



Государственное бюджетное учреждение
центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи
Красносельского района Санкт-Петербурга
(ЦППМСР Красносельского района)



Методическое объединение педагогов-психологов образовательных
организаций
Красносельского района

Семинар-практикум «Работа с психологической травмой»

26 декабря 2025 года

Итоги городского открытого Фестиваля-конкурса команд педагогов-психологов



**ПОЗДРАВЛЯЕМ НАШИХ
ЛАУРЕАТОВ!!!**



Новые методические рекомендации Федерального координационного центра по обеспечению развития психолого-педагогической помощи в системе образования Российской Федерации

- ❑ МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО КОМПЛЕКСНОМУ СОПРОВОЖДЕНИЮ ОБУЧАЮЩИХСЯ, ПЕРЕЖИВШИХ ПСИХОТРАВМИРУЮЩИЕ СОБЫТИЯ В УСЛОВИЯХ БОЕВЫХ ДЕЙСТВИЙ (Москва, 2025)
- ❑ ОКАЗАНИЕ ДОПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ УЧАСТНИКАМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ (Москва, 2025)
- ❑ ПРОГРАММА ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ДЕТЕЙ, ПРОЖИВАЮЩИХ В ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКЕ, ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКЕ, ЗАПОРОЖСКОЙ И ХЕРСОНСКОЙ ОБЛАСТЯХ И ИНЫХ СУБЪЕКТАХ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ, ПРИЛЕГАЮЩИХ К РАЙОНАМ ПРОВЕДЕНИЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВОЕННОЙ ОПЕРАЦИИ, В РАМКАХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ КАМПАНИИ В ОРГАНИЗАЦИЯХ ОТДЫХА ДЕТЕЙ И ИХ ОЗДОРОВЛЕНИЯ (Москва, 2025)

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО КОМПЛЕКСНОМУ СОПРОВОЖДЕНИЮ ОБУЧАЮЩИХСЯ, ПЕРЕЖИВШИХ ПСИХОТРАВМИРУЮЩИЕ СОБЫТИЯ В УСЛОВИЯХ БОЕВЫХ ДЕЙСТВИЙ (Москва, 2025)

Целевая группа –

- ✓ обучающиеся в Донецкой Народной Республике, Луганской Народной Республике, Запорожской и Херсонской областях и субъектах Российской Федерации, прилегающих к районам проведения специальной военной операции, проживающие в зоне активных действий СВО,
- ✓ **несовершеннолетние из числа вынужденных переселенцев,**

так как свойственные их возрасту нормативные кризисы взросления осложняются вовлечением в последствия боевых действий и могут выражаться как в поведенческих отклонениях, так и в проявлениях, свойственных посттравматическому стрессовому расстройству (ПТСР).

Психотравмирующие факторы:

- ✓ угроза для жизни и здоровья,
- ✓ постоянная тревога и страх за благополучие своих семей и друзей,
- ✓ потеря родных, близких.

Симптомы дезадаптации в

- ✓ физиологической,
- ✓ эмоциональной,
- ✓ когнитивной,
- ✓ поведенческой сферах.

Девииантное поведение как непродуктивная стратегия совладающего поведения

Дети из числа вынужденных переселенцев

- разнородная группа, объединенная общим опытом утраты привычного уклада жизни и вынужденного перемещения.

Уровень психологической травматизации напрямую зависит от условий эвакуации: от более организованного и безопасного выезда до экстренного бегства под обстрелами.

Все дети в той или иной степени сталкиваются с тревогой за будущее, нарушением адаптации, эмоциональной нестабильностью и трудностями в саморегуляции.

Одной из общих задач по психологической реабилитации таких детей является помощь в адаптации к разлуке с родными, восстановление чувства безопасности и решение актуальных задач конкретного возрастного периода – от выстраивания новых социальных связей до профориентации.

Комплексная помощь в социально-психологической адаптации

- **Учебная адаптация** осуществляется посредством «включения» целевой группы обучающихся в ритм жизни образовательной организации, в том числе оказание дополнительной помощи в освоении образовательной программы.
- **Социально-психологическая адаптация** предполагает повышение качества социального взаимодействия участников образовательных отношений, помощь в установлении обучающимся конструктивных взаимоотношений с одноклассниками/одногоруппниками, педагогическими работниками образовательной организации.
- На уровне **социокультурной адаптации** обучающихся целевой группы рекомендуется привлекать к реализуемым в образовательной организации культурно-просветительским мероприятиям. Работа по включению обучающегося в культурно-образовательное пространство и благоприятный микросоциум позволит существенно снизить риск развития дезадаптационных тенденций и оказать ему содействие в расширении социальных связей, укреплении чувства значимости, позитивной гражданской идентичности и формировании стрессоустойчивости.

