



**О деятельности Регионального научно-методического центра
по вопросам психического здоровья детей и подростков
Института детства**

В. А. Макашева¹, В. И. Волохова¹, Д. Э. Елистратова¹

¹*Новосибирский государственный педагогический университет, Новосибирск*

Тема психического здоровья в современном мире является актуальной и вызывает интерес со стороны не только специалистов, работающих с детьми, но и их родителей. В статье психическое здоровье рассматривается как многомерный феномен, требующий особого внимания. Для содействия психическому благополучию детей и обеспечения доступности соответствующих услуг для родителей и специалистов был открыт Региональный научно-методический центр по вопросам психического здоровья детей и подростков Института детства.

Ключевые слова: психическое здоровье; региональный научно-методический центр по вопросам психического здоровья детей и подростков; глобальные инициативы в области психического здоровья; родительская компетентность.

Для цитирования: Макашева В. А., Волохова В. И., Елистратова Д. Э. О деятельности Регионального научно-методического центра по вопросам психического здоровья детей и подростков Института детства // День дефектологии. – 2025. – № 2 (7). – С. 56–62.

Original article

**On the activities of the Regional scientific and methodological center for
mental health of children and adolescents of the Institute of Childhood**

V. A. Makasheva¹, V. I. Volokhova¹, D. E. Elistratova¹

¹*Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk*

The topic of mental health in the modern world is relevant and arouses interest not only from specialists working with children, but also from their parents. The article considers mental health as a multidimensional phenomenon that requires special attention. To promote the mental well-being of children and ensure the availability of appropriate services for parents and specialists, the Regional Scientific and Methodological Center for the Mental Health of Children and Adolescents at the Institute of Childhood was opened.

Keywords: mental health; regional scientific and methodological center for the mental health of children and adolescents; global initiatives in the field of mental health; parental competence.

For citation: Makasheva V. A., Volokhova V. I., Elistratova D. E. On the activities of the Regional scientific and methodological center for mental health of children and adolescents of the Institute of Childhood. *Day of Defectology*, 2025, no. 2 (7), pp. 56–62.



О ценности психического здоровья сегодня говорят много – и это любопытно: разве раньше оно было менее важным? Сенека замечал, что здоровье разума в значительно большей мере, чем здоровье тела, обеспечивает благоденствие человека, приводя его жизнь к разумной упорядоченности. Уже в римский период главной особенностью трактовки здоровья было осмысление его, во-первых, как ценности индивидуальной и, во-вторых, как внутреннего психического баланса [4; 5; 7]. С давних времен известно: хочешь быть внутри общества – разделяй его смыслы, идеи, устремления. Вот и сегодня одним из критериев психического здоровья является разделенная реальность. Итак, первый признак – разделенная с людьми (культурным сообществом) реальность, которую мы хотя бы в общих чертах понимаем одинаково. Во-вторых, способность в экстремальных условиях действовать адаптивно, третий признак – отсутствие психического расстройства [2].

Возможно, некоторое снижение на протяжении ряда веков насилия в обществе, а также развитие научного понимания, что есть мозг и как он работает, действительно меняет наше отношение к изгоям и отверженным, какими всегда были психически больные люди. «Корабли дураков», на которых крупные города западного Средневековья отправляли в плавание своих «лишних людей», сменялись так называемыми домами призрения и больницами, призванными дать обществу больше безопасности и покоя, а несчастным – укрытие. Что же изменилось в последние десятилетия? Нечто крайне существенное: человек понял собственную, индивидуальную, психическую уязвимость, как и то, что он может защитить свое психическое здоровье «благодаря и вопреки».

Здоровье перестало восприниматься как естественный феномен и теперь в сознании людей оно определяется не относительно естественного, природного состояния человека, а относительно социальных требований к его функционированию [6]. Насколько я соответствую нормам, ожиданиям, успешности и тому подобное? Здесь возникает много долженствований, которые особенно опасны, как нам кажется, в отношении детей.

Сформированная сегодня в большей части мира слишком жесткая связь между психическим здоровьем и уровнем развития интеллекта у индивидуума, его когнитивными достижениями – социально опосредованное явление, связанное с современным экономическим устройством мира. Однако такой знак равенства – «низкий интеллект = психическая несостоятельность = крах жизни – ставит родителей в чрезвычайно опасные ситуации, когда они должны (с их точки зрения) «вытянуть» своего ребенка «несмотря ни на что». Например, обесценивая склонности и сильные стороны ребенка в условиях его невысокого интеллектуального ресурса (или некой части интеллектуальных способностей), такие родители, движимые целью, игнорируют очевидные признаки производимого ими насилия и разрушения, что нередко провоцирует у участников драмы развитие тяжелых и необратимых психических расстройств.

