

РАССМОТРЕН
на педагогическом совете
Протокол № 6 от 24.12. 2024 г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
Бурьдина Т.Е.
Приказ № 328/1 от 25.12.2024 г.

ПАСПОРТ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ
МКОУ «Ларичихинская СОШ»

2024 г.

Аннотация

Паспорт психологической безопасности (далее – Паспорт) является инструментом выявления, контроля и регуляции наиболее важных характеристик и степени психологической безопасности образовательной среды в образовательной организации.

Паспорт корректируется по мере необходимости:

- данные 1 части обновляются ежегодно;
- данные 2-4 частей – не реже, чем 1 раз в три года.

Уровень психологической безопасности определяется отдельно на каждой возрастной ступени и в целом по образовательной организации в целом. Выбор участников образовательных отношений для участия в экспертизе осуществляется по схеме): 1 вариант: по одному классу в каждой параллели с 1 по 11 класс, их родители и педагоги. Экспертная оценка психологической безопасности образовательной среды состоит из трех уровней:

- 1 уровень (обязательный),
- 2 уровень (оптимальный),
- 3 уровень (специальный).

Актуальное состояние психологической безопасности (обязательный уровень) определяется по таким параметрам, как комфортность (эмоциональное состояние, психологический климат) и защищенность (психологическая, информационная) участников образовательного процесса. При положительных результатах экспертиза может быть ограничена данным уровнем. Второй уровень (оптимальный) предполагает дополнительное исследование удовлетворенности участников образовательных отношений образовательной средой в учреждении - при наличии потребности (например, при значительном преобладании средних результатов) и кадрово-временных ресурсов, а также для получения полной картины состояния психологической безопасности образовательной среды. При выявлении низких показателей по изучаемым параметрам на первом (и втором) уровне дополнительно проводится их углубленное изучение (специальный уровень), например, по выявлению явлений агрессии, жестокого обращения, буллинга, рисков самоповреждающего и суицидального поведения и т.д. Степень психологической безопасности определяется путем выведения среднего значения по всем параметрам обязательного уровня. Для этого все получаемые результаты рассматриваются в единой уровневой системе. Первоначально все используемые методики оцениваются в балльной системе (для анкет также вводятся балльные показатели), затем полученные по каждой методике показатели переводятся в уровневую систему. Обобщаются показатели по всем выбранным категориям участников и приводятся к среднему значению. Таким образом, оценивается каждый параметр. Психологически безопасной образовательная среда может считаться при наличии высоких показателей (не менее 2/3 высокого уровня и не более 1/3 среднего) первого уровня. При всех средних показателях образовательную среду можно считать условно безопасной.

Содержание паспорта психологической безопасности

1. Характеристика образовательной среды образовательной организации

1.1.1. Общие сведения об организации

Наименование образовательной организации: Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение «Ларичихинская средняя общеобразовательная школа» Тальменского района Алтайского края (МКОУ «Ларичихинская СОШ»)

Тип/ вид образовательной организации: казенное

Юридический адрес: 658000, Алтайский край, Тальменский район, с. Ларичиха, улица Школьная,2

Фактический адрес:

- 1. 658000, Алтайский край, Тальменский район, с. Ларичиха, улица Школьная,2
- 2. Филиал «Шицицкая ООШ»:
658030, Алтайский край, Тальменский район, с. Шицидино, улица Школьная,10

3. Структурное подразделение «Ларичихинский детский сад»:
658000, Алтайский край, Тальменский район, с. Ларичиха, улица Школьная,4

	Ф.И.О.	телефон	e-mail
Директор	Бурындина Татьяна Егоровна	8-923 643 13 35	larita1985@mail.ru
Заместитель директора по УВР	Петлюк Надежда Михайловна	8 – 923 166 61 35	tschba@mail.ru
Заместитель директора по ВР	Баранова Наталья Юрьевна	8- 923 643 18 23	nataliya.yemandakova@mail.ru
Педагог-психолог	Кустова Ольга Васильевна	8- 929 329 18 22	nikus1604@yandex.ru
Социальный педагог	Марчукова Зинаида Владимировна. (совмещение)	8-923 643 04 63	zinvlada@rambler.ru
Учитель-логопед	Горбатенко Юлия Николаевна	8- 906 943 50 25	uligorb91@gmail.com
Учитель-дефектолог	Горбатенко Юлия Николаевна	8- 906 943 50 25	uligorb91@gmail.com