Группы дезадаптации целевой группы обучающихся

Группа «нормы»

- ✓ Эффективно функционирующие механизмы адаптации
- ✓ Наличие достаточных психологических ресурсов совладания со стрессом
- ✓ Низкий (умеренный) уровень выраженности факторов риска, связанных с вовлеченностью в последствия боевых действий
- ✓ Отсутствие (минимальная выраженность) иных факторов риска: предшествующий уровень травматизации, значительные пропуски занятий, конфликты со сверстниками и взрослыми, проявления девиантного поведения, дефицитность развития эмоциональной, когнитивной сферы, наличие ограниченных возможностей здоровья и/или инвалидности и иное.

В норме **после переживаний лично значимых событий** интенсивность эмоциональных реакций снижается в короткий срок, наблюдается эмоциональная устойчивость.

Ребенок отличается наличием интересов и увлечений, проявляет активность в социальной сфере, любознателен.

Стремится к общению, коммуникации со сверстниками и взрослыми, налаживает гармоничные взаимоотношения.

Легко засыпает и пробуждается, аппетит в норме.

Испытывает желание посещать образовательную организацию, кружки, заниматься творческой деятельностью.

В когнитивной сфере отмечается хорошее сосредоточение внимания, долгосрочная и краткосрочная память в норме.

Рекомендуется наблюдение и психологическое просвещение для развития навыков саморегуляции и отслеживания изменений состояния и возможных проявлений физиологических последствий стресса.

Легкая степень дезадаптации

- ✓ Недостаточно эффективно функционирующие механизмы адаптации
- ✓ Наличие психологических ресурсов совладания со стрессом (в наличии либо не все оцениваемые психологические ресурсы, либо ресурсы распределены не по всем изучаемым сферам (психофизиологической, эмоциональной, когнитивной, поведенческой, коммуникативной))
- ✓ Наличие факторов риска, связанных с условиями проживания на территориях, вовлеченных в последствия боевых действий
- ✓ Наличие иных факторов риска: предшествующий уровень травматизации, значительные пропуски занятий, конфликты со сверстниками и взрослыми, проявления девиантного поведения, дефицитарность развития эмоциональной, когнитивной сферы, наличие ограниченных возможностей здоровья и/или инвалидности и иное

Особенности

В когнитивной сфере таких детей наблюдается невнимательность, нарушение кратковременной памяти на недавние события. Речевая активность, чрезмерная разговорчивость. Ребенок часто устает, истощается.

В эмоциональной сфере прослеживаются незначительные изменения: сниженный фон настроения, плаксивость, вспышки агрессии, перепады настроения, однако ребенок быстро успокаивается и принимает поддержку и помощь со стороны.

В поведении характерны протесты, снижение мотивации к учебной деятельности, нарушения питания (может отказываться от еды, но в рамках демонстративного поведения), неуверенность в своих силах, частые отказы от ранее интересной деятельности, быстрая смена интересов. Нередко возникают конфликты со сверстниками и взрослыми.

Умеренная степень дезадаптации

- ✓ Недостаточно эффективно функционирующие адаптационные механизмы
- ✓ Наличие отдельных психологических ресурсов (либо распределенных неравномерно по разным сферам) и довольно
- ✓ Большое количество факторов риска, связанных с вовлеченностью территории проживания в последствия боевых действий
- ✓ Иные факторы риска: предшествующий уровень травматизации, значительные пропуски занятий, конфликты со сверстниками и взрослыми, проявления девиантного поведения, дефицитарность развития эмоциональной, когнитивной сферы, наличие ограниченных возможностей здоровья и/или инвалидности и др.

Присутствуют проявления признаков дезадаптации в различных сферах (эмоциональной, психофизиологической, когнитивной, поведенческой, коммуникативной), либо признаки дезадаптации сконцентрированы в какой-то одной из них.

В эмоциональной сфере: раздражительность, плаксивость, ранимость, трудности с саморегуляцией. Отмечаются частые перепады настроения, преимущественно подавленное настроение, чувство тревоги и беспокойства.

В поведении суетливость, проявление агрессивного поведения (вербальная и невербальная агрессия), возможно аутоагрессивное поведение.

Рекомендуется проведение профилактики и психологического просвещения, направленных на восстановление отдельных когнитивных процессов, стабилизацию состояния, развитие навыков саморегуляции, ресоциализацию и организацию досуга, отслеживание состояния и физиологических последствий стресса.

