

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №23 г. Томска

Утверждаю
директор МАОУ СОШ №23

_____ Н.В. Байдикова

Приказ № 30П от 31.01.2025г.

ПРОГРАММА
профилактики суицидального поведения
обучающихся
«Краски жизни»

Автор программы:

Цыгикало К.А, педагог-психолог

Томск 2025

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Разделы	Содержание
<i>Нормативные документы:</i>	Конституция Российской Федерации от 12.12.1993 г. Конвенция о правах ребёнка. Семейный кодекс Российской Федерации. Закон РФ «Об образовании», от 29.12.2012 N 273-ФЗ (новая редакция). Закон РФ №120 «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» от 24.06.1999г. Устав школы
<i>Цель программы:</i>	организация профилактической и коррекционной работы для предотвращения суицидальных попыток среди обучающихся разных возрастных групп в общеобразовательном учреждении
<i>Задачи программы:</i>	<ul style="list-style-type: none"> ● повышать уровень психологической безопасности всех участников образовательного процесса; ● мотивировать обучающихся на принятие принципов здорового образа жизни, формировать устойчивое отрицательное отношение к ПАВ; ● способствовать утверждению в детской среде позитивных моделей поведения как нормы, развитию эмпатии; ● содействовать формированию ответственного отношения родителей или законных представителей к нравственному воспитанию детей
<i>Исполнители программы:</i>	заместитель директора по ВР; социальный педагог; педагоги – психологи; классные руководители; Совет по профилактике правонарушений и преступлений; психолого-педагогический консилиум; методическое объединение классных руководителей
<i>Срок реализации</i>	2025 г.
<i>Перечень разделов программы:</i>	<ul style="list-style-type: none"> – Пояснительная записка – Алгоритм действий с обучающимися группы риска – Основные мероприятия профилактической работы в течение учебного года – Ожидаемые конечные результаты реализации программы
<i>Результаты выполнения программы:</i>	<ul style="list-style-type: none"> ● повышение психологической просвещённости педагогов, родителей и учеников школы; ● повышение медико-психологической компетентности педагогического коллектива школы; ● снижение количества подростков «группы риска» в школе; ● активное и результативное участие учащихся школы в различных конкурсах, олимпиадах, соревнованиях; ● формирование представлений о здоровом образе жизни и эффективных линиях поведения у детей и подростков; ● создание психологически безопасной и комфортной среды в школе
<i>Система организации контроля за исполнением программы</i>	<ul style="list-style-type: none"> – итоговый информационно-аналитический отчёт о профилактической работе составляется социальным педагогом и предоставляется заместителю директора по ВР; – отчёт о деятельности родительской общественности составляет зам. директора по ВР; – анализ работы по психологической коррекции составляется педагогом-психологом и предоставляется заместителю директора по ВР; – итоговый отчёт о профилактической работе, составляется заместителем директора по ВР и предоставляется директору

РАЗДЕЛ 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

Актуальность программы связана с ростом количества самоубийств среди подростков. Проблема детских суицидов присуща как неблагополучным семьям, так и семьям с внешними признаками социального и финансового благополучия. Попытки суицида являются следствием непродуктивной адаптации к жизни – фиксированного, негибкого построения человеком или семьей отношений с собой, своими близкими и внешним миром.

Своевременная психологическая помощь, участливое отношение к подросткам, попавших в трудную жизненную ситуацию, могут помочь избежать трагедий. Целью программы является организация профилактической работы по предупреждению суицидальных действий среди подростков, развитие стрессоустойчивости, сохранение и укрепление психического здоровья обучающихся.

В данной программе профилактика девиантного поведения выстраивается в соответствии с индивидуальными психологическими особенностями каждого ребенка. По данным исследований института психолого-педагогического образования СПб АППО (2011г.) можно выделить ряд групп учащихся, которые могут при определенных условиях демонстрировать девиантное поведение. К таким потенциальным группам можно отнести следующие группы:

1. *Группа учащихся с низкой мотивацией и интересом к школьным занятиям, чувствующие себя неуспешными в учебной деятельности.* Данные учащиеся нуждаются в индивидуализации образовательного маршрута, требуют индивидуального психологического подхода и сопровождения, необходима работа с педагогами для формирования более стабильных позитивных отношений между педагогами и подростками.

