


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЛИЦЕЙ ИМЕНИ ГЕНЕРАЛ-МАЙОРА  
ХИСМАТУЛИНА ВАСИЛИЯ ИВАНОВИЧА

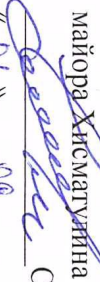
СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

 Д.Д. Котоманова  
« 01 » 09 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ лицей имени генерал-

майора Хисматулина В. И.  
 С.В. Фисун  
« 01 » 09 2023г.

**Профилактическая программа  
«Многоуровневая модель суицидальной профилактики»**

Срок реализации программы: 1 год

Учебный год: 2023-2024

Адресность программы: 5-7 классы

Педагог-психолог: Кушнина Юлия Анатольевна

Психолого-педагогические методы и приемы, используемые при проведении мероприятий: наблюдение, диагностический минимум, групповые/индивидуальные коррекционно-развивающие занятия, дискуссии, релаксационные методы.

Программа разработана на основании:

Бережковская Е. Чем и как увлекаются подростки // Школьный Педагог-психолог, 2005, №1, Боршевницкая Л. Педагог-психологический час “Как научиться жить без драки” // Школьный Педагог-психолог, 2006, №10, Галушина Э., Комарова О. Игра для подростков “В чем смысл жизни” // Школьный Педагог-психолог, 2005, №5, Евграфова Т. У нас новенький! // Школьный Педагог-психолог, 2005, №20.

## Содержание

Пояснительная записка.....	3-7 с.
Список литературы.....	8 с.
Приложение 1. «Конспекты занятий по профилактике суицидального поведения.....	9-14 с.
Приложение 2. Тренинг «Позитивное мышление».....	15-18 с.
Приложение 3. Опрос учащегося с суицидальным поведением».....	19-20 с.
Приложение 4. «Правила работы с подростками, друг или подруга которых совершили самоубийство».....	21 с.
Приложение 5. «Диагностический инструментарий».....	22-29 с.

## **Пояснительная записка**

### **1. 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 материалов уголовных дел показывает, что 62% всех самоубийств несовершеннолетними совершается из-за конфликтов и неблагополучия: боязни насилия со стороны взрослых, бестактного поведения и конфликтов со стороны учителей, одноклассников, друзей, чётрности и безразличия окружающих. В целом ряде случаев подростки решались на самоубийство из-за безразличия родителей, педагогов на их проблемы и протестовали, таким образом, против безразличия и жестокости взрослых. Решаются на такой шаг, как правило, замкнутые, ранимые по характеру, страдающие от одиночества и чувства собственной ненужности, потерявшие смысл жизни подростки. Также причиной суицида может быть алкоголизм и наркомания, как родителей, так и самих подростков, индивидуальные психологические особенности человека, внутриличностные конфликты и т.д. Таким образом, в настоящее время решение проблемы суицидального поведения подростков и молодежи в целом является наиболее актуальной среди других проблем современного общества. Ученые считают, что суицидальное поведение является результатом сложного взаимодействия социальных, психологических и социокультурных факторов в экстремальных для личности ситуациях, но до сих пор остается неясным, что толкает молодежь на совершение столь безрассудных действий. 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. В любом случае, считается, что лучше предотвратить проблемную ситуацию, чем потом расплачиваться за ее последствия. В связи с этим, должно внимание уделяется стратегиям совладания с трудностями в повседневной жизни молодежи, как факторам профилактики и коррекции суицидального поведения.

### **2. Основные цели и задачи программы.**

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

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

Программа профилактики включает в себя четыре уровня:

- I уровень – этап общей профилактики;
- II уровень – первичная профилактика;
- III уровень – вторичная профилактика;
- IV уровень – третичная профилактика.

Каждый профилактический уровень предполагает решение определенного ряда задач.

На этапе **общей** профилактики нами были поставлены следующие задачи:

- изучение особенностей социально-психологического статуса и адаптации учащихся с целью своевременной профилактики и эффективного решения возникших трудностей;
- повышение групповой сплоченности детских и педагогических коллективов;
- участие в создании системы психолого-педагогической поддержки учащихся разных возрастных групп;
- участие в разработке и проведении общешкольных и классных мероприятий, целью которых будет содействие формированию позитивного образа я, коммуникативной компетентности, ценностного отношения к жизни.

