

Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 6 города Орска»

УТВЕРЖДАЮ  
директор МОАУ «СОШ № 6 г. Орска»



« 04 » сентября 2024 г.

## ПРОГРАММА

### Программа профилактики суицидального поведения несовершеннолетних

Разработала **Наumenko E.B.**  
Педагог-психолог

2024

## Пояснительная записка

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.

Частота суицидальных действий среди молодежи в течение последних двух десятилетий удвоилась. У 30% лиц в возрасте 14–24 лет бывают суицидальные мысли, 6% юношей и 10% девушек совершают суицидальные действия. Некоторые специалисты пишут о том, что в 10% случаев суицидальное поведение имеет цель покончить с собой, а в 90% подросток пытается привлечь к себе внимание.

По данным государственной статистики, количество детей и подростков, покончивших с собой, составляет 12,7% от общего числа умерших от неестественных причин. За последние пять лет самоубийством покончили жизнь 14 157 несовершеннолетних. За каждым таким случаем стоит личная трагедия, катастрофа, безысходность, когда страх перед жизнью побеждает страх смерти. Анализ материалов уголовных дел и проверок обстоятельств причин самоубийств несовершеннолетних, проведенный Генеральной прокуратурой России, показывает, что 62% всех самоубийств несовершеннолетних связано с семейными конфликтами и неблагополучием, боязнью насилия со стороны взрослых, бестактным поведением отдельных педагогов, конфликтами с учителями, одноклассниками, друзьями, черствостью и безразличием окружающих. Изучение проблемы суицида среди молодежи показывает, что в целом ряде случаев подростки решались на самоубийство с целью обратить внимание родителей, педагогов на свои проблемы и протестовали таким страшным образом против бездушия, безразличия, цинизма и жестокости взрослых. Решаются на такой шаг, как правило, замкнутые, ранимые по характеру подростки от ощущения одиночества, собственной ненужности, из-за стрессов и утраты смысла жизни. Своевременная психологическая поддержка, доброе участие, оказанное подросткам в трудной жизненной ситуации, помогли бы избежать трагедии.

**Цель:** профилактика суицидов и суицидальных попыток среди несовершеннолетних.

**Задачи:**

- создание системы психолого-педагогической поддержки учащихся разных возрастных групп;
- изучение особенностей психолого-педагогического статуса учащихся, с последующим выявлением детей, нуждающихся в незамедлительной помощи;
- повышение компетентности родителей и педагогов в области профилактики суицидального поведения;
- сопровождающая деятельность детей группы риска и их семей.

**Категории участников:** обучающиеся, родители, педагоги.

**Принципы реализации программы:**

- Принцип **ценности личности**, заключающийся в самоценности ребенка.
- Принцип **уникальности личности**, состоящий в признании индивидуальности ребенка.
- 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** учебно-воспитательного процесса.

### **Основные направления деятельности.**

1. Общая профилактика.
2. Выделение групп суицидального риска; сопровождение детей, подростков и их семей группы риска с целью предупреждения самоубийств.
3. Работа с детьми и молодежью, нуждающимися в срочной психоэмоциональной поддержке.
4. Снижение последствий и уменьшение вероятности дальнейших случаев, социальная и психологическая реабилитация суицидентов.

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

### **Первый уровень – общая профилактика.**

Цель: повышение групповой сплоченности в школе.

Мероприятия:

1) Создание общих школьных программ психического здоровья, здоровой среды в школе, так чтобы дети чувствовали заботу, уют, любовь.

2) Организация внеклассной воспитательной работы. Разработка эффективной модели взаимодействия школы и семьи, а также школы и всего сообщества. Учащиеся, чувствуя, что учителя к ним справедливы, что у них есть близкие люди в школе, ощущающие себя частью школы, гораздо реже думают или пытаются совершить самоубийство.

Задачи педагога-психолога и социального педагога на данном этапе:

- Изучение особенностей психолого-педагогического статуса каждого учащегося с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих в психическом состоянии, общении, развитии и обучении.
- Создание системы психолого-педагогической поддержки учащихся разных возрастных групп в воспитательно-образовательном процессе так и в период трудной жизненной ситуации (составление программы или плана работы по профилактике суицидального поведения учащихся).
- Привлечение различных государственных органов и общественных объединений для оказания помощи и защиты законных прав и интересов ребенка.
- Формирование позитивного образа Я, уникальности и неповторимости не только собственной личности, но и других людей.
- Привитие существующих в обществе социальных норм поведения, формирование детского милосердия, развитие ценностных отношений в социуме.