1.1.2.Режим работы образовательной организации

1 смена (начало и окончание): 8-00; 13-10
2 смена (начало и окончание): 14-00; 19-45

1.1.3. Количество классов-комплектов

традиционные - 16
коррекционные - нет
профильные -нет
ресурсные - нет

Количество обучающихся

классы	количество обучающихся	количество мальчиков	количество девочек
1-4 классы	106	57	49
5-7 классы	81	42	39
8-9 классы	51	22	29
10-11 классы	10	5	5
Всего	248	126	122

«Шипицынская ООШ» филиал МКОУ «Ларичихинская СОШ»

классы	Кол-во обучающихся	Кол-во девочек	Кол-во мальчиков
1-4	5	1	4
5-7	8	4	4
8-9	6	2	4
Всего	19	7	12

1.1.4. Характеристика персонала образовательной организации

	Кол-во (чел.)		
	Всего	Ознакомленных с алгоритмом действий по пресечению насилия	Прошли курсы повышения квалификации по организации профилактической работы
учителя	40		
психолог/логопед/соц. педагог/дефектолог	(Кустова О.В., Марчукова З.В., Горбатенко Ю.Н.)	3	1
педагоги доп. образования	(Силиванова Е.В.)	1	
педагог-организатор, вожатый	Чечерова М.Ю.	1	
вспомогательный персонал			
обслуживающий персонал	Коростелева Н.И. Бровко А.А. Жукова В.Ю. Ударцева В.А. Романова К.И. Горбатенко Т.В. Бахтинова О.С. Марчукова Т.А. Бровко В.Н.	9	

1.1.5. Коллегиальные органы, рассматривающие вопросы психологической безопасности, и их руководители

Наименование коллегиального органа	Руководитель	Контакты
МКОУ «Ларичихинская СОШ»	Бурындина Т.Е.	8 923 643 13 35
Структурное подразделение «Ларичихинский детский сад»	Бупкова Е.И.	8 905 930 24 51
Филиал «Шишицынская ООШ»	Барбашина Е.В.	8 913 366 84 04

1.1.6. Детские объединения и общественные организации

Название ОДО	Руководитель	Нагрузка в неделю	Направленность	Заполнение журнала АИС «Сетевой регион. Дополнительное образование»
Баскетбол (девушки)	Клименко М.М.	2	Физкультурно-спортивная	+
Баскетбол (юноши)	Клименко М.М.	2	Физкультурно-спортивная	+
Волейбол	Клименко М.М.	2	Физкультурно-спортивная	+
Льжки	Клименко М.М.	3	Физкультурно-спортивная	+
Туристический	Силиванова Е.В.	4	Туристско-краеведческая	+

Музыкальная страна	Баранова Н.Ю.	2	Художественная	+
Dance	Гуляева Н.В.	2	Художественная	+
ЮИД	Деханд А.К.	2	Социально-педагогическая	+
ДЮП	Баранова Н.Ю.	На каникулах	Социально-педагогическая	+
ГИА-9	Щекотева Т.Ю.	На каникулах	Естественнонаучная	+

В школе работают ОДО по следующим направлениям:

Объединение	Кл. руководитель	Количество учащихся	Средняя наполняемость
Dance	Гуляева Нинель Валерьевна	10	
Баскетбол (девушки)	Клименко Марина Михайловна	14	
Баскетбол (юноши)	Клименко Марина Михайловна	14	
Волейбол	Клименко Марина Михайловна	13	
ГИА -9	Щекотева Татьяна Юрьевна	28	
ДЮП	Баранова Наталья Юрьевна	14	
Льжи	Клименко Марина Михайловна	12	
Муз. страна	Баранова Наталья Юрьевна	14	
Эдельвейс	Силиванова Елена Владимировна	25	
ЮИД	Деханд Алена Константиновна	22	
По параллели		166	16,6
1 - 4		166	16,6
Всего по ОДО		166	16,6

Программы объединений дополнительного образования составлены в соответствии с Положением о рабочей программе по дополнительному образованию и рассчитаны на то количество часов, которое предусмотрено учебным планом школы на 2024-2025 учебный год.