2. *Группа учащихся, испытывающих негативные эмоциональные состояния, влияющие на поведение.* Это учащиеся с острыми переживаниями и тенденциями к социально неприемлемому выражению негативных эмоций при социальном взаимодействии; демонстрирующие признаки, свидетельствующие о возможной большей или меньшей выраженности эмоционального стресса, что требует соответствующей компенсации для снятия напряжения, которая может выражаться в потребности употребления ПАВ; учащиеся, которые достаточно часто переживают чувство одиночества, учащиеся, часто испытывающие чувство безнадежности по отношению к будущему. Этой группе респондентов требуется специальная социально-педагогическая поддержка, обучение способам отреагирования негативных эмоций и приобретению навыков преодоления трудных ситуаций.

3. *Группа учащихся, испытывающих трудности и проблемы в социальном взаимодействии.* Подростки, которые затрудняются в поисках собеседника в ситуации дискомфорта, т. е. испытывают определенную степень социального одиночества, трудности в социальном взаимодействии; у которых отношения с родителями более напряженные, им трудно обсуждать с родителями личные дела; наблюдается слабый контроль со стороны родителей за их времяпровождением по вечерам; которые считают необходимым условием для дружеского общения употребление табака, алкоголя. Такие подростки нуждаются в индивидуальной и групповой психокоррекционной работе и социально-педагогическом сопровождении, программах, направленных на формирование навыков эффективного социального взаимодействия.

Основные понятия программы

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).

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

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.

Буллинг – это систематическое негативное влияние на ученика группой детей.

Дети, находящиеся в трудной жизненной ситуации – дети, оставшиеся без попечения родителей; дети-инвалиды; дети, имеющие недостатки в психическом и (или) физическом развитии.

Индивидуальная профилактическая работа – деятельность по своевременному выявлению обучающихся и семей, находящихся в социально опасном положении, а также по их социально-педагогической реабилитации и (или) предупреждению совершения ими правонарушений и антиобщественных деяний.

Девиантное поведение – отклоняющееся поведение, противоречащее принятым в обществе правовым и нравственным нормам, включающим общественно опасное поведение (осуществление вреда личности, ценностям, правам и свободам граждан).

Насилие – любая форма взаимоотношений, направленная на установление или удержание контроля силой над другим человеком.

Несовершеннолетний, находящийся в социально опасном положении, – лицо в возрасте до 18 лет, которое вследствие безнадзорности или беспризорности находится в обстановке, представляющей опасность для его жизни или здоровья либо не отвечающей требованиям к его воспитанию или содержанию, либо совершает правонарушение или антиобщественные действия.

Правонарушение - понятие, означающее любое деяние, нарушающее какие-либо нормы права, и представляет собой юридический факт, предусматривающий противоправное виновное деяние, совершенное умышленно либо по неосторожности. За правонарушение законом предусматривается соответственно гражданская, административная, дисциплинарная и уголовная ответственность.

ППС-сопровождение (психолого-педагогическое и социальное сопровождение) – это профессиональная деятельность взрослых, взаимодействующих с ребенком в школьной среде.

Психологическая безопасность личности - переживание личностью психологического комфорта, выражающееся в осознании собственного статуса, чувства собственного достоинства и их неприкосновенности, а также в эмоциональном принятии себя.

Психологическая безопасность образовательной среды – это состояние образовательной среды, свободное от проявлений психологического насилия во взаимодействии, способствующее удовлетворению потребностей в личностно-доверительном общении, создающее референтную значимость среды и обеспечивающее психическое здоровье включенных в нее участников.

Семья, находящаяся в социально опасном положении, - семья, имеющая обучающегося, находящегося в социально опасном положении, а также семья, где родители не исполняют своих

обязанностей по воспитанию, обучению и содержанию, отрицательно влияют на его поведение или жестоко обращаются с ним.

Социальная норма – мера допустимого поведения, при котором социальная система сохраняется и прогрессирует.

Школьная дезадаптация – неспособность поведения школьника к ситуациям внутришкольного взаимодействия.

Цель программы: организации профилактической и коррекционной работы для предотвращения суицидальных попыток среди обучающихся разных возрастных групп в общеобразовательном учреждении.

Задачи программы:

- повышать уровень психологической безопасности всех участников образовательного процесса;
- мотивировать обучающихся на принятие принципов здорового образа жизни, формировать устойчивое отрицательное отношение к ПАВ;
- способствовать утверждению в детской среде позитивных моделей поведения как нормы, развитию эмпатии;
- содействовать формированию ответственного отношения родителей или законных представителей к нравственному воспитанию детей

Целевые группы программы:

- 1) Все обучающиеся школы с 1 по 11 класс, в том числе дети «группы риска».
- 2) Педагогический коллектив школы.
- 3) Родители обучающихся и лица, их заменяющие.