Средняя степень тяжести дезадаптации

- ✓ Недостаточно эффективно функционирующие механизмы адаптации или напряженность адаптационных механизмов
- ✓ Дефицит психологических ресурсов совладания со стрессом
- ✓ Множественные факторы риска, связанные с вовлеченностью территории проживания в последствия боевых действий
- ✓ Иные факторы риска: предшествующий уровень травматизации, значительные пропуски занятий, конфликты со сверстниками и взрослыми, проявления девиантного поведения, дефицитарность развития эмоциональной, когнитивной сферы, наличие ограниченных возможностей здоровья и/или инвалидности и иное.

Клинически значимые признаки: отдельные проявления симптомов ПТСР, распределенные по разным сферам (психофизиологическая, эмоциональная, когнитивная и другие).

В когнитивной сфере отмечается невнимательность, нарушение кратковременной памяти на недавние события. Присутствует речевая активность, ребенок часто устает, истощается.

В эмоциональной сфере наблюдается раздражительность, плаксивость, ранимость, трудности с саморегуляцией. Частые перепады настроения, преимущественно подавленное настроение. Чувство тревоги и беспокойства, суетливость.

Поведение: часто отказываются от бытовых видов деятельности, нерегулярно посещают образовательную организацию, дополнительные занятия. Отмечается снижение мотивации к деятельности, которая раньше приносила удовольствие. Отказываются от приема пищи, наблюдается отсутствие аппетита, снижение физической активности. Проявляется агрессивное поведение (вербальная и невербальная агрессия), аутоагрессивное поведение.

Рекомендуется: дифференциальная диагностика, коррекция (клинические психологи, психиатры, неврологи в медицинских организациях); психологическая, психиатрическая и иная помощь в коррекции кризисных состояний в стационарных медицинских организациях, специалистами службы опеки и попечительства.

Тяжелая дезадаптация

- ✓ Срыв адаптационных механизмов,
- ✓ Недостаточность (вплоть до полного отсутствия) психологических ресурсов совладания со стрессом
- ✓ Множество факторов риска по всем сферам, включая клинически значимые, связанные с вовлеченностью в последствия боевых действий
- ✓ Множество иных факторов риска: предшествующий уровень травматизации, значительные пропуски занятий, конфликты со сверстниками и взрослыми, проявления девиантного поведения, дефицитарность развития эмоциональной, когнитивной сферы, наличие ограниченных возможностей здоровья и/или инвалидности, проявления ПТСР, соответствующие возрастной группе.

Проявления дезадаптации

- ✓ нарушения сна (кошмары, плач во сне, трудности с засыпанием и пробуждением), жалобы на соматические боли (головная боль, боль в желудочно-кишечном тракте), тремор, моторные или голосовые тики, изменения в нервной возбудимости и реакциях, снижение общей психической активности,
- ✓ подозрительность, высоком уровне тревоги, настороженности, пугливости.
- ✓ острая реакция на громкие звуки,
- ✓ страхи темноты, одиночества, закрытых помещений, специфические страхи, связанные со смертью (демонстрируется поведение, воспроизводящее травматический опыт в игре, рисовании, речевых высказываниях),
- ✓ отрешенность, безучастность, частая плаксивость, сужение спектра эмоций, продолжительные негативные эмоциональные состояния,
- ✓ нарушения в социальной сфере функционирования, чувство изолированности от других, чувство отстраненности или отделенности от остальных людей, регрессивное поведение, отсутствие интереса к игре со взрослыми,
- ✓ тяжелые нарушения в памяти и внимании (память на долговременные события нарушена, трудно удерживать внимание),

Рекомендуется: дифференциальная диагностику, социально-психологическая реабилитация (восстановление утраченных или сниженных когнитивных функций и социальных навыков) и медицинскую реабилитацию. Мероприятия осуществляются психологом, нейропсихологом, клиническим психологом, врачом психиатром и неврологом, специалистом органа опеки и попечительства.

Девиантные шаблоны поведения как следствие повышенных психоэмоциональных нагрузок, связанных с травматическим опытом членов семьи, длительной разлукой, страхом потери

- ✓ аутоагрессия и суицидальные тенденции как результат соотнесения с травматическим опытом родителей (законных представителей);
- ✓ асоциальное поведение (агрессия, вандализм, травля), связанное с попыткой восстановить контроль над ситуацией в условиях нестабильности;
- ✓ когнитивные искажения, например, романтизация насилия или отрицание ценности жизни.