С 07 по 11 октября 2024 года проверены все журналы учета работы педагогов ДО в АИС «Сетевой регион. Дополнительное образование». Программы и календарно-тематические планы составлены, электронный журнал заполнен.

Краткосрочные программы ДЮП и ГИА-9 реализуются на каникулах.

Наполняемость объединений

Общее кол-во чел в ОДО (если считать одного ученика)	Мальчиков	Девочек
108	51	57

Процент охвата дополнительным образованием в школе по количеству учащихся в ОДО – 67% - 166 учащихся, средняя наполняемость объединений около 16 человек, однако есть

дети, которые посещают по 2-3 кружка. Поэтому общий % занятости детей в кружках и секциях объединений дополнительного образования в школе составляет 44% (считать одного ученика).

На портале персонифицирования дополнительного образования на данный момент 22 программы. Охват составляет 202 человека. В это число не входят учащиеся, которые зарегистрированы от ДЮСШ. Исходя из данных, можно сказать, что охват дополнительным образованием составляет 100%

1.1.7. Школьная служба примирения:

Ответственный за организацию работы ШСП	Количество обучающихся в ШСП	Количество позитивно решенных конфликтов
1. Баранова Н.Ю., ЗВР. 2. Кустова О.В., педагог-психолог. 3. Марчукова З.В., социальный педагог	Индивидуальные встречи и консультации	0

1.1.8. Перечень реализуемых профилактических программ

Направленность программы	Наименование программы	Кем рекомендована (Минобром; Федерацией психологов образования России, другое)	Классы, в которых реализуется программа	Кол-во человек, обучающихся по программе
по предупреждению безнадзорности, беспризорности, правонарушений и антиобщественных действий несовершеннолетних	План мероприятий по организации правового воспитания.	В соответствии с приказом Министерства образования и науки.	1-11 классы	248 чел.
по формированию жизнестойкости	Программа по формированию жизнестойкости младших школьников и подростков.	Главное управление молодёжи и политики.	1-4 классы 5-9 классы	106 чел. 132 чел.
по профилактики употребления ПАВ	Программа по профилактики употребления ПАВ «Все цвета, кроме чёрного».	Федеральная целевая программа «Стандарт первичной профилактики ПАВ»	2-11 классы	226 чел.

1.2. Сведения о категориях обучающихся, требующих особого внимания

	начальная школа	средняя школа	старшая школа
Количество обучающихся с ОВЗ	8 человек	8 человека	-
Количество обучающихся - инвалидов	5 человек	3 человека	-
Количество обучающихся, оставшихся без попечения родителей	0	Пятков Никита,	
Количество обучающихся с девиантным поведением (состоящих на учете в КДН и ЗП / ВШУ)	4	2 человека	
Количество обучающихся с суицидальным поведением (состоящих на учете в КДН и	0	0	0

ЗП / ВШУ)			
Количество обучающихся с аддиктивным поведением (состоящих на учете в КДН и ЗП / ВШУ)	0		
Количество обучающихся, находящихся в СОП	7		
Количество семей, находящихся в СОП	4		
Количество обучающихся группы суицидального риска	0	0	0
Количество обучающихся, неуспевающих по школьной программе	2	0	
Количество обучающихся с особенностями в физическом развитии	-	1 чел. Васильева Варвара (ДЦП)	-
Другие категории (указать какие)			

1.3. Характеристика внутренней и внешней территории образовательной организации с точки зрения безопасности

Внутренняя территория: информация о плохо просматриваемых, слабо освещённых, укромных уголках, организации безопасности в туалетах, раздевалках, коридорах, столовой, буфетах и т.д.

