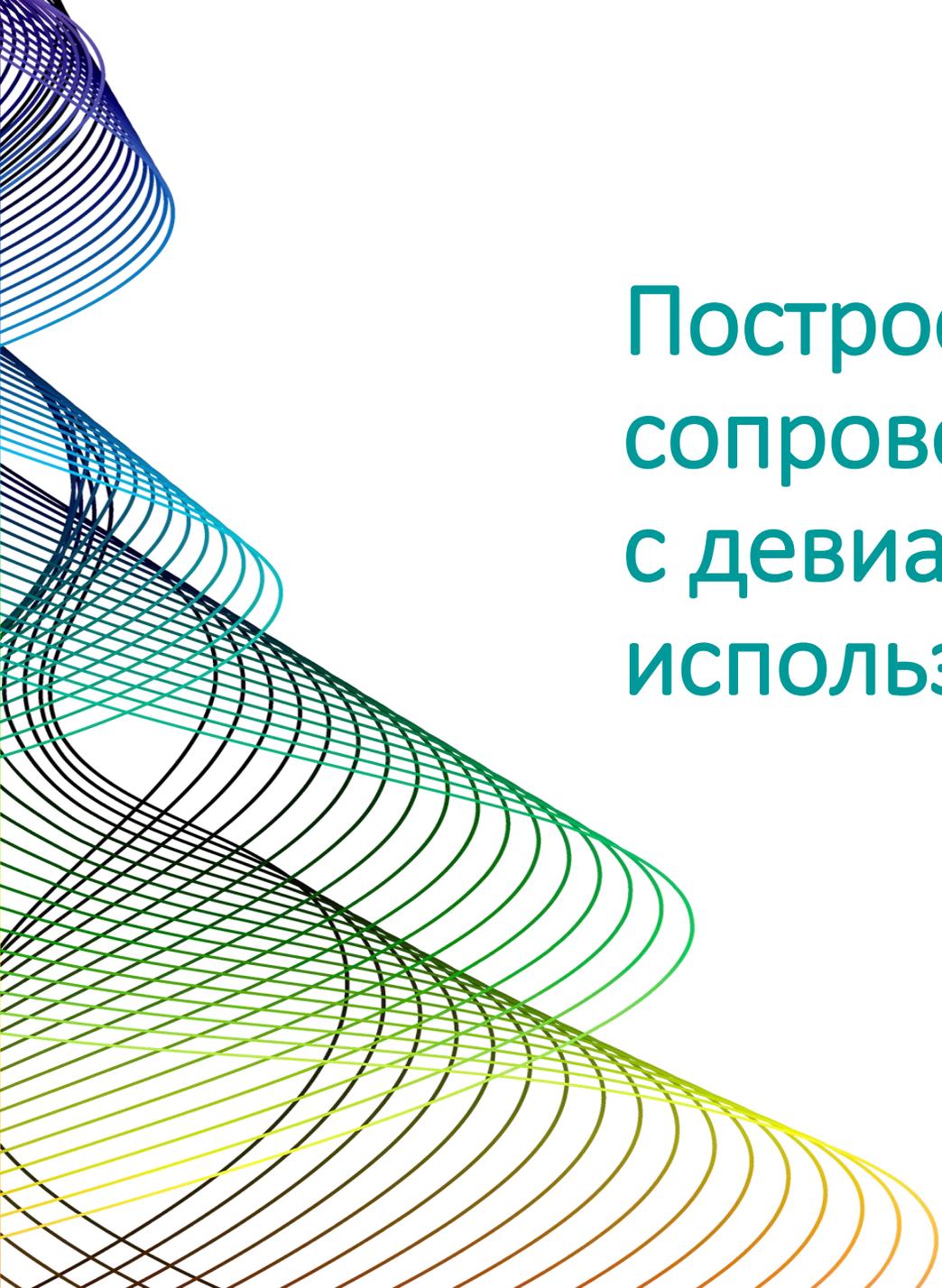


Фразы, расширяющие полосу отчуждения между родителями и подростками

1. *«Не переживай, все пройдет само собой, просто не обращай внимания на это»;*
2. *«Мне бы твои проблемы»;*
3. *«Все через это проходят, ты не первый»*
4. *«Возможно ты сам виноват и сделал что-то не так»*
5. *«Не выдумывай, все нормально»*
6. *«А за что тебя любить, ты такая(–ой) распустеха ленивая, ничего не умеешь»*
7. *«Ты уже взрослый, контролируй свои эмоции»;*
8. *«Вечно у тебя что-то не так»*
9. *«Пора бы уже решать свои проблемы самостоятельно»*
10. *«И в кого ты у меня такой»*

Фразы поддержки

1. *«Тебя что-то беспокоит? Чем я могу тебе помочь?»*
2. *«Для меня важно то, что ты чувствуешь?»*
3. *«Поделись со мной. Мы вместе решим, что можно сделать?»*
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.