### **Второй уровень – первичная профилактика**

**Цель:** выделение групп суицидального риска; сопровождение детей, подростков и их семей группы риска с целью предупреждения самоубийств. Мероприятия:

1. Диагностика суицидального поведения

2. Индивидуальные и групповые занятия по обучению проблем-разрешающего поведения, поиска социальной поддержки, ее восприятия и оказания, повышению самооценки, развитию адекватного отношения к собственной личности, эмпатии.

3) Работа с семьей ребенка, попавшего в трудную жизненную ситуацию или испытывающего кризисное состояние.

4) Класные часы, круглые столы, стендовая информация

Задачи педагога-психолога и социального педагога на данном этапе:

- Выявление детей, нуждающихся в незамедлительной помощи и защите. Работа с семьей ребенка, попавшего в трудную жизненную ситуацию или испытывающего кризисное состояние. Оказание экстренной первой помощи, обеспечение безопасности ребенка, снятие стрессового состояния.
- Сопровождение детей и подростков группы риска по суицидальному поведению с целью предупреждения самоубийств: терапия кризисных состояний, формирование адаптивных копинг-стратегий, способствующих позитивному принятию себя подростками и позволяющих эффективно преодолевать критические ситуации существования.
- Изучение теоретических аспектов проблемы с позиции различных наук (философии, физиологии, психологии, социологии, педагогики) и использование информации в работе с педагогами и родителями. Повышение осведомленности персонала, родителей и учащихся о признаках возможного суицида, факторах риска и путях действия в этой ситуации.
- С педагогами проводится психопросвещение в вопросах дезадаптивного поведения детей и подростков, в том числе суицидального, дается информация о мерах профилактики суицида среди детей и подростков. Родителей необходимо познакомить с информацией о причинах, факторах, динамике суицидального поведения, снабдить рекомендациями, как заметить надвигающийся суицид, что делать, если у ребенка замечены признаки суицидального поведения.

С детьми о суициде вести беседы необходимо с позиции их помощи товарищу, который оказался в трудной жизненной ситуации. Известно, что подростки в трудной ситуации чаще всего обращаются за помощью и советом к своим друзьям, чем к взрослым. Именно поэтому подростки должны быть осведомлены о том, что суицид это уход, уход от решения проблемы, от наказания и позора, унижения и отчаяния, разочарования и утраты, отвергнутости и потери самоуважения... словом, от всего того, что составляет многообразие жизни, пусть и не в самых радужных ее проявлениях. Прежде чем оказать помощь другу, который собирается совершить суицид, важно располагать основной информацией о суициде и о суицидентах. Особенно важно быть в курсе дезинформации о суициде, которая распространяется гораздо быстрее, чем информация достоверная. Дети должны получить достоверную информацию о суициде, которую необходимо знать для оказания эффективной помощи оказавшемуся в беде другу или знакомому. Разработка плана действий в случае самоубийства, в котором должны быть процедуры действия при выявлении учащегося группы риска, действия при угрозе самоубийства и после самоубийства

Задачи педагога-психолога на данном этапе: Включение созданной системы психолого-педагогической поддержки учащихся разных возрастных групп в

воспитательно-образовательном процессе (составленной программы или плана работы по профилактике суицидального поведения учащихся) в общий план действий. Определение своей позиции и перечня конкретных действий при выявлении учащегося группы риска, при угрозе учащегося закончить жизнь самоубийством, и после самоубийства.

### **Третий уровень – вторичная профилактика**

Цель: Предотвращение самоубийства

Мероприятия:

- 1) Оценка риска самоубийства Оценка риска самоубийства происходит по схеме: крайняя (учащийся имеет средство совершения самоубийства, выработан четкий план), серьезная (есть план, но нет орудия осуществления) и умеренная (вербализация намерения, но нет плана и орудий).

Задачи педагога-психолога на данном этапе:

Педагог-психолог может взять на себя роль того, кто мог бы отговорить самоубийцу от последнего шага или выступить в роли консультанта того, кто решился вступить в контакт с учащимся, который грозитя покончить жизнь самоубийством, отговорить самоубийцу от последнего шага. Психолог входит в состав кризисного штаба по предотвращению самоубийства.

- 2) Оповещение соответствующего учреждения психического здоровья (психиатрическая клиника), запрос помощи. Оповещение родителей.