Внешняя территория: информация о близлежащих объектах, способных представлять опасность для обучающихся (пустыри, гаражи, рощи, заброшенные строения, тупики, общежития, учреждения профессионального образования, плохо просматриваемые, слабо освещённые и малолюдные территории и т.д.).

1.4. Характеристика информационной обеспеченности ОО по вопросам безопасности

	Обучающиеся	Родители	Педагоги
<i>размещение</i>	<i>перечень информационных продуктов и количественный охват участников образовательных отношений</i>		
стенды в коридорах и рекреациях	1. Закон и право. 2. Паспорт дорожной безопасности.	Информационный стенд для всеобщего обозрения	Информационный стенд для всеобщего обозрения
классные уголки	Имеются информационные листы	Имеются информационные листы	Имеются информационные листы
сайт ОО	Текущая информация размещается на новостной ленте, в разделе	Текущая информация размещается на новостной ленте, в разделе	Текущая информация размещается на новостной ленте, в разделе

II. Оценка актуального состояния социально - психологической среды образовательной организации
Обязательный уровень.
Оценка психологической комфортности образовательной среды

Параметры/ категории	Преобладающее эмоциональное состояние обучающихся	Социально - психологический климат в классных коллективах		Общий уровень комфортности образовательной среды
		качество взаимоотношений «ученик – ученик»	качество взаимоотношений «ученик – учитель»	
Обучающиеся 1-4 класс	Преобладает спокойное, уравновешенное;	Преобладает энергия, активность во всех направлениях.	предпочтение демократического стиля	Удовлетворительный уровень комфортности
5-7 класс	Средний уровень агрессии	Средний уровень благоприятности.	предпочтение демократического стиля	Удовлетворительный уровень комфортности
8-9 класс	Благоприятное самочувствие	Благоприятная психологическая атмосфера в коллективе.	предпочтение демократического стиля	Удовлетворительный уровень комфортности
10-11 класс	Благоприятное самочувствие	Благоприятная психологическая атмосфера в коллективе.	предпочтение демократического стиля	Удовлетворительный уровень комфортности

Используемые методики оценки психологической комфортности образовательной среды

Параметры/ категории	Преобладающее эмоциональное состояние обучающихся	Социально-психологический климат в классных коллективах	
		качество взаимоотношений в системе «ученик – ученик»	качество взаимоотношений в системе «ученик – учитель»
Обучающиеся 1-4 класс	Методика «Цветодиагностика эмоциональных состояний» Е.Ф. Бакина и А.М. Эткинда	Цветовой тест отношений (Л.Н. Лутошкина)	Методика «Эмоциональная близость к учителю» (автор Р. Жиль)
5-7 класс	Тест эмоций (тест Басса-Дарки в модификации Г.В. Резапкиной)	Карта-схема оценки психологического климата в классе (Л.Н. Лутошкин)	Анкета «Классный руководитель глазами воспитанников»

8-9 класс	Методика «САН»	Методика оценки психологической атмосферы в коллективе (по А.Ф. Фидлеру)	Анкета «Отношение учеников к учителю» (Рогов Е.И.)
10-11 класс	Методика «САН»	Методика оценки психологической атмосферы в коллективе (по А.Ф. Фидлеру)	Анкета «Отношение учеников к учителю» (Рогов Е.И.)

Оценка психологической защищенности образовательной среды

Параметры/ категории	Психологическая и физическая защищенность участников образовательного процесса		
Обучающиеся			
1-4 класс		Удовлетворительная	
5-7 класс		Удовлетворительная	
8-9 класс		Удовлетворительная	
10-11 класс		Удовлетворительная	
Родители			
1-4 класс		Удовлетворительная	
5-7 класс		Удовлетворительная	
8-9 класс		Удовлетворительная	
10-11 класс		Удовлетворительная	
Педагоги			
1-4 класс		Удовлетворительная	
5-7 класс		Удовлетворительная	
8-9 класс		Удовлетворительная	
10-11 класс		Удовлетворительная	

