ПЕДАГОГУ-ПСИХОЛОГУ

АЛГОРИТМ ДЕЙСТВИЙ педагога-психолога в ситуации гибели близких и родственников обучающегося

По материалам методических рекомендаций «Алгоритмы деятельности педагога-психолога по оказанию психологической помощи участникам образовательных отношений» (письмо Минпросвещения России от 10.04.2025 № 07-1613), раздел 3.

Педагог-психолог:

_____

Телефон / почта:

_____

Шок и поиск — острое горе — завершение.
Горе — нормальная реакция на утрату.

1. Направления деятельности (п. 3.1)

После сообщения о гибели психолог:

- сверяет информацию об обстоятельствах гибели с администрацией; проверяет, кого коснулась утрата (родственники, близкие, друзья обучающихся и педагогов);
- работает с Рабочей группой: совместно с администрацией и классным руководителем определяет объём, содержание и сроки помощи;
- составляет план сопровождения обучающихся (класса, группы) и педагогов; при необходимости проводит экстренную психологическую помощь;
- консультирует администрацию и педагогов по вопросам обращения к семье и осведомлённости о случившемся — с учётом мнения законных представителей;
- консультирует семью и включает её в процесс оказания помощи; учитывает культурные и религиозные особенности семьи.

Тревожные признаки — нужна экстренная помощь:

- заострение черт характера, расстройства сна, нарушения настроения;
- рассеянность, нарушения концентрации внимания, снижение успеваемости;
- суицидальные высказывания или попытки, девиантное и рискованное поведение;
- страх перед событиями, связанными с гибелью, уход от реальности;
- выраженная тревожность на фоне факторов риска — основание усиленного сопровождения.

2. Сообщение о гибели (п. 3.2)

Ключевое правило. Психолог присутствует при извещении семьи, но сам не сообщает новость о гибели — это делает уполномоченный представитель (администрация, органы и т. п.).

После сообщения психолог:

- остаётся рядом с семьёй, работает с острыми реакциями (шок, ступор, плач, агрессия);
- помогает понять, что произошло, и что делать в ближайшее время;
- при острой реакции и риске — привлекает скорую психологическую помощь;
- напоминает о необходимости принести в школу личные вещи погибшего — дети не должны видеть их в социальных сетях и на местах происшествий.

Информирование в ОО:

- администрация сообщает педагогам и обучающимся о произошедшем до того, как они узнают из других источников;
- сообщение — краткое, честное и одинаковое для всех классов;
- в день объявления даётся время на реакции; при необходимости учебный процесс корректируется.

Острая реакция в школе:

- проводит разбор случившегося с классом (по запросу и согласованию);
- сопровождает обучающихся на церемонии прощания и похоронах, если семья не против;
- создаёт «уголок памяти», организует почтовый ящик для записей и рисунков;
- обеспечивает присутствие взрослого в местах общения детей в первые дни.

3. Фазы горя (п. 3.3)

Фазы могут возвращаться и накладываться друг на друга — это нормально.

Шок — первые минуты и часы:

- работать с острыми реакциями, быть рядом, помочь с логистикой (доехать, связаться с близкими);
- не оставлять человека одного; при риске — скорая психологическая помощь.

Поиск — от нескольких часов до нескольких недель:

- разрешать оплакивать умершего, разрешать рассказывать о нём (или молчать, если это нужно);
- в школе — щадящий режим, не требовать «держаться и учиться»;
- говорить: «умер», «смерть» — не «его больше нет», «ушёл», «потерялся».

Острое горе — до нескольких месяцев:

- принимать любые чувства и реакции (вина, злость, апатия, вспышки); не обесценивать («время пройдёт», «соберись»);
- дать время на адаптацию; при выраженных признаках — экстренная помощь, при необходимости — психиатр и невролог;
- важно отметить, что человек и события, связанные с утратой, не исчезают из жизни — память о них сохраняется.

Завершение — жизнь постепенно налаживается:

- поддерживать общение и новые увлечения, помочь вернуться к обычной жизни;
- если горе не завершается (работа с психологом не даёт результатов более года, сохраняется депрессия) — признак профессиональной психотерапии.

4. Гибель в результате боевых действий (п. 3.4)

Особые обстоятельства: публичность события, освещение в СМИ и соцсетях, возможное отсутствие тела, травматичность ситуации.

Дополнительно к общему алгоритму:

- охранять семью от излишнего внимания: не допускать, чтобы педагоги и обучающиеся без необходимости задавали вопросы о деталях гибели;
- обсудить с семьёй, как ограничить доступ обучающихся к телесным останкам, видео и фотографиям с места гибели;
- исключить просмотр соответствующих материалов на территории ОО;
- помогать семье выстраивать отношения со СМИ и соцсетями: информация о семье не должна распространяться без её согласия;
- соблюдать осторожность в распространении информации в ОО, чтобы не способствовать созданию культа смерти;
- при отсутствии тела — помочь семье обсудить это с обучающимися; помочь найти правильные слова: понимать, что у них могло случиться, готовить их к возможным реакциям.

Правила снижения тревожности:

- не обсуждать при обучающихся тревожные обстоятельства и слухи;
- проводить с обучающимися занятия на снижение тревожности;
- обучать педагогов и родителей поддерживающей коммуникации и ответам на вопросы детей.

Если в классе есть обучающиеся, переживающие похожую утрату, — усилить наблюдение за ними.

Как организовать помощь

Ключевые точки приложения помощи:

- администрация и педагогический коллектив;
- класс (группа) обучающегося;
- семья и близкое окружение;
- сам обучающийся, утративший близкого.

Компоненты адаптации:

- восстановление самочувствия;
- восстановление социальной активности;
- переживание эмоций, связанных с утратой.

Главные принципы:

- говорить о смерти прямо и честно: слова «умер», «смерть» — без эвфемизмов;
- смерть — часть жизни; обсуждение её с детьми должно быть бережным, но не табуированным;
- поддерживать, а не жалеть: рядом, спокойно, без давления «соберись»;
- не оставлять ребёнка одного в момент извещения и в первые дни;
- помнить: горе — процесс, а не состояние, и у него нет «правильного» графика.

Психологическая помощь экстренно: горячая линия психологической помощи МЧС России — 8 (800) 2000-122 (для детей и подростков); единый телефон доверия — 8-800-2000-122.

Материал подготовлен на основе методических рекомендаций Минпросвещения России (письмо от 10.04.2025 № 07-1613).