Задачи педагога-психолога на данном этапе должны быть определены и требуют проработки.

- 3) Разбор случая со школьным персоналом, который был включен в работу, так чтобы он мог выразить свои чувства, переживания, внести предложения относительно стратегий и плана работы.

### **Четвертый уровень – третичная профилактика**

Цель: Снижение последствий и уменьшение вероятности дальнейших случаев, социальная и психологическая реабилитация суицидентов.

Мероприятия Оповещение, возможность проконсультироваться с психологом, внимание к эмоциональному климату в школе и его изменению.

Задачи педагога-психолога на данном этапе:

- Оказание экстренной первой помощи, снятие стрессового состояния у очевидцев происшествия (дети, подростки, персонал школы).
- Глубинная психотерапевтическая коррекция, обеспечивающая профилактику образования конфликтно-стрессовых переживаний в дальнейшем На данном этапе должны быть подключены к работе медицинские психологи, психотерапевты.

Направления реализации программ профилактики определяются на основании «Типовой модели психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса, ориентированного на профилактику суицидального поведения обучающихся» разработанной Департаментом государственной политики в сфере общего образования (Письмо Департамента государственной политики в сфере общего образования № 08- 13 от 14 января 2013 г.)

### **Программы для работы с детьми и подростками:**

- «Ценность жизни»: программа профилактики суицидального поведения подростков 14-17 лет. Разработка: Гущиной Т.Н. Я и мои ценности: Тренинговые занятия для развития социальных навыков у старшеклассников: М.: Аркти, 2008.

- «Поверь в себя»: Программа профилактики суицидального поведения у детей и подростков Разработка: Зарипова Ю. П.// <http://festival.1september>
- Программа коррекционно-обучающего тренинга «Переживание-преодоление критической ситуации» Разработка: ГУО «Витебский областной институт развития образования», 2009, авт-сост. П.В.Зязюлькин.
- Программа оказания психологической помощи старшеклассникам «SOS»: Разработка: ГУО «Витебский областной институт развития образования», 2009, авт-сост. П.В.Зязюлькин.

Данные программы предназначены для организации профилактической и коррекционной работы по предотвращению суицидальных попыток среди учащихся разных возрастных групп в общеобразовательном учреждении. Основой целью является формирование ценностного отношения к жизни, обучение подростков навыкам проблемно- разрешающего поведения, поиска социальной поддержки, повышение самооценки, развитие адекватного отношения к собственной личности

### **Комплексные программы для работы с обучающимися, педагогами, родителями:**

- «Позитив»: профилактика суицидального поведения среди детей и подростков. (Разработка: Сальниковой С.А., //Социальная сеть работников образования: nportal.ru)
- «Перекресток» (Разработка: Черновой Г.В.,• <http://festival.1september>)

Данные программы построены на модели уровневой профилактики и ориентированы на создание системы психолого-педагогической поддержки учащихся разных возрастных групп, как в образовательном процессе, так и в период трудной жизненной ситуации. Программа предусматривает повышение психологической компетентности педагогов и родителей в вопросах профилактики суицидального риска, навыков взаимодействия с детьми и подростками, разрешения конфликтов, создания психологически благоприятной образовательной среды.

### **Основные методы выявления детей группы риска по суицидальному поведению**

Основными методами в работе педагогов-психологов, социальных педагогов являются:

- Наблюдение, беседа, стандартизированное интервью, анализ документов;
- Психологическое тестирование с применением стандартизированных методик, опросных и проективных методов
- На уровне образовательных учреждений в течение учебного года целесообразно регулярно проведение мероприятий, направленных на реализацию программ коррекционно-развивающих и профилактических занятий с обучающимися:
- Проведение циклов бесед с подростками: «В чем смысл жизни», «Мой положительный взгляд на мир» «Ценность жизни», «Цели и смысл жизни». «Профилактика суицида». «Для чего я живу»; «Стресс в жизни человека. Способы борьбы со стрессом», «Способы саморегуляции эмоционального состояния» и др.
- Проведение классных часов на темы «Нет конфликтам», «Мост взаимоотношений». «Нет безвыходных ситуаций», «Как решить свои проблемы».
- Проведение циклов классных часов: «Проблема отцов и детей в современном обществе», «Формирование позитивных жизненных целей» «Профилактика детского суицида»; «Я люблю тебя, жизнь»
- Реализация программы тренинга безопасного поведения «Я умею выбирать» (обучающиеся 4-11 классов); тренинги «Переживание-преодоление критической