Используемые методики оценки защищенности образовательной среды

Параметры/ категории	Психологическая и физическая защищенность участников образовательного процесса	Информационная защищенность обучающихся
	Основные	
Обучающиеся		
1-4 класс	«Психологическая безопасность образовательной среды школы» (И.А. Баева) - анкета для учащихся (адаптация вопросов для нач. школы)	Анкеты по информационной безопасности
5-7 класс	«Психологическая безопасность образовательной среды	Анкеты по информационной безопасности

	школы» (автор И.А. Баева) – (анкеты для учащихся, педагогов, родителей)	
8-9 класс	Анкета «Безопасность в сети Интернет»	Анкеты по информационной безопасности
10-11 класс	Анкета «Безопасность в сети Интернет»	Анкеты по информационной безопасности
Родители	«Психологическая безопасность образовательной среды школы» (автор И.А. Баева) – (анкеты для учащихся, педагогов, родителей)	Анкеты по информационной безопасности для родителей
Педагоги	«Психологическая безопасность образовательной среды школы» (автор И.А. Баева) – (анкеты для учащихся, педагогов, родителей)	Анкеты по информационной безопасности для педагогов

III. Общий вывод по результатам оценки (экспертизы) образовательной среды

На основании проведённого мониторинга, выяснилось: что межличностные отношения между участниками образовательного процесса МКОУ «Ларицкая СОШ» построены на принципах сотрудничества, доброжелательности, доверия, справедливости и уважения; выявлен удовлетворительный уровень принадлежности индивидов к группе, удовлетворительный уровень эмоциональной включённости и взаимопомощи, в коллективах существуют нормы справедливого и уважительного отношения ко всем ее членам, поддержка и защита слабых, помощь новичкам; присутствует свободное выражение собственного мнения, доброжелательная и деловая критика, отсутствие давления, принятие на себя ответственности за состояние дел в группе каждым из ее членов, сопереживание искреннее участие всех членов коллектива успехам или не удачам отдельных его членов;

Степень психологической комфортности определялась по преобладающему эмоциональному состоянию (эмоциональному благополучию) участников образовательных отношений при нахождении в образовательной организации и социально-психологическому климату в учебных и педагогическом коллективах и в организации в целом. Об эмоциональном благополучии в образовательной организации свидетельствует положительно окрашенное эмоциональное самочувствие обучающихся, педагогов и родителей в стенах учреждения: чувство внутренней гармонии между потребностями и их удовлетворением, нормальный уровень ситуативной и личностной тревоги, оптимальный уровень активности и работоспособности, возможность и готовность адекватно действовать в различных жизненных ситуациях, наличие хорошего настроения, эмоциональная устойчивость (самообладание), минимизация чувства страха, свободное, естественное проявление чувств, управление негативными эмоциями и контроль реакций; принятие роли ученика и системы предлагаемых образовательной организацией ценностей. Эмоции и чувства, доминирующие переживания в процессе взаимодействия взрослых и детей в образовательной среде, позитивные, следовательно, образовательную среду можно рассматривать как комфортную. В школе отсутствует психологическое насилие во всех видах и формах для всех участников образовательного пространства, таким образом, в образовательной среде существует защищенность от психологического насилия, а именно:

- психологическая защищенность – положительные эмоциональные переживания и осознание возможности удовлетворения своих основных потребностей и обеспеченности собственными прав; чувство принадлежности к группе, адекватная самооценка, реалистичный уровень притязаний и отсутствие повышенной тревожности неврозов, страхов и т.д.;
- физическая защищенность - состояние защищенности жизненно-важных интересов от угроз, источниками которых являются злоумышленные противоправные (несанкционированные) действия физических лиц;
- информационная защищенность (безопасность) - защищенность от информации, причиняющей вред здоровью и развитию, умение выбирать безопасную информацию через ее адекватное восприятие, оценку и критическое осмысление на основе нравственных и культурных ценностей

