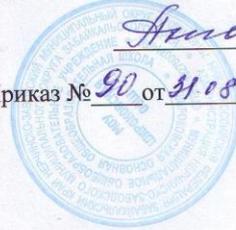


МОУ Широковская ООШ

Утверждаю

директор МОУ Широковская ООШ

Приказ № 90 от 31.08. 2023



Программа  
профилактики суицидального  
поведения обучающихся  
на 2023-2025г.г.

Педагог-психолог

Голятина Г.И.

с.Широкая 2023г.

## **Программа профилактики суицидального поведения обучающихся .**

### **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Данная программа предназначена для организации профилактической и коррекционной работы по предотвращению суицидальных попыток среди учащихся разных возрастных групп в общеобразовательном учреждении.

### **СОДЕРЖАНИЕ ПРОБЛЕМЫ И ОБОСНОВАНИЕ НЕОБХОДИМОСТИ ЕЁ РЕШЕНИЯ ПРОГРАММНЫМИ МЕТОДАМИ.**

Семье и отдельной личности в период жизненных кризисов свойственно искажение субъективного образа мира, т.е., представлений и отношения к себе и к миру в целом. Суицидальные мысли и фантазии в этот момент очень распространены.

По данным отчёта Детского фонда ООН за последние годы значительно увеличилось число суицидальных попыток и завершённых самоубийств среди молодежи и даже детей. Уровень самоубийств среди российских подростков в настоящее время является одним из самых высоких в мире. Самоубийство подростков занимает третье место среди ведущих причин смертельных случаев и четвертое среди основных причин потенциальной потери жизни.

Анализ данных показывает, что основными причинами суицидального поведения детей являются:

- сложные взаимоотношения и конфликты с педагогами,
- социально-психологическое состояние,
- межличностные отношения,
- неблагоприятные семейно-общественные условия жизни детей,
- отсутствие поддержки в морально-духовном росте и понимания проблем ребенка со стороны родителей.

Серьезную обеспокоенность сегодня вызывает снижение возрастной границы среди детей, совершающих самоубийство.

Суицидальные действия у детей часто бывают импульсивными, ситуативными и не планируются заранее. Попытки суицида являются следствием непродуктивной (защитной) адаптации к жизни – фиксированное, негибкое построение человеком или семьей отношений с собой, своими близкими и внешним миром на основе действия механизма отчуждения: попыткам разрешить трудную жизненную ситуацию непригодными, неадекватными способами. Своевременная психологическая помощь, участие, оказанное подросткам в трудной жизненной ситуации, помогли бы избежать трагедий.

В этой связи необходимо проведение работы педагогического коллектива по профилактике суицидального поведения учащихся школы.

### **НОРМАТИВНО-ПРАВОВЫЕ АКТЫ, РЕГЛАМЕНТИРУЮЩИЕ ПРОФИЛАКТИКУ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ**

- Конституция Российской Федерации в редакции указов Президента РФ №841 от 25.07.2003г.
- Конвенция ООН о правах ребенка (ст. 6, 8, 16, 27, 28, 29, 30)
- ФЗ РФ № 124 «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ» статья 14

- Федеральный закон об Образовании Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ
- ФЗ РФ № 120 от 24.06.1999г. «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних».
- Письмо Департамента воспитания и социализации детей Министерства образования и науки РФ от 27.02.2012 г. № 06-356 «О мерах по профилактике суицидального поведения обучающихся»
- Федеральная целевая программа «Предупреждение и борьба с социально значимыми заболеваниями (2007 – 2012 годы)» (с дополнениями и изменениями), утверждённая Постановлением Правительства Российской Федерации от 10.05.2007 г. № 280
- План мероприятий Министерства образования и науки РФ по профилактике суицидального поведения среди обучающихся образовательных учреждений на 2011 -2015 годы, утв. приказом Минобрнауки России от 26.10.2011 г. № 2537
- Уголовный кодекс РФ (ст. 117 «Истязание», ст. 110 «Доведение до самоубийства»), ст. 131-134 «О преступлениях сексуального характера»)
- Административный кодекс РФ (ст. 164 "О правах и обязанностях родителей")

## **ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ**

Данная программа предназначена для организации профилактической и коррекционной работы всех участников образовательного процесса по предотвращению суицидальных попыток среди учащихся разных возрастных групп в общеобразовательном учреждении.

