

И. М. Слободчиков

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ И ПСИХОЛОГОВ

Кризисные ситуации,
провоцируемые детьми и подростками,
и способы их регуляции

И. М. Слободчиков

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ И ПСИХОЛОГОВ

Кризисные ситуации,
провоцируемые детьми и подростками,
и способы их регуляции

Петрозаводск
ВЕРСО • 2026

ББК 88.415-8

УДК 159.9

С 48

ОБ АВТОРЕ:

Илья Михайлович Слободчиков —

доктор психологических наук, профессор кафедры глобальной русистики, этноориентированной педагогики и цифровой дидактики Института русского языка Российского университета дружбы народов им. П. Лумумбы, академик Европейской академии естественных наук, профессор.

Слободчиков, Илья Михайлович.

С 48 Практические рекомендации для педагогов и психологов : кризисные ситуации, провоцируемые детьми и подростками, и способы их регуляции / И. М. Слободчиков. — Петрозаводск : Версо, 2026. — 15 с.

ББК 88.415-8

УДК 159.9

ISBN 978-5-91997-525-0

© Карельский фонд развития образования, 2026.

ВВЕДЕНИЕ

Практические рекомендации адресованы педагогам, педагогам-психологам, классным руководителям, кураторам групп, социальным педагогам и администрации образовательных организаций. Их цель — дать рабочую схему действий в кризисных ситуациях, которые инициируются или внешне провоцируются детьми и подростками: агрессия, отказ от требований, травля, самоповреждающие высказывания, побег, паника, цифровая провокация, конфликт с родителями, разрушительное поведение в группе.

Рекомендации не заменяют медицинскую, психиатрическую, юридическую или экстренную помощь. Если есть непосредственная угроза жизни и здоровью, приоритетом является безопасность: следует вызвать экстренные службы согласно ситуации (112 — единый номер вызова, 104 (04) — аварийная служба газовой сети, 103 (03) — скорая медицинская помощь, 102 (02) — полиция, 101 (01) — пожарная охрана), не оставлять ребенка одного, уведомить администрацию и действовать по локальному регламенту образовательной организации. Для психологической поддержки детей, подростков и родителей в России доступен детский телефон доверия (номер 8-800-2000-122 — для звонков со стационарных или сотовых телефонов, короткий номер 124 — для сотовых телефонов).

1. Базовые принципы кризисной регуляции

Принцип 1. Сначала безопасность, затем воспитание. В острой фазе бесполезно читать длинные нотации, выяснять мотивы и требовать немедленного раскаяния. Мозг ребенка в состоянии сильного возбуждения работает в режиме защиты: он слышит интонацию больше, чем смысл, и реагирует на угрозу быстрее, чем на аргумент. Поэтому первая задача взрослого — убрать риск, снизить накал и восстановить контакт.

Принцип 2. Спокойствие взрослого является инструментом, а не личной чертой. Педагог может испытывать злость, страх или обиду, но его профессиональная роль требует говорить медленнее, короче и тише, чем ребенок. Чем выше громкость подростка, тем меньше должна быть эмоциональная амплитуда взрослого. Это не слабость, а управление ситуацией.

Принцип 3. Граница должна быть ясной, но не унижительной. Формула кризисной границы: «Я вижу, что ты сейчас очень злишься. Кричать и угрожать нельзя. Мы выйдем на две минуты и решим, как продолжить». В ней есть признание состояния, запрет опасного поведения и понятный следующий шаг.

Принцип 4. Не спорить при зрителях. Подросток часто удерживает «лицо» перед группой, поэтому публичное давление усиливает сопротивление. Если ситуация не требует немедленного публичного вмешательства, взрослому лучше снизить аудиторию: попросить класс открыть учебники, отправить одного ученика за дежурным администратором, предложить подростку выйти к двери или в кабинет психолога.

Принцип 5. Любой кризис должен завершаться восстановительным действием. После стабилизации важно определить: кому нанесен вред, что нужно исправить, какая поддержка нужна ребенку, какие правила класса нарушены, как предотвратить повторение. Без восстановления кризис остается только наказанным эпизодом.

2. Алгоритм «СОС»: стабилизировать – оценить – сопровождать

Стабилизировать. В первые минуты взрослый прекращает опасное действие, разделяет участников, снижает публичность, убирает предметы, которыми можно причинить вред, вызывает на помощь коллегу. Фразы должны быть короткими: «Стоп. Я рядом. Сейчас важно, чтобы никто не пострадал. Отойдем сюда». Не нужно требовать немедленного объяснения.