IV. План мероприятий по обеспечению психологической безопасности функционирования образовательной организации

№	Содержание работы по каждому направлению	Категория участников	Сроки	Ответственные
1	Диагностическое	Учащиеся	1 раз в год и по необходимости	Классные руководители Педагог-психолог
		Педагоги	1 раз в год	Социальный педагог
		Родители	1 раз в год и по необходимости	Классные руководители Педагог-психолог
2	Информационно-просветительское	Учащиеся	4 раз в год и по необходимости	Классные руководители
		Педагоги	1 раз в год и по необходимости	Заместитель директора по ВР
		Родители	1 раз в год и по необходимости	Классные руководители Педагог-психолог
3	Формирующее (активизирующее)	Учащиеся	1 раз в год и по необходимости	Классные руководители
		Педагоги	1 раз в год и по необходимости	Заместитель директора по ВР
		Родители	по необходимости	Классные руководители Педагог-психолог
4	Профилактико-коррекционное (с группами риска)	Учащиеся	2 раза в год и по необходимости	Классные руководители
		Педагоги	1 раз в год и по необходимости	Заместитель директора по ВР
		Родители	по необходимости	Социальный педагог Педагог-психолог

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЛАРИЧИХИНСКАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
ТАЛЬМЕНСКОГО РАЙОНА АЛТАЙСКОГО КРАЯ

П Р И К А З

«25» декабря 2024г.

№ 328/1

с. Ларичиха

**Об утверждении паспорта
психологической безопасности
МКОУ «Ларичихинская СОШ»**

В целях выявления, контроля и регуляции важных характеристик и степени психологической безопасности образовательной среды в МКОУ «Ларичихинская СОШ», на основании решения педагогического совета школы от 24.12.2024г. № 6

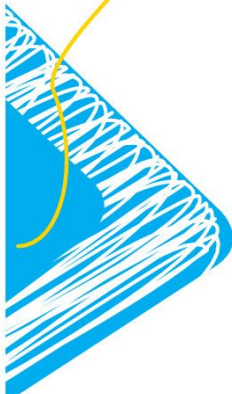

Приказываю:

1. Утвердить паспорт психологической безопасности МКОУ «Ларичихинская СОШ» (Приложение 1).
2. Контроль за корректировкой паспорта психологической безопасности возложить на заместителя директора (по воспитательной работе) Баранову Наталью Юрьевну.

Директор школы



Т.Е. Бурындина



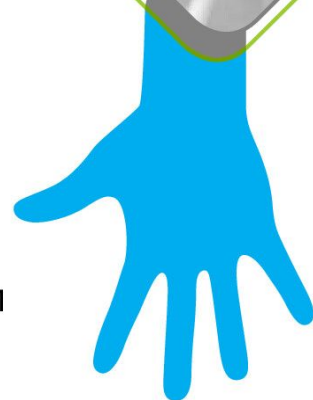
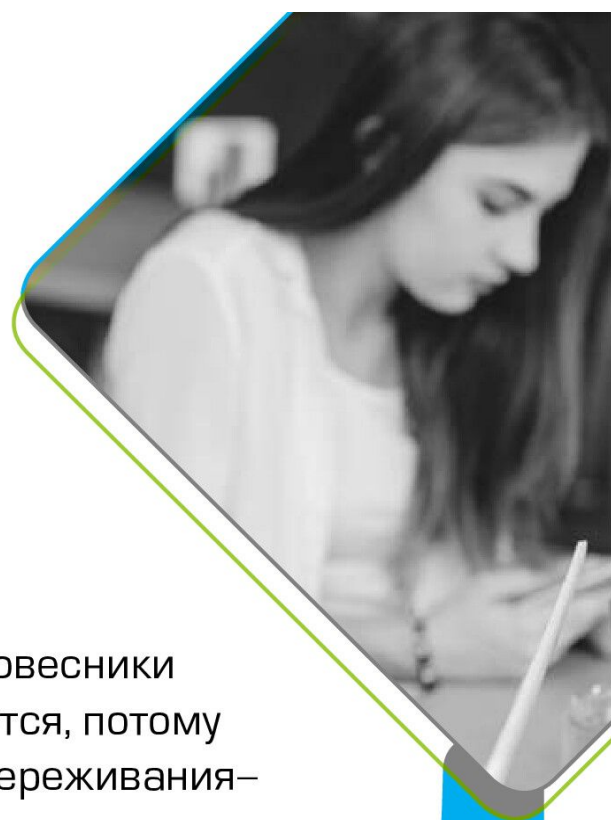
КОГДА НУЖНО ОБРАЩАТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ ОБЯЗАТЕЛЬНО?