Речь идет о том, что социальные условия, к которым человек должен адаптироваться, становятся все более сжимающими тисками, в том числе для людей с невысоким интеллектом, уровень которого еще вчера не относился к патологии. Таким образом, *психическое здоровье становится социальным артефактом*, в настоящее время все более связанным с различными технологиями, включая педагогические, медицинские, психологические.

В то же время в зоне внутриличностного спектра возможностей находится *трансформация представлений о собственном психическом здоровье*, и личность



делает это (если дает себе право свободы), и вырабатывает индивидуальную концепцию. Например, для кого-то психическое здоровье – это способность мыслить, чувствовать, любить, т. е. быть личностью, жить в настоящем, иметь прошлое и будущее (а почему нет?).

О чем еще задумываются люди сегодня? О том, что психическая болезнь – это не только собственная боль, но еще и ограничение возможностей делать что-то и, например, радоваться жизни или заботиться о семье (в практике неоднократно встречаются мужчины и женщины, которые заболевая, например, депрессией, в первую очередь беспокоились о своих детях (их будущей жизни и благополучии)).

Соответственно, восстановление собственных возможностей, сил, психических ресурсов индивидуально осознается как восстановление психического здоровья. В этом смысле оформляется позитивный аспект психического здоровья, который мыслится ВОЗ [1] (Всемирной организацией здравоохранения) как состояние благополучия, при котором каждый человек может реализовать свой потенциал, справляться с обычными жизненными стрессами, продуктивно и плодотворно работать, а также вносить вклад в жизнь своего сообщества.

Здоровье существует во времени, оно не предстает как нечто целостное и завершенное. В широком смысле – наличие здоровья сохраняет жизнь. Постепенное ухудшение здоровья, истощение этого метафизического дара в природном теле человека ведет к страданию и смерти [8]. Здоровье можно рассматривать как адекватное функционирование организма в целом, болезнь же выступает разрушительной силой данной функциональности [3]. Психическое же здоровье, по данным ВОЗ [1], – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия личности, при котором она реализует свои способности, способна справляться с возникающими трудностями и стрессовыми ситуациями, активно включаясь в жизнь общества [6].

Итак, регистрируемый несколько последних десятилетий рост психических расстройств – деменций и депрессий, профессионального выгорания и панических атак, агрессий и буллинга (спасибо ВОЗ и международным системам классификации, мы столько знаем!) – вызывает реакцию: забили тревогу страны и институты власти, ведь речь идет о популяционном ресурсе. Таким образом, психическое здоровье – это многомерный феномен, сочетающий в себе различные компоненты и отражающий фундаментальные аспекты человеческого существования. Сложность явления психического здоровья требует осторожности в действиях [9].

Сегодня регионы, государства, муниципалитеты необходимо формируют системы охраны психического здоровья *в трех направлениях* – повышения уровня психического благополучия населения, предупреждения и профилактики проблем психического здоровья, социальной интеграции лиц с психическими расстройствами (Европейский план действий по охране психического здоровья).

Мы живем в период глобальных международных инициатив, направленных на охрану психического здоровья детей и подростков. В этом контексте вспоминаем соответствующий план действий ВОЗ с его вниманием к детям, вспоминаем цели, поставленные ООН в области устойчивого развития и сформулированные как ряд задач, направленных на укрепление психического здоровья [1]. Среди них основные: содействовать психическому благополучию детей и обеспечить доступность соответствующих услуг, включая тематическое просвещение в школьные программы.

В этом же контекстуальном поле – стратегии ЮНИСЕФ с приоритетом к потребностям детей и подростков в условиях гуманитарных учреждений и в учреждениях развития. И, конечно, глобальные кампании в области психического здоровья и ин-



формационно-разъяснительной работы, такие как «Время перемен» и Комиссия журнала «Ланцет», которые выступают за улучшение услуг по охране психического здоровья детей и подростков во всем мире.

Ну и восклицательный знак – мы живем в эпоху исследований нейробиологии, мозга, сознания как единого явления, которое веками интриговало ученых, философов и психологов. Понимание нейронных механизмов сознания представляет собой сложную задачу в нейробиологии и стимулирует междисциплинарные исследования, объединяющие биологию, психологию, философию и когнитивную науку.

Достижения в области нейробиологии структурируют и проясняют наше понимание функций мозга, нейронных сетей и механизмов, лежащих в основе различных поведенческих и когнитивных процессов. Изучение сознания позволяет нам понять, как мозг порождает субъективные переживания, самосознание и чувство бытия.