Построение программы сопровождения обучающихся с девиантным поведением с использованием кейс-метода

Кейс

Света, 13 лет, 7 класс,
эмоционально неустойчива, активного участия в жизни класса не принимает. Зафиксирован самовольный уход из дома, который объясняет тем, что «Я всем только мешаю»

Причина самовольного ухода
конфликт с матерью из-за позднего возвращения Светланы домой



Какой информации не хватает для составления программы сопровождения

Результаты углубленной диагностики

Опросник акцентуации характера (А.Е. Личко)
истероидная акцентуация

Индекс хорошего самочувствия:
Субъективная неудовлетворенность собственным самочувствием

Социометрия: социальный статус «принимаемая» (имеет 1 выбор девочки, он не взаимный)

Индивидуальный профиль СПТ

Факторы риска:

Импульсивность – 9 баллов

Тревожность – 9 баллов

Факторы защиты:

Принятие одноклассников – 3 балла

Принятие родителями – 1 балл

Адаптированность к нормам – 2 балла

Семья

- Проживает в семье с мамой, отчимом и младшим братом;
- Отчим воспитывает Свету с 8 лет. Мать в декретном отпуске по уходу за сыном (отчим Светы – отец мальчика);
- Отсутствуют единые требования к воспитанию: авторитарный стиль воспитания у матери и попустительский у отчима;
- С родным отцом общается редко, с отчимом отношения хорошие, с матерью – натянутые отношения, с братом общается мало, предпочитает его не замечать

Обучение и общение

- В 7 классе появились многочисленные пропуски занятий без уважительной причины;
- Учебная мотивация низкая, домашние задания выполняет редко, часто списывает у одноклассников
- В 6 классе были трудности с усвоением учебной программы, но учебный год завершен без академической задолженности;
- Общается не только с одноклассниками, но и со старшими ребятами вне школы;
- В среде сверстников старается занять лидерское положение, с кем-то конфликтует, с кем-то объединяясь. Социометрический статус «принятая»;
- Любит внимание мальчиков

Личностные особенности, социальное поведение

- Наследственность психическими заболеваниями не отягощена. Росла и развивалась согласно возрасту;
- Преобладает демонстративный стиль поведения, для достижения определенных целей может манипулировать;
- Обладает творческими способностями, увлекается анимэ;
- Истероидная акцентуация характера.

Побеги из дома



Принцип системности

Выявление в системе, в которую включен ребенок, механизмов возникновения и сохранения трудностей в повседневной жизни, различных расстройств или симптоматического поведения.

Важно работать не только с ребенком (подростком) – носителем симптома, а системой отношений и социальных связей, в которую включен конкретный ребенок.

Формы «нежелательного поведения»

	Требование внимания	Борьба за власть	Мсть	Избегание неудачи
Сущность поведения	Получать особое внимание	«Ты мне ничего не сделаешь!»	Вредить в ответ на обиду	«Не буду делать, все равно не получится»
Эмоция/чувство	Раздражение	Гнев, злость	Боль, обида	Вина, безысходность
Что хочется сделать?	Уйти из ситуации или убрать предмет раздражения	Причинить вред, побить	Желание оправдаться, загладить вину	Сделать все за ребенка
Сильные стороны поведения	Потребность в контакте	Смелость, сопротивление влиянию	Способность защитить себя от боли и обид	нет
Что делать?	Дать внимание	Дать ограниченную, контролируруемую власть	Проговорить чувства, выяснить причину мести	Сделать часть самому, постепенно уменьшать часть своей работы

Истероидная акцентуация характера



Сильные стороны

упорство и инициативность, коммуникабельность и целеустремленность, находчивость и активность, хорошие организаторские способности, самостоятельность и готовность взять на себя руководство, энергичность