Оценить. После первичного снижения напряжения педагог/психолог определяет уровень риска: есть ли травма, угрозы, самоповреждение, побег, насилие, признаки интоксикации, повторяемость эпизода, участие группы, цифровой след, свидетели, возможное давление семьи. Оценка риска фиксируется не для наказания, а для правильной маршрутизации.

Сопровождать. На третьем этапе составляется план: индивидуальная беседа, контакт с родителями, восстановительная встреча, работа с классом, консультация психолога, направление в ППМС-центр, медицинскую организацию, КДН, органы опеки или правоохранительные органы при необходимости. Важно назначить ответственного взрослого и срок повторного контакта.

3. Что говорить в первые минуты: речевые формулы

При вербальной агрессии: «Я слышу, что ты очень сердит. Оскорблять нельзя. Сейчас мы остановим разговор и продолжим без класса».

При отказе выполнять задание: «Ты можешь не быть готов отвечать сейчас. Но урок продолжается. Выбери: выполнить минимум письменно или обсудить после урока что мешает».

При плаче или панике: «Ты в безопасности. Не нужно сейчас объяснять. Посмотри на меня, сделай медленный вдох. Я побуду рядом».

При угрозах самоповреждения: «Спасибо, что сказал. Я воспринимаю это серьезно. Я не оставляю тебя одного и подключу взрослых, которые помогут сохранить безопасность».

При травле: «Это не шутка, если человеку больно и он не может остановить ситуацию. Мы прекращаем это сейчас. Дальше будем разбираться со всеми участниками».

При разрушении вещей: «Стоп. Вещи ломать нельзя. Сейчас ты отходишь от предметов, а я вызываю взрослого, чтобы никто не пострадал».

4. Ошибки, которые усиливают кризис

Ошибка 1. Публичное стыжение. Фразы «Ты позоришь класс», «Посмотрите на него», «С тобой все ясно» переводят ситуацию из педагогической в статусную и часто усиливают сопротивление.

Ошибка 2. Силовое соревнование. Если взрослый начинает доказывать, кто главнее, подросток может воспринимать уступку как потерю лица. Лучше не входить в борьбу за власть, а задавать рамку действий.

Ошибка 3. Обесценивание угроз. Фраза «Да ты просто привлекаешь внимание» опасна при самоповреждающих высказываниях. Даже демонстративная угроза требует оценки риска.

Ошибка 4. Немедленное примирение жертвы и агрессора. При травле такая практика может усилить давление на пострадавшего. Сначала безопасность и прекращение насилия, затем восстановительная работа при готовности сторон.

Ошибка 5. Одиночная работа педагога. В сложной ситуации педагог не должен «героически справляться» один. Нужны коллега-свидетель, психолог, администрация, родители и службы.

5. Мини-протокол для педагога на уроке

Шаг 1. Остановить опасное действие одной короткой фразой: «Стоп. Так нельзя».

Шаг 2. Снизить аудиторию: дать классу простое задание, переместить ученика ближе к двери, вызвать дежурного администратора или психолога.

Шаг 3. Предложить ограниченный выбор: «Сядишься за парту и выполняешь минимум» или «Выходишь со мной на две минуты». Выбор должен быть реальным, но в пределах допустимого.

Шаг 4. Не обсуждать мотивы до снижения возбуждения. В острой фазе спросить только то, что связано с безопасностью: «Ты ранен? У тебя есть что-то опасное? Кого нужно убрать рядом?»

Шаг 5. После урока оформить короткую запись: дата, место, участники, факты без оценочных ярлыков, принятые меры, кому передана информация.

6. Мини-протокол для педагога-психолога

Первичная кризисная беседа строится по схеме: контакт — безопасность — эмоции — смысл — следующий шаг.

Контакт: назвать ребенка по имени, представить цель беседы, убрать обвинительный тон. *Безопасность:* уточнить, есть ли риск причинения вреда себе или другим. *Эмоции:* помочь назвать состояние. *Смысл:* понять функцию поведения. *Следующий шаг:* договориться о конкретном действии на ближайшие часы и день.

Вопросы психолога должны быть простыми и не следственными: «Что произошло перед тем, как ты сорвался?», «Что бы ты хотел изменить?», «Кто сейчас может быть рядом безопасно?», «Что поможет тебе не сделать хуже в ближайшие 10 минут?», «Кому из взрослых можно сказать правду?»