На **втором уровне** предполагается проведение первичной профилактики суицида, которая направлена на коррекцию суицидального поведения в отношении детей и подростков группы риска. В первую очередь необходимо провести комплекс мероприятий, содействующих повышению компетентности педагогов и родителей в области распознавания признаков суицидального риска, а также оказать поддержку детям и подросткам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации. На этапе первичной профилактики суицида нами были поставлены следующие задачи:

- на основании диагностики, жалоб учителей и запросов родителей выделить подростков группы риска;
- провести дополнительную диагностику, позволяющую оценить уровень тревожности и агрессивности подростков;
- провести анализ диагностических данных с выходом на рекомендации;
- участвовать в разработке и реализации программ сопровождения (индивидуального и группового);
- проведение работы с семьей подростка, попавшего в группу риска;
- разработать рекомендации (памятки) для родителей и педагогов, относительно распознавания кризисного состояния у ребенка и выхода из него.

На данном этапе профилактики необходимо включить подростков группы риска в индивидуальные и групповые занятия, целью которых будет: отреагирование эмоционального напряжения, реабилитация коммуникативной компетентности и образа «Я», развитие фрустрационной толерантности, что проводится педагогом-психологом в рамках коррекционного направления психолого-педагогического сопровождения.

**Третий уровень** профилактики осуществляется с группой учащихся, находящихся в трудной жизненной ситуации и высказывающих суицидальные намерения (прямо или косвенно). Основной задачей на данном этапе является предотвращение суицида. В первую очередь перед педагогом-психологом стоит задача оценки риска самоубийства. Существует три степени риска: незначительный (наличие суицидальных мыслей без определенных планов), средней степени (наличие суицидальных мыслей, наличие плана без сроков

реализации), высокий (есть мысли, разработан план, есть сроки реализации и средства для этого). Оценить степень риска можно, используя следующие диагностические методы:

- Опросник суицидального риска (ОСР);
- Шкала безнадежности (Бек);
- Шкала экзистенциального беспокойства (Лорен и Кейтрин).

*Задачи педагога-психолога при незначительном риске:*

- предложить ученику эмоциональную поддержку;
- проработать суицидальные чувства;
- сфокусировать внимание на сильных сторонах личности;
- направить к психотерапевту;
- назначить повторную консультацию.

*Задачи педагога-психолога при наличии риска средней степени:*

- предложить эмоциональную поддержку;
- проработать суицидальные чувства;
- укрепить желание жить;
- обсудить альтернативы самоубийства;
- заключит с подростком словесный контракт об отсрочке принятия решения о самоубийстве;
- направить к психотерапевту;
- связаться с семьей, друзьями.

*Задачи педагога-психолога при наличии высокого риска суицида:*

- постоянно оставаться с подростком, не оставляя его ни на минуту;
- при необходимости удалить орудия самоубийства;
- заключить с подростком словесный контракт об отсрочке принятия решения о самоубийстве;
- информировать семью.

Для педагогов надо организовать индивидуальные и групповые консультации, целью которых будет разработка стратегии взаимодействия с группой риска на период преодоления кризисной ситуации. Для родителей – индивидуальные консультации.

В случае необходимости оказания психотерапевтической помощи семье у педагога-психолога должна быть информация, которую он сможет предоставить родителям (телефон, адрес, условия оказания помощи).

Педагоги и школьный персонал, которые могут быть включены в суицидальный случай, следовательно, педагог-психолог может предоставить им возможность групповой или индивидуальной консультации.

Четвертый уровень – **третичная профилактика** предполагает мероприятия, снижающие последствия и уменьшающие вероятность парасуицида. В первую очередь адресатом этого профилактического уровня становятся дети и подростки, совершившие попытку суицида. Наиболее опасным периодом считаются 1-3-я недели после первой попытки.

*Задачи педагога-психолога на этапе третичной профилактики суицида:*

- определение типа постсуицидального состояния у подростка (критичный – стыд за совершенную попытку, манипулятивный – носит демонстративно-шантажный характер, аналитический – подросток будет искать способы решения конфликта, если не найдет, возможен суицид, но уже с высокой вероятностью летального исхода, суицидально-фиксированный – характерно сохранение суицидальных тенденций);

- разработка шагов социально-психологического сопровождения (в том числе необходимость обращения к врачам);
- индивидуальная коррекционная работа с подростком;
- организация групповой работы в классе и включение в нее подростка с целью восстановления навыков адаптации;
- организация консультаций для педагогов, родителей, включенных в суицидальный случай;
- мониторинг состояния подростков (метод наблюдения, интервью, опрос).

### **3. 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;
- Работа с неблагополучными семьями.

### **4. Содержание основных понятий.**

**Покушение на самоубийство** – это однородная деятельность человека, не закончившаяся летальным исходом по различным обстоятельствам.

