Приложение № 4.

Утверждаю

Директор школы: Ж.А.Котова.

Приказ № 96 от 17.08.2022 года.

**Памятка для**

**педагога (классного руководителя) МБОУ Отрадовская СОШ при работе с детьми, находящимися в кризисном состоянии (склонными к суицидальному поведению).**

**Как построить разговор с ребенком, находящимся в кризисном**

**состоянии \***

Основная задача педагога при разговоре с ребенком, находящимся в кризисном состоянии, – первичное прояснение ситуации и мотивирование на обращение к специалисту (школьному педагогу-психологу, иным специалистам).

В задачи педагога не входит оказание психологической помощи; однако при возникновении ситуации суицидального риска (в т.ч. при суицидальной попытке) на территории школы педагог может оказаться единственным наиболее близким обучающемуся взрослым человеком и должен будет предпринять действия по снижению суицидального риска. Для таких случаев ниже описаны основные принципы и примеры построения беседы с человеком, находящимся в кризисном (тяжелом эмоциональном) состоянии.

**Основные принципы разговора с ребенком, находящимся в кризисном состоянии:**

постараться нормализовать собственное эмоциональное состояние: исключить у себя панику и другие осложняющие реакции;

уделять все внимание собеседнику, смотреть прямо на него, расположившись удобно, без напряжения напротив него (не через стол);

вести беседу так, будто вы обладаете неограниченным запасом времени и важнее этой беседы для вас сейчас ничего нет. В процессе беседы целесообразно не вести никаких записей, не посматривать на часы, не выполнять какие-либо «попутные» дела;

учитывать, что нотации, уговаривания, менторский тон речи не эффективны и вредны (это лишь убедит подростка, что взрослый, который с ним разговаривает, его не понимает);

нельзя приглашать на беседу подростка через третьих лиц (лучше сначала встретиться как бы невзначай, обратиться с какой-либо несложной просьбой или поручением, чтобы был повод для встречи). При выборе места беседы главное, чтобы не было посторонних лиц (никто не должен прерывать разговор, сколько бы он ни продолжался);

дать возможность собеседнику высказаться, не перебивая его, и говорить только тогда, когда перестанет говорить он.

**Структура разговора и примеры фраз для первичного прояснения намерений и оказания эмоциональной поддержки**

1. Начало разговора: «Мне показалось, что в последнее время ты выглядишь расстроенным, у тебя что-то случилось?»

2. Прояснение намерений: «Бывало ли тебе так тяжело, что не хотелось жить/хотелось, чтобы это все поскорее закончилось?»

3. Активное слушание. Пересказать то, что собеседник рассказал вам, чтобы он убедился, что вы действительно поняли суть услышанного и ничего не пропустили мимо ушей: «Правильно ли я понял(а), что …?»

4. Расширение перспективы: «Давай подумаем, какие могут быть выходы из этой ситуации? Как ты раньше справлялся с трудностями? Чтобы ты сказал, если бы на твоем месте был твой друг?»

5. Нормализация, вселение надежды: «Иногда мы все чувствуем себя подавленными, неспособными что-либо изменить, но потом это состояние проходит».

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Примеры ведения диалога с человеком, находящимся в кризисном состоянии Если подросток говорит:**  | **Рекомендуемые варианты ответа:**  | **Не рекомендуемые варианты ответа:**  |
| «Ненавижу учебу, школу, учителей и т.п.»  | «Что ты хочешь делать, когда это чувствуешь?»  | «Когда я был в твоем возрасте...» «Да ты просто лентяй!»  |
| «Всем было бы лучше без меня!»  | «Кому именно?» «На кого ты обижен?» «Ты очень много значишь для нас, и меня беспокоит твое настроение. Скажи мне, что происходит»  | «Не говори глупостей. Давай поговорим о чем-нибудь другом»  |
| «Вы не понимаете меня!»  | «Что я сейчас должен понять. Я действительно хочу это знать»  | «Кто же может понять молодежь в наши дни?» «Я очень хорошо тебя понимаю»  |
| «Я совершил ужасный поступок...»  | «Давай сядем и поговорим об этом»  | «Что посеешь, то и пожнешь!»  |
| «А если у меня не получится?...»  | «Если не получится, я буду знать, что ты сделал все возможное»  | «Если не получится – значит, ты недостаточно постарался»  |