При риске самоповреждения психолог не обещает абсолютную тайну. Он спокойно объясняет: «Я не буду распространять то,

что ты сказал, но безопасность важнее тайны. Я обязан подключить помощь». Затем действует по регламенту: администрация, родители или законные представители, медицинская помощь, экстренные службы при непосредственной угрозе.

7. Работа с родителями после кризиса

Разговор с родителями должен быть фактологичным. Начинать следует не с обвинения, а с описания ситуации: «Сегодня на перемене произошла драка. Мы остановили ее, осмотрели детей, сейчас нужно обсудить безопасность и дальнейшие действия». Фразы «Ваш ребенок неуправляемый» или «Вы плохо воспитываете» почти всегда вызывают защиту и мешают сотрудничеству.

Важно разделять три задачи: информировать, привлечь к помощи, согласовать план. Родителям нужно рассказать о том, что школа уже сделала, что вызывает тревогу, чего школа ожидает от семьи и какие ресурсы доступны. Если ребенок сообщает о насилии дома, педагог не должен передавать информацию потенциально опасному взрослому без оценки риска и консультации с администрацией и службами защиты.

С родителями полезно фиксировать короткие договоренности: кто забирает ребенка, будет ли консультация специалиста, какие ограничения вводятся на время кризиса, кто отвечает за связь со школой, когда состоится повторная встреча. Письменная фиксация снижает риск взаимных обвинений.

8. Восстановительная работа с классом

Класс после кризиса нуждается в восстановлении норм. Даже если конфликт был между двумя детьми, свидетели испытывают тревогу, злость, возбуждение или желание повторить провокацию. Классный час не должен превращаться в обсуждение личных деталей участника. Цель — восстановить правила безо-

пасности, уважения, обращения за помощью и ответственности свидетелей.

Структура восстановительной встречи: 1) напоминание правил конфиденциальности; 2) обсуждение не личности, а явления: агрессии, травли, цифрового давления; 3) фиксация нормы: «в нашем классе нельзя унижать, угрожать, распространять личные фото»; 4) варианты помощи: кому сообщать, где взять поддержку; 5) действие класса: кодекс чата, правило свидетеля, способ остановки насмешек.

Если кризис связан с травлей, необходимо отдельно работать с пострадавшим, агрессором, активными помощниками агрессора и наблюдателями. Наблюдатели — ключевой ресурс: когда группа перестает смеяться, пересылать и молчаливо поддерживать, травля теряет социальную подпитку.

9. Документирование и межведомственное взаимодействие

Документирование должно быть кратким, точным и без психологических ярлыков. Писать следует: «ученик А толкнул ученика Б, после чего Б упал», а не «ученик А агрессивный и опасный». Фиксируются дата, время, место, участники, свидетели, действия взрослых, состояние детей, уведомление родителей, дальнейшие меры.

Межведомственное взаимодействие необходимо при угрозе жизни, систематическом насилии, побеге, признаках жестокого обращения, суицидальном риске, употреблении психоактивных веществ, тяжелой травле, правонарушении. В таких случаях школа действует не как карательный орган, а как субъект защиты ребенка.

Для профилактики повторения полезно вести карту кризисных эпизодов: когда происходит, после каких уроков, с кем, в какой группе, при какой нагрузке, что помогло, что ухудшило. Через 2–4 недели такая карта позволит увидеть закономерности и изменить условия, а не только реагировать на вспышки.

10. Конкретные кейсы и алгоритмы действий

Ниже представлены типовые ситуации. Кейсы можно использовать для педагогического консилиума, супервизии, тренинга классных руководителей или разработки локального алгоритма школы. В каждом кейсе важно не копировать действия механически, а оценивать возраст ребенка, его состояние, наличие угрозы и ресурсы образовательной организации.

Кейс 1. Срыв урока и демонстративный отказ

Ситуация: ученик седьмого класса громко говорит: «Я не буду это делать» — и смеется, отвлекает соседей, снимает реакцию учителя на телефон.

Психолого-педагогическая интерпретация: борьба за статус, избегание трудного задания, желание вызвать реакцию взрослого.

Действия педагога/психолога: не отбирать телефон силой, спокойно сказать: «Съемка без согласия прекращается. Сейчас у тебя выбор: убрать телефон и сделать минимум задания или выйти со мной к администратору». Классу дать письменное задание. После урока выяснить, что было триггером.

Чего избегать: публично кричать, выгонять без сопровождения, угрожать поставить двойку за поведение как единственной мерой.