**Социализация** – двуединый процесс: с одной стороны, это *внешнее* для человека влияние на него со стороны общества его социальных институтов и общественной атмосферы, нравственных норм и культурных ценностей, образа жизни людей; с другой – это *внутреннее*, личностное освоение каждым человеком такого влияния в процессе социального становления.

**Социальная среда** – человеческое, духовное, предметное окружение ребенка, которое оказывает влияние на его личностное развитие, выступая реальным пространством его формирования и самореализации.

**Суицид** – самоубийство, намеренное лишение себя жизни. Самоубийство и примыкающий к нему более широкий ряд феноменов аутоагрессии и саморазрушения следует отнести к формам девиантного поведения (поступки или действия человека, не соответствующие официально установленным или фактически сложившимся в данном обществе нормам).

**Суицидальная попытка** – это целенаправленное оперирование средствами лишения себя жизни, не закончившееся смертью.

**Суицидальное поведение** – волевые действия личности, конечной целью которых является покушение на самоубийство или сам акт самоубийства. Является следствием социально-психологической дезадаптации личности в условиях микросоциального климата.

**Суицидальные замыслы** – это активная форма проявления суицидальности, т.е. тенденция к самоубийству, глубина которой нарастает параллельно степени разработки плана её реализации.

**Суицидальный риск** – склонность человека к совершению действий, направленных на собственное уничтожение.

**Суицидент** – человек, совершивший самоубийство или покушение на самоубийство.

**Толерантность** – способность человека принимать других людей такими, каковы они есть, сосуществовать и взаимодействовать с ними.

### **5. 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.

#### **6. Ожидаемый результат.**

Организованная таким образом работа позволит осуществлять социальную и психологическую защиту детей, снизить количество детей с девиантным поведением и избежать суицидальных попыток. Также позволит организовать работу по оптимизации детско-родительских взаимоотношений.

### **Список литературы:**

1. Бережковская Е. Чем и как увлекаются подростки // Школьный Педагог-психолог, 2005, №1
2. Борщевицкая Л. Педагог-психологический час “Как научиться жить без драки” // Школьный Педагог-психолог, 2006, №10.
3. Галушина Э., Комарова О. Игра для подростков “В чем смысл жизни” // Школьный Педагог-психолог, 2005, №5.
4. Евграфова Т. У нас новенький!// Школьный Педагог-психолог, 2005, №20.
5. Иванова В. Сердце// Школьный Педагог-психолог, 2004, №17.
6. Кузнецов Д. Демобилизирующая тревожность: некоторые причины и формы проявления невротических расстройств у современных старшеклассников // Школьный Педагог-психолог, 2005, №2.
7. Манелис Н. Педагог-психологический климат в классе // Школьный Педагог-психолог, 2001, №10, 12, 16, 19.
8. Ожегов С.И. словарь русского языка. / Под ред. Н.Ю.Шведовой. 1984. – 797 с.
9. Профилактика суицидального поведения. Методические рекомендации. Сост.: А.Г.Абрумова и В.А.Тихоненко. М., 1980.
10. Синягин Ю.В., Синягина Н.Ю.. Детский суицид. Педагог-психологический взгляд. КАРО, С – П , 2006. – 176 с.
11. Стишенок И. Друзья // Школьный Педагог-психолог, 2010, №19
12. Стишенок И. Две планеты // Школьный Педагог-психолог, 2010, №20
13. Соболева А. Профилактика конфликтных ситуаций и борьба с ними // Школьный Педагог-психолог, 2004, №40, 41, 42.
14. Стебенева Н, Королева Н. Программа Педагог-психолого-педагогических мероприятий для выпускников в период подготовки к ЕГЭ «Путь к успеху»// Школьный Педагог-психолог , 2008, №14
15. Тимашова Л. Открытка от одиночества // Школьный Педагог-психолог, 2003, №39
16. Фоминова А. Как улучшить настроения. Изучение способов саморегуляции эмоционального состояния. Школьный Педагог-психолог, 2006, №2
17. Фесенко Н, Олейко Н. Акция «Письмо матери»// Школьный Педагог-психолог, 2008, №16
18. Фалькович Т. А., Высоцкая Н. В., Толстоухова Н. С. Подростки XXI века. Педагог-психолого-педагогическая работа в кризисных ситуациях: 8-11 классы. – М.: ВАКО, 2006. – 256 с. – (Педагогика. Педагог-психология. Управление).
19. Шашкова З. Ты и я – такие разные. Занятие для подростков 11-12 лет // Школьный Педагог-психолог, 2002, №11.