К сожалению, бывает, что твои ровесники обратиться к взрослым не решаются, потому что стыдятся поделиться своими переживаниями с чужим человеком или не верят, что им смогут помочь, или считают это признаком слабости. В результате, попав в сложную ситуацию, ты будешь самостоятельно искать решение и часто поступать опрометчиво. Эти решения могут привести тебя совсем не туда, куда бы ты хотел.



ЗАПОМНИ!

- Если ты подвергаешься насилию в семье или школе...
- Если тебя обижают, унижают сверстники или взрослые...
- Если тебя запугивают или шантажируют, отнимают деньги или вещи...
- Если тебе кажется, что весь мир против тебя...
- Если ты не можешь разобраться в себе и своих чувствах...
- Если тебе кажется, что ты остался совсем один...

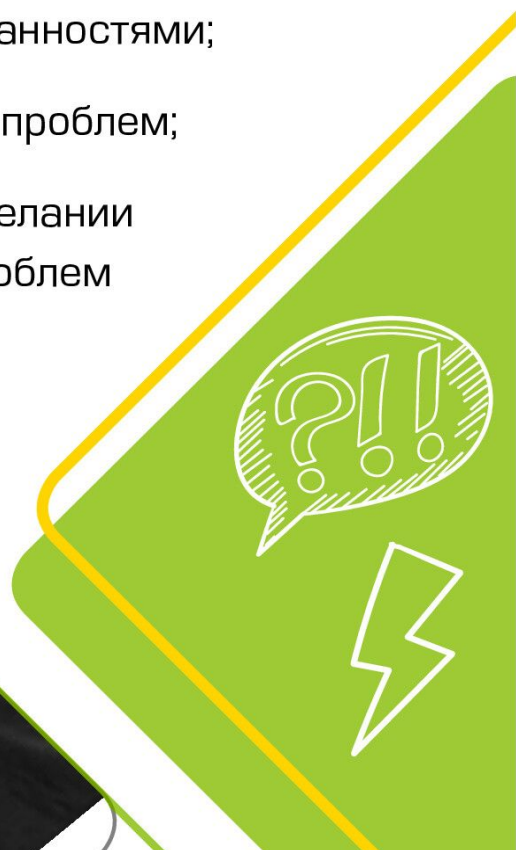


КАК САМОМУ РАСПОЗНАТЬ УГРОЗУ?



УГРОЗА ЕСТЬ, ЕСЛИ...

- ... ты переживаешь негативные эмоции и чувства на протяжении длительного периода времени, устал от них, чувствуешь замешательство, опустошенность, а они все не проходят;
- ... у тебя случаются ночные кошмары и бессонница;
- ... ты чувствуешь одиночество и у тебя нет человека, с кем можно поделиться своими чувствами, хотя ты нуждаешься в этом;
- ... тебе кажется, что ваши взаимоотношения в семье ухудшились;
- ... ты стал хуже справляться со своими обязанностями;
- ... тебе кажется, что мир сплошь состоит из проблем;
- ... тебе все надоело и приходят мысли о нежелании так жить, а уход кажется избавлением от проблем и трудностей;





КАК ПРОТИВОСТОЯТЬ СИТУАЦИЯМ, КОТОРЫЕ МОГУТ НЕСТИ РИСК И ОПАСНОСТЬ ДЛЯ ТВОЕЙ ЖИЗНИ?

1

УЧИСЬ РАБОТАТЬ СО СВОИМИ ЭМОЦИЯМИ

Наше поведение целиком зависит от того, как мы настроены. Вспомни время, когда тебе казалось, что все идет хорошо, когда настроение у тебя было лучше не придумаешь. Надо полагать, в это время ты и уроки не прогуливал, и домашние задания делал вовремя, и контрольные хорошо писал. Если ты играл в школьной команде, то у тебя и тут наверняка все получалось. Скорее всего, ты не ссорился с одноклассниками и родителями. Словом, вел себя, как человек, которому все в удовольствие.