Кейс 2. Подросток оскорбляет педагога

Ситуация: после замечания ученик говорит: «Вы мне никто!» — и использует грубую лексику. Класс смеется.

Психолого-педагогическая интерпретация: защитная агрессия, стыд, попытка сохранить лицо перед группой.

Действия педагога/психолога: снизить эмоциональный тон: «Оскорбления я останавливаю. Разговор продолжим без класса. Сейчас садись на место или выйдем к двери». Затем индивидуально: «Что именно тебя задело?»

Чего избегать: отвечать сарказмом, спорить при классе, требовать немедленных извинений в пике аффекта.

Кейс 3. Драка на перемене

Ситуация: два подростка дерутся, вокруг собираются зрители, кто-то снимает видео.

Психолого-педагогическая интерпретация: накопленный конфликт, травля, месть, групповое подкрепление.

Действия педагога/психолога: позвать помощь, развести участников, убрать зрителей, попросить прекратить съемку и удалить распространение по регламенту. Оценить травмы, уведомить администрацию, родителей. Отдельные беседы с участниками и свидетелями.

Чего избегать: сразу искать виновного на месте, заставлять пожать руки, оставлять пострадавшего с агрессором.

Кейс 4. Травля в чате класса

Ситуация: ученики создают мемы с одноклассником, пересылают фото, пишут: «Это шутка». Пострадавший перестает ходить в школу.

Психолого-педагогическая интерпретация: групповая агрессия, деиндивидуализация в Сети, страх свидетелей выступить против.

Действия педагога/психолога: сохранить доказательства, остановить распространение, защитить пострадавшего, провести беседы с администраторами чата, родителями, классом. Ввести правила цифрового взаимодействия. При угрозах — правовая маршрутизация.

Чего избегать: называть это «детскими шутками», требовать от пострадавшего «не обращать внимания», устраивать публичный разбор с демонстрацией материалов.

Кейс 5. Самоповреждающее высказывание

Ситуация: ученица после конфликта пишет классному руководителю: «Лучше бы меня не было». На руке видны свежие царапины.

Психолого-педагогическая интерпретация: отчаяние, эмоциональная боль, просьба о помощи, возможный риск суицида.

Действия педагога/психолога: не оставлять одну, спокойно сказать: «Я рядом и воспринимаю это серьезно». Подключить психолога и администрацию, оценить непосредственный риск, уведомить законных представителей с учетом безопасности, при угрозе вызвать экстренные службы по номеру 112 (103). Дать номер 8-800-2000-122 (124) как дополнительный ресурс.

Чего избегать: говорить «не придумывай», «ты манипулируешь», обещать никому не говорить, отпускать домой одну без оценки риска.

Кейс 6. Паника перед контрольной

Ситуация: ученик начинает плакать, задыхается, говорит, что ничего не может, прячется под партой.

Психолого-педагогическая интерпретация: тревожное расстройство, страх неуспеха, перегрузка, давление оценок.

Действия педагога/психолога: уменьшить стимулы, вывести в спокойное место с сопровождением, говорить медленно, помочь с дыханием, отложить оценочную ситуацию. После стабилизации обсудить индивидуальный план сдачи и поддержку.

Чего избегать: смеяться, требовать «собраться», ставить неудовлетворительную оценку за реакцию, оставлять одного.

Кейс 7. Побег после конфликта

Ситуация: подросток после разговора с завучем уходит из школы, телефон недоступен.

Психолого-педагогическая интерпретация: страх наказания, стыд, импульсивная реакция, возможный риск самоповреждения.

Действия педагога/психолога: немедленно сообщить администрации, связаться с родителями, выяснить маршрут у друзей, действовать по регламенту пропажи/угрозы. При невозможности установить местонахождение — обращаться в экстренные службы.

Чего избегать: ждать «пока сам вернется», писать в общий чат обвинительные сообщения, перекладывать ответственность только на родителей.

Кейс 8. Групповая провокация против новичка

Ситуация: класс игнорирует нового ученика, прячет вещи, дает обидное прозвище. Формально «никто не бил».

Психолого-педагогическая интерпретация: социальное исключение, проверка статуса, отсутствие нормы принятия.

Действия педагога/психолога: обозначить это как насилие отношений, а не «адаптацию». Назначить безопасного взрослого, поддерживающего новичка, провести занятия на нормы класса, наблюдать динамику, подключить родителей.

Чего избегать: советовать новичку «самому стать смелее», не работать с группой, пускать ситуацию на самотек.