В отношении детей важно, что большинство психических расстройств детей предотвратимы, что было заявлено ВОЗ еще в 2006 г., но до сих пор плохо осознается в разных странах и сообществах. В то же время установлено, что психические расстройства детей и молодежи вносят решающий вклад в глобальное бремя заболеваний в мировом масштабе, а их профилактика и терапия эффективны, в том числе в странах с низким и средним уровнем жизни. Финансовые «вложения» в детей и подростков характеризуются высокой окупаемостью с точки зрения реализации потенциала развития, предотвращения расстройств, включая взрослый возраст и экономические преимущества здоровых людей.

Психическое здоровье детей – это прежде всего оптимальный уровень достигнутого развития, сомато-физического, психического и личностного, его соответствие хронологическому возрасту. Н. Сарториус, вице-президент WPA (международной ассоциации психиатров), сформулировал определение этого понятия как его (ребенка) позитивная психическая и социальная адаптация, определенная толерантность к нагрузкам, сопротивляемость по отношению к неблагоприятным воздействиям.

Концептуально в популяции уровень психического здоровья рассматривают в первую очередь через распространенность психических заболеваний, инвалидности, суицидальности, зависимых состояний и т. д., но не только. Безусловно, – это удовлетворенность, благополучие, качество жизни, факторы защиты, т. е. условия, улучшающие индивидуальное и популяционное психическое здоровье и равно снижающие заболеваемость наиболее распространенными болезнями, например, у детей с эмоциональными и поведенческими расстройствами.

Как только мы начинаем размышлять об отдельном человеке, ясна идеальность представлений психического характера здоровья-болезни, а жизнь человека развивается где-то между этими полюсами, причем с большой и постоянной индивидуальной работой, направленной на улучшение или сохранение здоровья.

У детей и их родителей – это вопросы формирования здоровья в большей степени, чем задачи его сохранения. В этом же смысле у детей, страдающих тяжелыми нарушениями психического развития – аутизмом, умственной отсталостью, или заболеваниями – шизофренией, депрессией, эти функции особенно важны.

Другими словами, для решения задачи реализации и развития ресурса здоровья нужны глубокие профессиональные знания разных специалистов – врачей, психологов, педагогов, юристов, музыкантов – людей разных профессий, умеющих различать, понимать, созидать. Психическое здоровье, особенно там, где стоят «трудные» вопросы, связано со способностью к принятию и созиданию. Повышение



осведомленности специалистов о текущих тенденциях, исследованиях и передовом опыте в области психического здоровья формирует свободных и уверенных специалистов, и главное, оказывает существенное воздействие на формирование кадровой политики в регионе, противодействие развитию профессионального выгорания.

В этих условиях естественно, чтобы началась жизнь Регионального научно-методического центра по вопросам психического здоровья детей и подростков для организации и проведения мероприятий, направленных на сохранение психического здоровья детско-подросткового населения региона.

Приказом от 28 марта 2024 г. при поддержке ректора Новосибирского государственного педагогического университета и по инициативе директора Института детства был открыт Региональный научно-методический центр по вопросам психического здоровья детей и подростков. Деятельность центра – это методическая помощь и обучение психологов и педагогов. Специалистам нужны знания, навыки и инструменты для эффективной поддержки психического благополучия детей и подростков. Предоставляя обучение, например, по программам аутизма или суицидологии, центр должен обеспечить адекватный уровень компетентности психологов и учителей в выявлении, оценке и решении проблем психического здоровья, а также навыков сотрудничества между психологами и учителями для создания целостного подхода к удовлетворению потребностей ребенка. Таким образом, одной из главных задач центра является организация и проведение мероприятий по сохранению психического здоровья детей и подростков в детских садах, образовательных учреждениях общего и профессионального образования, а также проведение мероприятий просветительского характера для заинтересованных лиц на тему психического здоровья.

Помимо этого, Региональный научно-методический центр способствует развитию научной базы и представлений в области улучшения психического здоровья и превенции факторов социально-психологического неблагополучия детей и подростков, а также содействует внедрению стратегий, действий и приемов в области укрепления психического здоровья. За год работы центром было разработано две программы повышения квалификации «Особенности психического развития и обучения детей с расстройствами аутистического спектра (РАС)» и «Формирование психического здоровья, коррекция и реабилитация психических нарушений детей и подростков» в количестве 72 ч для специалистов образования, здравоохранения и иных в области психического здоровья. Был проведен ряд мероприятий, а именно научных семинаров, конференций, обучающих курсов.