ЗАПОМНИ!



**ТЫ – ТОТ ЖЕ САМЫЙ ЧЕЛОВЕК,
КОТОРЫМ ТЫ БЫЛ ПЕРЕД ТРУДНОЙ
СИТУАЦИЕЙ В ВАШЕЙ ЖИЗНИ.**

«СВЕТ В КОНЦЕ ТУННЕЛЯ» ЕСТЬ.

**ЕСЛИ ТЫ СТРАДАЕШЬ СЛИШКОМ СИЛЬНО ИЛИ
СЛИШКОМ ДОЛГО, ТО ТЕБЕ НЕОБХОДИМО
ВОСПОЛЬЗОВАТЬСЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩЬЮ.**

КАКИЕ СПЕЦИАЛИСТЫ ПОМОГУТ, ЕСЛИ ТЫ ОКАЗАЛСЯ В ОПАСНОСТИ?



В ситуации опасности ты можешь обратиться к следующим специалистам:

ЮРИСТ — это специалист, который предпримет все необходимые действия, если нарушены твои законные права и интересы. Он доходчиво расскажет о положенных тебе льготах и помощи со стороны государства (социальных услугах), объяснит, как правильно написать заявление или заполнить анкету и, если понадобится, будет отстаивать твои интересы. Юрист подскажет как тебе лучше поступить в той ситуации, в которой ты оказался, с точки зрения соблюдения твоих интересов. Он разъяснит тебе твои законные права и обязанности.



ПОЛЕЗНЫЕ ССЫЛКИ



**ВСЕРОССИЙСКИЙ
ДЕТСКИЙ
ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ
8-800-2000-122**

Психологическое консультирование, экстренная и кризисная психологическая помощь для детей в трудной жизненной ситуации, подростков и их родителей (бесплатно, круглосуточно)



**ФОНД ПОДДЕРЖКИ ДЕТЕЙ,
НАХОДЯЩИХСЯ В ТРУДНОЙ
ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ**



fond-detyam.ru



**ИНФОРМАЦИОННЫЙ ПОРТАЛ О ВСЕХ
ВИДАХ ЗАВИСИМОСТЕЙ, СВЯЗАННЫХ
С КОМПЬЮТЕРНЫМИ И МОБИЛЬНЫМИ
УСТРОЙСТВАМИ**
netaddiction.ru/1

ЛИНИЯ ПОМОЩИ «ДЕТИ ОНЛАЙН».
detionline.com/helpline/risks

Специализированные страницы сайта ФГБУ
«ЦЕНТР ЗАЩИТЫ ПРАВ И ИНТЕРЕСОВ ДЕТЕЙ»:

**«ПОДДЕРЖКА ДЕТСТВА»,
«ТВОЕ ПРАВО»,
«ИНФОРМАЦИОННАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ»,
«ЦЕННОСТЬ ЖИЗНИ»:**

www.fcprc.ru



2



БУДЬ ВНИМАТЕЛЕН К ОКРУЖАЮЩИМ

ПОМНИ: мы ведем себя в зависимости от того, что в данный момент чувствуем. И если люди вдруг начинают вести себя непривычно, это верный знак того, что с ними что-то неладно. Если привычное поведение твоего друга почему-то вдруг изменилось, если прошло уже несколько недель, а ты его не узнаешь, значит с ним что-то произошло. Главные слова тут «изменилось» и «почему-то вдруг»; существенно в данном случае не то, что он ведет себя не так, как следует, а то, что он ведет себя не так, как вел раньше.

ЕСЛИ ТВОЙ ДРУГ:

- демонстрирует неожиданные смены настроения,
- недавно перенес тяжелую утрату,
- раздает любимые вещи,
- приводит дела в порядок,
- становится агрессивен, бунтует, не желает никого слушать,
- живет на грани риска, совершенно не бережет себя,
- утратил самоуважение...

Это значит, он не может справиться с трудной жизненной ситуацией и отчаялся в поиске выхода из нее.