Кейс 9. Родительский конфликт в присутствии ребенка

Ситуация: родитель приходит в школу, кричит на учителя и ребенка, подросток начинает угрожать уходом и плачет.

Психолого-педагогическая интерпретация: лояльный конфликт, стыд, страх наказания, потеря опоры на взрослого.

Действия педагога/психолога: разделить взрослого и ребенка. Ребенка передать психологу или спокойному педагогу. С родителем говорить в кабинете, фиксировать границы: «Мы готовы обсуждать, но не в форме крика при ребенке».

Чего избегать: обсуждать поведение ребенка при всем классе или коридоре, спорить с родителем на повышенных тонах.

Кейс 10. Разрушительное поведение в кабинете

Ситуация: ученик бросает тетрадь, толкает стул, грозит разбить окно.

Психолого-педагогическая интерпретация: пик аффекта, невозможность остановиться, поиск выхода из ситуации.

Действия педагога/психолога: убрать других детей, говорить коротко: «Отойди от окна. Я вызываю помощь. Сейчас главное —

безопасность». Не приближаться резко. После стабилизации — план восстановления ущерба и психологическая оценка.

Чего избегать: хватать ученика без необходимости, закрывать дверь на ключ, провоцировать словами «давай, попробуй».

11. Практические памятки

Чек-лист ранних признаков неблагополучия:

- резкое снижение успеваемости или посещаемости без очевидной причины;
- изоляция, отказ от прежних друзей, уход из общих активностей;
- частые жалобы на головную боль, живот, усталость перед школой;
- вспышки раздражения, плаксивость, необычная замкнутость;
- появление тем смерти, бессмысленности, самонаказания в речи или творческих работах;
- следы травм, которые ребенок объясняет неубедительно;
- изменение сна, питания, внешнего вида, пренебрежение собой;
- резкое вовлечение в рискованные онлайн-сообщества или конфликты.

Чек-лист безопасного завершения кризисного эпизода:

- участники физически разделены и находятся под наблюдением взрослых;
- проверено наличие травм и необходимость медицинской помощи;
- ребенок в аффекте не оставлен один;
- администрация уведомлена;
- родители или законные представители информированы в корректной форме;
- факты зафиксированы письменно без ярлыков;

- назначен ответственный за последующее сопровождение;
- определен срок повторной встречи или мониторинга;
- при угрозе жизни и здоровью подключены экстренные службы.

12. Рекомендуемая система профилактической работы

Профилактика кризисов не сводится к отдельным беседам о дисциплине. Она должна включать регулярное развитие социально-эмоциональных навыков: распознавание эмоций, просьба о помощи, безопасное выражение злости, переговоры, отказ от участия в травле, цифровая ответственность, восстановление после ошибки. Такие навыки формируются через тренинги, классные часы, ролевые ситуации, анализ кейсов и личный пример взрослых.

На уровне класса полезны: правила общения, правила чата, процедура сообщения о травле, «карта помощи» с контактами взрослых, регулярные социометрические наблюдения, занятия по эмпатии и ответственности свидетеля.

На уровне школы нужны: команда кризисного реагирования, алгоритмы для основных инцидентов, обученные дежурные педагоги, понятный порядок информирования родителей, партнерство с ППМС-центрами, медицинскими и социальными службами.

На уровне педагога важна профилактика профессионального выгорания. Взрослый, находящийся в хроническом напряжении, чаще реагирует резко, персонализирует поведение ребенка и теряет способность к деэскалации. Поэтому школе необходимы супервизии, методические разборы сложных случаев, взаимная поддержка и культура, в которой обращение педагога за помощью не считается слабостью.

Практический критерий эффективности — не отсутствие любых конфликтов, а способность образовательной среды быстро распознавать риск, снижать угрозу, помогать ребенку восстановить самоконтроль, защищать пострадавших и менять условия, которые порождают повторение кризиса.

И. М. Слободчиков

**ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
ДЛЯ ПЕДАГОГОВ И ПСИХОЛОГОВ**

*Кризисные ситуации,
провоцируемые детьми и подростками,
и способы их регуляции*

Подписано в печать 10.07.2026. Формат 60×84 ¹/₁₆.
Усл. печ. л. 0,93. Тираж 200 экз. Заказ № 054.

ООО «Версо». 185031, г. Петрозаводск, наб. Варкауса, 1а.

Методическое пособие изготовлено по заказу
Уполномоченного по правам ребенка
в Республике Карелия