На базе Института детства центр проводит тематические занятия по наиболее актуальным психологическим проблемам для повышения уровня психологических знаний населения, студентов, преподавателей университета и специалистов по вопросам психического здоровья. Особое внимание уделяется детско-родительскому сектору, в частности, реализация проекта «Школа современного родителя», направленного на решение задач в области формирования родительской компетентности и ответственного родительства у молодых семей. Такие циклы семинаров позволяют родителям получать правдивую и многогранную информацию о формировании психического здоровья детей и подростков от специалистов широкого спектра (психиатры, психологи, педагоги, логопеды, дефектологи).

Реализация работы центра подразумевает сотрудничество с психологами и психотерапевтами, педагогами и дефектологами, врачами-психиатрами и неврологами, юристами и специалистами по социальной работе, специалистами по вопросам



инклюзивного образования и адаптации детей с ограниченными возможностями здоровья, специалистами по профилактике и борьбе с зависимыми состояниями. Важно формировать сетевое взаимодействие и совместное использование ресурсов между специалистами, работающими в данной области. В планах центра создание сети партнерств с другими центрами психического здоровья и организациями, работающими в данной области, сотрудничество с образовательными учреждениями, детскими домами и другими организациями, работающими с детьми и подростками. Важно отметить, что центр осуществляет образовательную, научно-исследовательскую, методическую, прикладную, просветительскую и консультативную деятельность. Соответственно, Региональный научно-методический центр помимо прочего будет оказывать консультативную помощь в виде индивидуальных консультаций родителей и их детей с целью диагностики, профилактики, коррекции психических проблем детей и подростков, а также в виде индивидуальных и групповых супервизий с целью помощи специалистам смежных профессий в их деятельности. Таким образом, Региональный научно-методический центр ставит перед собой множество задач, направленных на помощь в формировании и сохранении психического здоровья будущего поколения России.

Список источников

1. Всемирная организация здравоохранения [Электронный ресурс]. – URL: <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response> (дата обращения: 18.02.2025).
2. Ганеман С. Органон врачебного искусства. – М., 1992. – 192 с.
3. Дубровский Д. И. Здоровье и болезнь – как проблемы самопознания и самоорганизации (информационный подход) // Древнекитайская философия: собрание текстов: в 2 т. – М.: Мысль, 1972. – Т. 1. – С. 61–85.
4. Лосев А. Ф. История античной эстетики. – М.: Высшая классика, 1974. – 626 с.
5. Лосев А. Ф. Эллинистически-римская эстетика I–II веков. – М.: Изд-во Московского университета, 1979. – 415 с.
6. Омелаенко Н. В., Яцевич О. Е. Феномен здоровья в античной философии // Гуманитарные и социальные науки. – 2024. – Т. 102, № 1. – С. 33–37.
7. Флоренский П. Сочинения в четырех томах: в 4 т. – М., 2000. – Т. 3 (2). – 623 с.
8. Щеглов А. Философские аспекты феномена здоровья // Развитие личности. – 2017. – № 2. – С. 70–94.
9. Юдин Б. Г. Здоровье человека как проблема гуманитарного знания. Философия здоровья. – М.: ИФРАН, 2001. – 242 с.

Информация об авторах

Валентина Анатольевна Макашева, кандидат медицинских наук, руководитель Регионального научно-методического центра по вопросам психического здоровья детей и подростков Института детства, Новосибирский государственный педагогический университет, Новосибирск, v.a.makasheva@gmail.com

Валентина Игоревна Волохова, кандидат психологических наук, доцент кафедры социальной психологии и виктимологии, и.о. директора Института детства, Новосибирский государственный педагогический университет, Новосибирск, nargizal13@yandex.ru

Диана Эдуардовна Елистратова, психолог Регионального научно-методического центра по вопросам психического здоровья детей и подростков Института детства; ассистент кафедры практической и специальной психологии факультета



психологии, Новосибирский государственный педагогический университет, Новосибирск, diana_elistratova@bk.ru

Information about the authors

Valentina Anatolyevna Makasheva, Candidate of Medical Sciences, Head of the Regional Scientific and Methodological Center for Mental Health of Children and Adolescents of the Institute of Childhood, Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, v.a.makasheva@gmail.com

Valentina Igorevna Volokhova, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor of the Department of Social Psychology and Victimology, Acting Director of the Institute of Childhood, Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, nargiza113@yandex.ru

Diana Eduardovna Elistratova, Psychologist Regional Scientific and Methodological Center for Mental Health of Children and Adolescents of the Institute of Childhood; Assistant Department of Practical and Special Psychology Faculty of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, diana_elistratova@bk.ru

Поступила: 25.03.2025

Одобрена после рецензирования: 04.04.2025

Принята к публикации: 30.04.2025

Received: 25.03.2025

Approved after peer review: 04.04.2025

Accepted for publication: 30.04.2025