**Целью** данной программы является профилактика суицидов и суицидальных попыток среди несовершеннолетних школы.

Поставленная цель достигается за счёт решения следующих **задач**:

- создание системы психолого-педагогической поддержки учащихся разных возрастных групп;
- изучение особенностей психолого-педагогического статуса учащихся, с последующим выявлением детей, нуждающихся в незамедлительной помощи;
- обеспечение безопасности ребенка, снятие суицидального риска;
- сопровождающая деятельность детей группы риска и их семей.

## **ПРИНЦИП РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.**

- Принцип ценности личности, заключающийся в самоценности каждого участника образовательного процесса.
- Принцип уникальности личности, состоящий в признании индивидуальности каждого участника образовательного процесса.
- Принцип приоритета личностного развития, когда обучение выступает не как самоцель, а как средство развития личности каждого ребенка.
- Принцип ориентации на зону ближнего развития каждого ученика.
- Принцип эмоционально-ценностных ориентаций учебновоспитательного процесса.

## **ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.**

- Работа с подростками, ставшими на путь социальной дезадаптации, но имеющими ближайшие перспективы её преодоления.
- Работа с детьми, нуждающимися в срочной психоэмоциональной поддержке.
- Профилактическая работа со всеми учащимися школы.
- Работа с неблагополучными семьями.
- Просветительская работа с родителями учащихся.

## **ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ.**

Организованная таким образом работа, позволит осуществлять социальную и психологическую защиту детей, снизить количество детей с девиантным поведением и избежать суицидальных попыток, организовать работу по оптимизации взаимоотношений в детско-родительской среде. Также позволит продуманно планировать готовность действовать в острых кризисных ситуациях, периодах преодоления последствий ситуаций кризиса, пост кризисного сопровождения.

## **ПСИХОДИАГНОСТИКА СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ.**

- 1.Прогностическая таблица риска суицида у детей и подростков (А.Н. Волкова).
- 2.Опросник суицидального риска (модификация Т.Н. Разуваевой).
- 3.Методика «Карта риска суицида» (модификация для подростков Л.Б. Шнейдер).
- 4.Тест «Ваши суицидальные наклонности» (З. Королёва).
- 5.Шкала безнадёжности (Hopelessness Scale, Beck et al. 1974)
- 6.Диагностика враждебности (по шкале Кука – Медлей)
- 7.Методика диагностики уровня субъективного одиночества Д. Рассела и М.Фергюсона.
- 8.«Одиночество» опросник С.Г. Корчагиной.
- 9.Диагностика суицидального поведения подростков (Модификация опросника Г. Айзенка «Самооценка психических состояний личности» для подросткового возраста).
- 10.Выявление суицидального риска у детей (А.А. Кучер, В.П. Костюкевич).

## **ПЛАН ПРОГРАММНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ**

<b>Содержание работы</b>	<b>Сроки</b>	<b>Ответственный</b>
<b>Работа с педагогическим коллективом</b>		
Информирование о программе. Информирование педагогов по теме «Причины подросткового суицида. Роль взрослых в оказании помощи подросткам в кризисных ситуациях»	В течение года	Зам.директора по УВР , Педагог-психолог
Выявление и реабилитация несовершеннолетних и их семей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации.	В течение всего года	Кл. руководители , Педагог-психолог
Составление базы данных по социально-неблагополучным семьям.	сентябрь	Зам. директора по УВР, инспектор по охране прав детства