ситуации», «Программа оказания психологической помощи старшеклассникам «SOS» и др.;

- Проведение обучения по программам профилактики употребления несовершеннолетними психоактивных веществ; профилактики нехимических видов зависимости: «Полезные привычки, навыки, выбор». Данные программы рассматриваются как ресурс снижения риска деструктивного поведения в подростково-молодежной среде;
- Проведение родительских собраний «Профилактика жестокого обращения с детьми», «Психологический климат в семье», «Поддержка семьи во время сдачи выпускниками ЕГЭ», «Понять. Простить. Принять»; «Правовые основы семейного воспитания: права и обязанности родителей и детей»;
- Семинары и консультации для классных руководителей «Психологический климат в классе», «Школьная травля, как один из подводных камней школьной жизни», «Возрастные психолого-педагогические особенности подростков», «Причины подросткового суицида. Роль взрослых в оказании помощи подросткам в кризисных ситуациях», «Причины и формы проявления невротических расстройств у современных старшеклассников», «Родительская любовь»;
- Психолого-педагогическая поддержка выпускников в период подготовки к ЕГЭ
- Организация работы «Почты доверия» для обучающихся школы.
- Организация работы школьного телефона доверия.

### Литература:

1. Бережковская Е. Чем и как увлекаются подростки // Школьный психолог, 2005, №1
2. Борщевецкая Л. Психологический час «Как научиться жить без драки» // Школьный психолог, 2006, №10.
3. Бурмистрова Е.В.. Психологическая помощь в кризисных ситуациях (предупреждение кризисных ситуаций в образовательной среде). Методические рекомендации для специалистов системы образования. М.: МГППУ, 2006.
4. Вроно Е.М. Предотвращение самоубийства. Руководство для подростков.
5. Галушина Э., Комарова О. Игра для подростков «В чем смысл жизни» // Школьный психолог, 2005, №5.
6. Евграфова Т. У нас новенький!// Школьный психолог, 2005, №20.
7. Иванова В. Сердце// Школьный психолог, 2004, №17.
8. Кузнецов Д. Демобилизирующая тревожность: некоторые причины и формы проявления невротических расстройств у современных старшеклассников // Школьный психолог, 2005, №2.
9. Манелис Н. Психологический климат в классе // Школьный психолог, 2001, №10, 12, 16, 19.
10. Овчарова Р.В. Практическая психология образования.- М., 2003.
11. Профилактика суицидального поведения. Методические рекомендации. Сост.: А.Г.Абрумова и В.А.Тихоненко. М., 1980.
12. Сиягин Ю.В., Сиягина Н.Ю.. Детский суицид. Психологический взгляд. КАРО, С – П, 2006.
13. Стишенков И. Друзья // Школьный психолог, 2010, №19
14. Стишенков И. Две планеты // Школьный психолог, 2010, №20

- 15.Соболева А. Профилактика конфликтных ситуаций и борьба с ними // Школьный психолог, 2004, №40, 41, 42.
- 16.Стебенева Н, Королева Н. Программа психолого-педагогических мероприятий для выпускников в период подготовки к ЕГЭ «Путь к успеху»// Школьный психолог , 2008, №14
- 17.Суицид. О мерах профилактики суицида среди детей и подростков. Официальный сайт ФППМ ВШК (факультет Психолого-педагогического менеджмента Высшей Школы Социально-управленческого консалтинга).
- 18.Тимашова Л. Открытка от одиночества // Школьный психолог, 2003, №39
19. Фомина А. Как улучшить настроения. Изучение способов саморегуляции эмоционального состояния. Школьный психолог, 2006, №2
20. Фесенко Н, Олейко Н. Акция «Письмо матери»// Школьный психолог, 2008, №16
21. Фалькович Т. А., Высоцкая Н. В., Толстоухова Н. С. Подростки XXI века. Психолого-педагогическая работа в кризисных ситуациях: 8-11 классы. – М.: ВАКО, 2006. – 256 с. – (Педагогика. Психология. Управление).
22. Шашкова З. Ты и я – такие разные. Занятие для подростков 11-12 лет // Школьный психолог, 2002, №11.
- 23.Черепанова Е. «Психологический стресс. Помоги себе и своему ребенку». М. 2006.
- 24.Чернова Г.В. Программа профилактики суицидального поведения "Перекресток". Сайт фестиваля "Открытый урок": <http://festival.1september>