Педагогическое воздействие

- нельзя «подкреплять» демонстративное поведение, оно должно встречать отрицательное отношение, но без публичного разбирательства;
- избирательное поощрение за реальные достижения;
- необходимо дать подростку почувствовать, что к нему испытывают интерес как к личности;
- взаимодействие ровное, спокойное, деловое, без особого выделения



Слабые стороны

чувствительны к невниманию, потери комфорта, склонность к интригам и демагогии, лживость и лицемерие, задиристость и бесшабашность, необдуманый риск (но только в присутствии зрителей), учет только собственных желаний, явно завышенная самооценка, обидчивость (когда задевают его лично).



Возможные конфликтные ситуации

- критика достижений, таланта или способностей;
- ограничение круга общения, вынужденное одиночество;
- ситуации, задевающие самолюбие;
- ситуации пусть даже некоторого равнодушия со стороны окружающих людей, а тем более сознательного игнорирования его личности (потребность привлечь к себе внимание может привести к попытке самоубийства)

Пример заполнения формы 6В ППк

Коллегиальное заключение

1. Выводы об имеющихся у ребенка трудностях в развитии, обучении, адаптации

Семейный фактор (отметить)

- статус семьи (*подчеркнуть*): находящаяся в СОП, алкоголизированная, малообеспеченная, многодетная, приемная, неполная (одиноким родителем, развод, смерть одного из родителей), др. _____ (*указать*)
- категория родителей (*подчеркнуть*): **отчим**, мачеха, злоупотребляет спиртными напитками, употребляет ПАВ, находится (вернулся) из мест лишения свободы, пенсионер(ы), инвалид (ы), безработный(й/е), участник СВО

Социально-средовый фактор (сверстники, образовательная организация) (отметить)

- **пропуски занятий по неуважительной причине;**
- **низкая учебная (познавательная) мотивация;**
- наличие академической задолженности / **низкая успеваемость**/ трудности в усвоении образовательной программы ДОУ;
- плохая приспособляемость, зависимость от мнения окружающих (ППЗ);
- **потребность во внимании группы (ПВГ);**
- социометрический статус «изолированный», «пренебрегаемый»;
- принадлежность молодежной субкультуре **анимэ**

Индивидуально-личностные особенности (отметить)

- принятие асоциальных (аддиктивных) установок / «синдром отличника»; повышенная критичность к самому себе, боязнь ошибиться (ПАУ);
- стремление к риску (СР);
- **импульсивность (ИМ);**
- **тревожность (ТР);**
- фрустрация (ФР);
- склонность к нарушению норм и правил, правонарушениям (ДЕ);
- другое _____

Доминирующие эмоции, чувства (*подчеркнуть*): **тревога** / страх / **раздражение** / злость / гнев / ярость / печаль / тоска / уныние / апатия/ скорбь/ обида / вина / одиночество

Ведущий мотив нежелательного поведения (отметить)

- **привлечение внимания (призыв о помощи, желание что-то доказать)**
- власть (самоутверждение, противостояние)

- месть
- избегание неудачи /наказания (самонаказание)
- нежелательное поведение отсутствует (или не определен его мотив)

Триггерное (негативное стрессовое) событие (отметить):

- **острые конфликты между родителями и детьми;**
- конфликты с педагогами;
- серьезная болезнь самого обучающегося или кого-то из членов семьи;
- физическое, сексуальное, эмоциональное насилие;
- разрыв близких отношений, разлука или ссора с друзьями;
- травля в среде сверстников, кибербуллинг;
- частые переезды;
- распад семьи, развод или уход одного из родителей из семьи, смерть одного из членов семьи;
- ситуации проверки знаний (итоговый контроль/ экзамены);

2. Выводы об имеющихся у ребенка ресурсных факторах (факторах защиты)

Семейный фактор

- наличие референтного лица среди родственников _____ (*указать*);
- доверительные отношения / принятие родителями (ПР)

Социально-средовый фактор (сверстники, образовательная организация)

- нет пропусков занятий по неуважительной причине;
- сформированность учебной мотивации;
- успеваемость соответствует возможностям развития обучающегося;
- адаптированность к социальным нормам и правилам ОО (АН);
- **социометрический статус «принятый»**, «предпочитаемый», «звезда» (ПО);
- проявляет социальную активность в среде сверстников (СА)

Индивидуально-личностные особенности

- самоконтроль поведения (СП);
- самооффективность (СЭ);
- фрустрационная устойчивость (ФУ);
- дружелюбие, открытость (ДО).