Проведение индивидуальных профилактических мероприятий с семьями социального риска.	В течение года	Классные руководители
Информационная и организационно-посредническая помощь семьям, находящимся в социально – опасном положении: содействие в получении статуса многодетной, малоимущей семьи, помощь в оформлении опеки над несовершеннолетним.	В течение года (по запросу)	Администрация школы
Организация работы с педагогами по профилактике профессионального выгорания.	Конец уч. года	Зам. директора по ВР
Участие в организации оздоровления и отдыха во внеурочное время детей из неблагополучных и малообеспеченных семей.	Каникулярное время	Кл. рук.
Информирование педагогов по теме «Возрастные психолого-педагогические Особенности подростков»	В течение года	Педагог-психолог.
Цикл занятий из Программы повышения эмоциональной устойчивости педагога.	1 раз в четверть	Зам. директора по ВР
Повышение психолого-педагогической компетенции всех участников УВП	1 раз в полгода	Зам. директора по ВР
<b>Работа с учащимися</b>		

Тематические классные часы. Цикл бесед «Я люблю жизнь».	Сентябрь	Классные руководители.
Индивидуальные беседы.	В течение года По запросу	Кл. руководители, Педагог-психолог
Исследование уровня тревожности .	1 раз в месяц	Классные руководители, Педагог-психолог
Определение личностных отклонений подросткового возраста: Методика самооценки и уровня притязаний Дембо-Рубинштейн; Анкета «Оценка уровня школьной мотивации» Н.Г. Лускановой. Опросник Басса-Дарки, Диагностика предрасположенности личности к конфликтному общению.	По запросу	Классные руководители , Педагог-психолог
Определение склонности к девиантному поведению	По запросу	Классные руководители Педагог-психолог
Методика экспресс-диагностики суицидального риска «Сигнал»	По запросу	Классные руководители
<b>Работа с учащимися</b>		

<p>Психологические классные часы:  «Как научиться жить без драки» -2-4 класс  «Я – уникальная и неповторимая личность» (5-6 класс, цель: формирование позитивного отношения к другим людям (толерантности)  «Мир глазами агрессивного человека» (7-8 класс)  «Подросток и конфликты» (8-9 класс)  «Проблема отцов и детей в современном обществе» (8-9 класс)  «Расскажи мне обо мне» 8-9 класс  «Стресс в жизни человека. Способы борьбы со стрессом» (7-9 класс)</p>	<p>В течение года (по запросу)</p>	<p>Классные руководители Педагог-психолог</p>
<p>Правовые классные часы:  «Уголовная и административная ответственность несовершеннолетних» (7-9 классы);  «Права и обязанности учащихся школы» (5-7 классы);  «Умей сказать «нет»» (5-9 классы);  «Вредные и полезные привычки» (5-9 классы)</p>	<p>В течение года (по запросу)</p>	<p>Классные руководители Педагог-психолог</p>
<p>Формирование у учащихся позитивного образа (беседы)</p>	<p>В течение года</p>	<p>Классные руководители</p>
<p>Коммуникативный мини-тренинг «Сердце» (1 класс; цель: снятие тревоги первых дней и месяцев школьной жизни, смягчение процесса адаптации)</p>	<p>сентябрь</p>	<p>Классный руководитель</p>
<p>Игра «Друзья» для учащихся 2-3 классов (цель: развитие эмпатии, понимания другого, обучение сотрудничеству)</p>	<p>октябрь</p>	<p>Классные руководители Педагог-психолог</p>
<p>Акция «Письмо матери», «Подарок матери».</p>	<p>ноябрь</p>	<p>Зам.директора по ВР Педагог-психолог</p>
<p>Игра «В чем смысл жизни?» (8-9 класс)</p>	<p>В течение года</p>	<p>Классные руководители</p>
<p>Тренинг «Быть уверенным – это здорово!» (цель: формирование навыков уверенного поведения и умения противостоять давлению, 9 класс)</p>	<p>В течение года</p>	<p>Классный руководитель Педагог-психолог</p>
<p>Психолого-педагогическая поддержка выпускников в период подготовки к ОГЭ</p>	<p>Март-апрель</p>	<p>Педагог-психолог</p>
<p>Родители</p>		