1. Навигатор профилактики девиантного поведения:

https://mgppu.ru/about/publications/deviant_behaviour

2. Навигатор профилактики виктимизации

Решение задач психолого-педагогического сопровождения детей, демонстрирующих признаки легкой и умеренной дезадаптации

- Социально-психологическое направление** нацелено на формирование у детей и подростков личностных ресурсов, которые помогут им сопротивляться стрессовым, фрустрирующим обстоятельствам.
- Социально-педагогическое направление** деятельности нацелено на развитие социально-педагогических и культурных условий проявления жизнестойкости.
- Социально-медицинское направление** деятельности. Нацелено на формирование компетенций конструктивного самосохранительного поведения (стремления человека к сохранению достигнутого уровня жизни и деятельности, гармонизация внутреннего психического развития и внешних условий жизнедеятельности).
- Социально-правовое направление** деятельности. Нацелено на формирование субъективной правовой (нормативной) ответственности (качество личности, выражающееся в самоконтроле за соблюдением в своем поведении норм закона, или правовых норм) в аспекте исполнения родительских обязанностей.

ОКАЗАНИЕ ДОПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ УЧАСТНИКАМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ (Москва, 2025)

Рост численности пострадавших в результате чрезвычайных ситуаций

(по данным государственных докладов Министерства Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий (МЧС России) о состоянии защиты населения и территорий Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера)



Актуализация проблемы обеспечения психологической безопасности участников образовательных отношений

Допсихологическая помощь - первое звено в цепи кризисного вмешательства, возможность оказать немедленную поддержку обучающимся, находящимся в состоянии острого стресса

Задачи методических рекомендаций

- информирование педагогов об особенностях проявления кризисных состояний у участников образовательных отношений;
- ознакомление педагогов с алгоритмами действий в КС, ЧС;
- обозначение границ профессиональной ответственности педагогов при оказании допсихологической помощи;
- описание возможных способов минимизации негативных последствий для психологического благополучия участников образовательных отношений, переживающих (переживших) последствия КС, ЧС, и лиц, оказывающих им допсихологическую помощь;
- ознакомление педагогов с методами самопомощи в КС, в том числе для профилактики синдрома профессионального выгорания.

Содержание

Раздел 1. Общие вопросы оказания допсихологической помощи участникам образовательных отношений, в том числе

1.4. Особенности проявления стрессовых реакций у обучающихся разного возраста

Раздел 2. Организация допсихологической помощи обучающимся и способы коммуникативного взаимодействия с обучающимися в кризисной ситуации

2.1. Алгоритм эмоциональной поддержки и организации группы обучающихся до прибытия их родителей (законных представителей) и специалистов экстренных служб

2.2. Организация допсихологической помощи обучающемуся и взаимодействие с ним в чрезвычайной ситуации

Раздел 3. Алгоритмы оказания допсихологической помощи участникам образовательных отношений

3.1. Особенности проявления острой стрессовой реакции и оказание педагогом самопомощи при этих состояниях

3.2. Алгоритм выявления педагогом необходимости оказания допсихологической помощи

3.3. Алгоритм оказания допсихологической помощи обучающимся, находящимся в состоянии тревоги

3.4. Алгоритм оказания допсихологической помощи обучающимся, находящимся в состоянии страха

3.5. Алгоритм оказания допсихологической помощи обучающимся, находящимся в состоянии апатии

3.6. Алгоритм оказания допсихологической помощи обучающимся, находящимся в состоянии агрессии

3.7. Алгоритм оказания допсихологической помощи обучающимся, находящимся в состоянии двигательного возбуждения

3.8. Алгоритм оказания допсихологической помощи обучающимся, проявляющим реакцию истерики

3.9. Алгоритм оказания допсихологической помощи обучающимся в состоянии плача

**Программа психолого-педагогического сопровождения детей, проживающих в Донецкой Народной Республике, Луганской Народной Республике, Запорожской и Херсонской областях и иных субъектах Российской Федерации, прилегающих к районам проведения специальной военной операции, в рамках оздоровительной кампании в организациях отдыха детей и их оздоровления
(Москва, 2025)**

ВАЖНО:

- Проведение первичной психологической диагностики целевых групп обучающихся
- Психодиагностическое наблюдение в течение лагерной смены
- Психодиагностическое обследование по окончании лагерной смены
- Категории целевых групп обучающихся, нуждающихся в повышенном внимании педагога-психолога

A vibrant, fiery red horse is depicted in a dynamic, running pose, moving from left to right across a snowy forest. The horse's mane and tail are engulfed in bright orange and yellow flames, creating a striking contrast with the cold, blue-toned winter environment. The background consists of tall, snow-laden evergreen trees and a ground covered in white snow. The overall scene is illuminated by a bright light source from the top center, casting soft shadows and highlighting the textures of the snow and the horse's coat.

*С Наступающим
Новым 2026 годом!*