



Самоповреждающее поведение (СПП) - целенаправленная активность не суициального содержания, включающая повреждение тела и стремление вызвать физическую боль.

Маркеры самоповреждающего поведения

Порезы, переедание и недоедание, укусы, ожоги, втыканье в себя предметов, удары о стены, щипание себя до синяков, выдирание волос, употребление запрещенных веществ, чрезмерные физические нагрузки, участие в драках, в которых непременно будет нанесён ущерб.

Функции педагога-психолога:

- Поддерживать ребенка в моменты переживаний, тревоги, страха.
- Проводить психоdiagностику (личностных особенностей, детско-родительских отношений, социометрические пробы,

жизнестойкость, причины самоповреждающего поведения).

- Консультировать педагогов, родителей, ребёнка. Дать рекомендации по взаимодействию с ребёнком самоповреждающим поведением.
- Осуществлять индивидуальную коррекцию, включать в групповые занятия по мере необходимости.
- Развивать необходимые психологические компетенции на индивидуальных и групповых занятиях
- Рекомендовать консультацию врача-психиатра, психотерапевта

Вопросы, на которые нужно получить ответы после подтверждения самоповреждающего поведения у подростка

1. Отмечать, наблюдать за частотой и продолжительностью самоповреждающего поведения: как давно ребёнок начал наносить себе самоповреждения и как часто (в день/в неделю)
2. Какие способы СПП у ребенка: расчесывание, удары, поверхностные или глубокие порезы?
3. Факторы, влияющие на самоповреждения:
 - 1) Здоров ли ученик физически?
 - 2) Какая у него семья?
 - 3) Если конфликты в классе (травля)?
 - 4) Что является причиной стресса ученика?
 - 5) Отношения ученика и учителя.
6. Если ученик сам рассказал о СПП: рассказывал ли он кому-нибудь до того и каковы были последствия.

7. Хочет ли ученик сам помочь, и согласен ли он получать ее от школьного психолога/учителя, семьи, или посторонних лиц.

8. Какие источники поддержки уже доступны ребенку - помогает ли ему-семья?



Помощь педагога-психолога ребенку с самоповреждениями

1. Составить совместно с ребенком «План безопасности» - с кем можно поговорить и куда пойти, если он чувствует желание совершать самоповреждение, в школе.
2. Дать направление к психотерапевту или психологу. В случае обращения к специалисту вне школы необходимо сообщить о проблеме ребёнка родителям.
3. Проводить психологические тренинги на уровне класса, где обучается ребенок - обучать здоровым стратегиям совладения, саморегуляции



4. Предложить ребенку вести дневник собственных импульсов, который поможет ему разобраться с желаниями совершать самоповреждения.
5. Дать письменные задания, связанные с пониманием своего мира чувств, отношения к телу, полу и отношениями между людьми
6. Проводить консультирование обучающихся, которые совершают самоповреждения, в групповом формате - чтобы осознать, как их сверстникиправляются со схожими проблемами.

"Когда вы предлагаете обратную связь с любовью и заботой, полностью исключив критику и презрение, ваш партнёр слышит вас гораздо лучше. Если вы вообще уберёте осуждение из ваших отношений, вам удастся добиться доверия"

Мишель Броди

ГБОУ СО «Верхнетагильский центр ППМСП»
Адрес: Свердловская обл., г. Верхний Тагил, ул. Островского 60.
Тел.: 8 (962) 314-39-87, 8 (34357) 2-36-02

ГБОУ СО «Верхнетагильский центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи

Буклет для педагогов-психологов

«Коррекция самоповреждающего поведения»



2025 г.