Цикл родительских собраний по предупреждению детского суицида «Как прекрасен этот мир...» Родительские собрания, лектории: «Возрастные психолого-педагогические особенности (младший школьник, подросток)»; «Наши ошибки в воспитании детей»; «Причины подросткового суицида. Роль взрослых в оказании помощи подросткам в кризисных ситуациях»; «Родители меня не понимают или как услышать подростка»; «Родительская любовь»; «Как подготовиться к экзаменам и сохранить здоровье»; «Капля никотина убивает верблюда»; «Серьезный мир несерьезных подростков»; Индивидуальные беседы	По плану, по запросу, в течение года	Зам. директора по ВР  Педагог-психолог . Кл.рук.
<b>Диагностика</b>		
<b>Учащиеся</b>		
Исследование социального статуса	ежегодно	Классные руководители
Исследование уровня адаптации (1, 5, 9 классы)	Ежегодно	Педагог-психолог
Исследование уровня тревожности.	1 раз в четверть	Педагог-психолог
Определение личностных отклонений подросткового возраста: Методика самооценки и уровня притязаний Дембо-Рубинштейн; Анкета «Оценка уровня школьной мотивации» Н.Г. Лускановой ПДО по А. Е. Личко, Опросник Басса-Дарки, Диагностика предрасположенности личности	По запросу	Педагог-психолог
<b>Родители</b>		
Выявление сферы проблем и ресурсов в отношениях между родителями и детьми: Анализ семейного воспитания (Э. Г. Эйдемиллер), «Сенсорные предпочтения» (Н. Л. Васильева), Экспресс-диагностика семейного состояния (Р. В. Овчарова), «Родительская тревожность» (А. М. Прихожан) PARI (измерение родительских установок	По запросу	Педагог-психолог

### Литература

1. Ожегов С.И. словарь русского языка. / Под ред. Н.Ю.Шведовой. 1984.
2. Программа профилактики суицидального поведения «Жизнь как чудо». Составитель: Литвинова О. А. р.п. Каргаполье, 2012 (DVD диск)

- 3.Профилактика суицидального поведения. Методические рекомендации. Сост.: А.Г.Абрумова и В.А.Тихоненко. М., 1980.
- 4.Региональные подходы к осуществлению профилактики ВИЧ/СПИДа в образовательной среде Курганской области: Методические рекомендации.- Курган, 2008.
- 5.Синягин Ю.В., Синягина Н.Ю.. Детский суицид. Психологический взгляд. КАРО, С – П , 2006.
- 6.Суицидальное поведение у детей и подростков: Методические рекомендации.- Курган, 2006.

## ПАМЯТКА ПЕДАГОГАМ

(по предупреждению суицидальных попыток среди подростков)

### Сигналы суицидального риска

#### *Ситуационные сигналы :*

- Смерть любимого человека;
- Вынужденная социальная изоляция, от семьи или друзей (переезд на новое место жительства);
- Сексуальное насилие; - Нежелательная беременность; - «Потеря лица» (позор, унижения). *Поведенческие сигналы:*

- Наркотическая и алкогольная зависимость;
- Уход из дома;
- Самоизоляция от других людей и жизни;
- Резкое снижение поведенческой активности;
- Изменение привычек, например, несоблюдение правил личной гигиены, ухода за внешностью;
- Предпочтение тем разговора и чтения, связанных со смертью и самоубийствами;
- Частное прослушивание траурной или печальной музыки;
- «Приведение дел в порядок» (раздаривание личных вещей, письма к родственникам и друзьям, урегулирование конфликтов). *Эмоциональные сигналы:*

- Поиск пути к смерти и желание жить одновременно;
- Депрессивное настроение: безразличие к своей судьбе; подавленность, безнадежность, беспомощность, отчаяние; -Переживание горя.

#### *Коммуникативные сигналы:*

- Прямые или косвенные сообщения о суицидальных намерениях («Хочу умереть» - прямое сообщение, «Скоро все это закончится» - косвенное). Шутки, иронические высказывания о желании умереть, бессмысленности жизни также относятся к косвенным сообщениям.