3. Задачи и ожидаемые результаты психолого-педагогического сопровождения

Задачи психолого-педагогического сопровождения (не более 3-4 задач)	Ожидаемый результат (как изменится мотив поведения и оптимизируются эмоции / чувства?)	Форма контроля (как вы поймете, что произошли изменения в эмоциональном состоянии и поведении?)
Обучить способам саморегуляции, направленным на снижение злости и раздражения по отношению к окружающим (родителям, одноклассникам)	Повышение самоконтроля над импульсивным и агрессивным поведением, снижение интенсивности руминации «Я всем только мешаю»	Шкала семейной гибкости и сплоченности (FACES-3) Педагогическое наблюдение САН
Организовать участие в подготовке и реализации творческого проекта «Портрет современного подростка»	Снижение чувства раздражения, увеличение контактов с одноклассниками	САН, социометрия
Устранить дефициты познавательной активности и создать ситуации успешности	Повышение успеваемости	Мониторинг оценок за четверть / полугодие/ учебный год

4. Срок психолого-педагогического сопровождения 5 месяцев, например 01.02.2026 – 01.07.2026

5. Содержание психолого-педагогического сопровождения

№	Наименование мероприятия	Дата проведения	Способ участия родителя (законного представителя)	ФИО ответственного педагога
Задача 1				
«Обучить способам саморегуляции, направленным на снижение злости и раздражения по отношению к окружающим (родителям, одноклассникам)»				
1.	Консультирование родителей Светы К. по вопросу использования согласованного стиля воспитания подростка с истероидной акцентуацией характера	____.02.2026 ____.03.2026	Выработка общих правил поведения в семье, их обсуждение и применение	ФИО педагога-психолога
2.	Индивидуальные занятия со Светой К. по формированию навыков саморегуляции и межличностной эффективности (самоуважение, личные границы, ответственность за собственные решения) - 2 раза в мес.	____.02.2026 ____.02.2026 ____.03.2026 ____.03.2026 ____.04.2026 ____.04.2026 ____.05.2026 ____.05.2026 ____.06.2026 ____.06.2026	Динамическое наблюдение за эмоциональным состоянием всех членов семьи	ФИО педагога-психолога
3.	Совместное участие Светы К. с мамой в классном мероприятии «Традиции семьи»	06.03.2026	Совместная деятельность	ФИО классного руководителя
4.	Привлечение семьи Светы К. к участию в групповой дискуссии «Подростки и родители- мост через пропасть непонимания»	____.04.2026	Совместная деятельность	ФИО классного руководителя (или педагога, который будет это организовывать)

№	Наименование мероприятия	Дата проведения	Способ участия родителя (законного представителя)	ФИО ответственного педагога
Задача 2 «Организовать участие в подготовке и реализации творческого проекта «Портрет современного подростка»»				
1.	Привлечение Светы К. к рисованию комикса (манга) в рамках создания подростками класса сторителлинга поведения современных подростков	___ .03.2026		ФИО классного руководителя (или педагога, который будет это организовывать)
2.	Привлечение Светы К. организации и проведению школьного фестиваля комиксов «Портрет современного подростка»	01.06.2026	Приглашены на фестиваль в качестве экспертов	ФИО советника по ВР (организатора фестиваля)

№	Наименование мероприятия	Дата проведения	Способ участия родителя (законного представителя)	ФИО ответственного педагога
Задача 3 «Устранить дефициты познавательной активности и создать ситуации успешности»				
1.	Анализ контрольных работ для выявления пробелов в знаниях по предмету	___ .02.2026	Создание условий для выполнения домашней работы	ФИО учителей-предметников
2.	Введение на уроках жетонной системы подкреплений (для создания ситуации успеха)	с февраля по май 2026	Информирование родителей о введении жетонной системы в школе, предложение ввести эту систему и дома	ФИО учителей-предметников
3.	Использование метода «перевернутого обучения» (дома изучают материал, ищут нужную информацию, а в классе выполняют практическую работу в группе)	с февраля по май 2026	Помощь в поиске нужной информации по предмету	ФИО учителей-предметников



Спасибо за внимание!