### **Помощь при потенциальном суициде**

Распознавание суицидальной опасности, разговор с суицидентом о его намерениях – это первая помощь.

Выслушивайте. Не пытайтесь утешить общими словами типа: «Ну, все не так плохо», «Вам станет лучше», «Не стоит этого делать». Дайте возможность высказаться.

Обсуждайте. Открытое обсуждение планов и проблем снимает тревожность.

Одно из важных отличий суицидоопасного состояния – ощущение себя «вне» общества, поскольку тема самоубийства табуирована (табу – запрет).

Поэтому важно задавать вопросы о самоубийстве, не избегать этой темы.

Будьте внимательны к косвенным показателям при предполагаемом самоубийстве. Каждое шутливое упоминание или угрозу следует воспринимать всерьез.

Скажите, что вы принимаете их всерьез.

Выработайте совместные решения о дальнейших действиях. Постарайтесь вместе искать альтернативные варианты решения.

Проявляйте интерес, но не оценивайте, не обсуждайте и не пытайтесь переубедить собеседника.

## ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

- Чаще показывайте детям, как сильно вы их любите, не скрывайте это.
- Не бойтесь попросить совета у вашего ребенка – это только сблизит вас. - Доверять вам будут, если вы будете не только родителями, но и друзьями, способными понять и сопереживать.
- Будьте примером для ребенка: ведь как вы сейчас относитесь к своим родителям, так и к вам будут относиться к старости.
- Чаще бывайте в школе.
- Не забывайте слова известного педагога В. Сухомлинского: «Наиболее полноценное воспитание, как известно, школьно-семейное».

### Приложение 2

Развеем мифы ....

**МИФ 1.** Люди, говорящие о самоубийстве, никогда не осуществляли его на деле. Это не так. На самом деле 4 из 5 суицидентов не раз подавали сигнал о своих намерениях.

**МИФ 2.** Человек в суицидальном состоянии твердо решил покончить жизнь самоубийством.

Это не так. Большинство самоубийц не пришли к однозначному решению жить или умереть. Они

«играют со смертью», предоставляя окружающим спасать их.

**МИФ 3.** Самоубийство происходит внезапно, без всякого предупреждения.

Это не так. Суициду предшествует ряд сигналов, выражающих внутреннюю борьбу человека между жизнью и смертью.

**МИФ 4.** Суициденты постоянно думают о смерти.

Это не так. Позывы к смерти кратковременны. Если в такой момент помочь человеку преодолеть стресс, его намерения могут измениться.

**МИФ 5.** Улучшение, наступающее после суицидального кризиса, означает, что угроза самоубийства прошла.

Это не так. Большинство самоубийств происходит в течение примерно 3 месяцев после начала «улучшения», когда у человека появляется энергия для воплощения своих мыслей и чувств к жизни.

**МИФ 6.** Суицид, чаще всего, совершают молодые люди. Это не так. Суицид примерно в равной мере проявляется среди всех возрастных категорий.

**МИФ 7.** Самоубийства, происходят гораздо чаще в среде богатых или, наоборот, исключительно среди бедных.

Это не так. Уровень самоубийства одинаков во всех слоях общества.

**МИФ 8.** Суицид – это наследственная «болезнь».

Это не так. Добровольная смерть одного из членов семьи может усилить суицидальный кризис у других лишь в том случае, когда они сами подвержены мысли о смерти.

**МИФ 9.** Все самоубийцы – душевнобольные или умственно неполноценные люди.

Это не так. Уходят из жизни глубоко несчастные люди.

**МИФ 10.** Женщины угрожают самоубийством, а мужчины осуществляют его.

Это не так. Мужчины в 3 раза больше женщин заканчивают жизнь самоубийством, а женщины в 3 раза чаще мужчин предпринимают попытки суицида. Женщины используют средства с большими шансами на спасение: таблетки, яды, газ и т.д.

мужчины предпочитают огнестрельное оружие или веревку, где шансы на спасение минимальны.