Основные организационные принципы реализации программы

Принцип диалогического общения со значимыми другими. В формировании ценностей большую роль играет диалогическое общение подростка со сверстниками, родителями, учителем и другими значимыми взрослыми. Диалог исходит из признания и безусловного уважения права воспитанника свободно выбирать и сознательно присваивать ту ценность, которую он полагает как истинную. Содержание данного принципа четко ориентирует педагогов при организации профилактической работы на приоритет деятельностных, диалоговых форм работы перед абстрактно-просветительскими и информационными.

Принцип идентификации. Идентификация — устойчивое отождествление себя со значимым другим, стремление быть похожим на него. Духовно-нравственное развитие личности подростка поддерживается примерами. Данный принцип означает, что, если в качестве примеров для идентификации в образовательной среде школы не будут иметь авторитет позитивные лидеры, общественные объединения конструктивной направленности, идентификация подростков может пойти на примерах асоциальных лидеров и организаций.

Принцип полисубъектности воспитания и социализации. В современных условиях процесс развития, воспитания и социализации личности имеет полисубъектный, многомерно-деятельностный характер. Подросток включён в различные виды социальной, информационной, коммуникативной активности, в содержании которых присутствуют разные, нередко противоречивые ценности и мировоззренческие установки. Эффективная организация воспитания и социализации современных подростков возможна при условии согласования (прежде всего, на основе общих духовных и общественных идеалов, ценностей) социально-педагогической деятельности различных общественных субъектов: школы, семьи, учреждений дополнительного образования, культуры и спорта, традиционных религиозных и общественных организаций и др. Данный принцип раскрывает еще один важнейший приоритет в организации профилактической работы - она должна носить полисубъектный характер, вовлекать в свою орбиту широкий спектр общественных субъектов: школу, семью, учреждения дополнительного образования, культуры и спорта, традиционные религиозные и общественные организации.

Основные направления работы:

1. Социально-педагогическая диагностика:

- подбор методического инструментария и форм документирования для диагностики и оценки состояния образовательной среды школы;
- проведение диагностических исследований уровня безопасности и комфорта участников образовательного процесса (диагностика удовлетворенности жизнедеятельностью школы, диагностика психических состояний, диагностика отклоняющегося поведения, диагностика уровня тревожности, мотивации к обучению, социометрия, наблюдение);
- анализ образовательных программ естественнонаучного и гуманитарного циклов, ОБЖ. Внесение коррективов с учетом поставленных задач.

2. Информационно-просветительская работа:

- разработка информационного материала с учетом выявленных проблем;
- проведение родительского лектория с привлечением специалистов из организаций-партнеров;
- акцентирование внимания обучающихся на учебных темах, имеющих профилактическое значение;
- разработка алгоритмов действий для педагогов в ситуациях, угрожающих психологической безопасности обучающихся.

3. Социально-профилактическая работа:

- организация психолого-медико-педагогического сопровождения детей групп риска (ведение карт наблюдений социальным педагогом, дневников наблюдений классными руководителями, работа ППк, Совет по профилактике правонарушений и преступлений);
- организация занятости обучающихся школы, в т.ч. детей групп риска во внеурочное время;
- занятия по саморегуляции психоэмоционального состояния и развитию навыков общения детей группы риска;
- работа школьной службы медиации.

4. Методическая работа:

- проведение ежегодных информационных семинаров для педагогов;
- использование возможностей организаций-партнеров в повышении квалификации педагогических кадров.

Место реализации программы: МАОУ СОШ № 23 г. Томска.

Сроки реализации программы: 2025 г.

Функции работников школы в системе профилактики правонарушений несовершеннолетних. Для эффективного функционирования системы профилактической работы в школе необходимо следующее распределение обязанностей:

Классный руководитель:

- осуществляет выявление обучающихся, воспитывающихся в неблагополучных семьях, имеющих проблемы в усвоении учебной программы, имеющих нарушения общения с другими обучающимися, родителями и педагогами;
- заполняет социальный паспорт класса;
- проводит мероприятия с родителями и детьми по проблематике правонарушений несовершеннолетних (родительские собрания, классные часы, совместные мероприятия и т.д.);

предоставляет информацию заместителю директора по воспитательной работе о проведенных профилактических мероприятиях;

- осуществляет ежедневный контроль за посещаемостью обучающихся;
- оказывает помощь родителям обучающихся в организации занятости детей, устройстве учащихся в кружки и секции;
- информирует социального педагога, педагога-психолога и администрацию школы о всех ситуациях «социального риска», возникающих в жизни ребенка и его семьи;
- подает информацию об основаниях для постановки обучающегося на внутришкольный контроль, участвует в работе Совета по профилактике правонарушений и преступлений школы; ведет педагогическое наблюдение за учащимися, состоящими на внутришкольном учете; заполняет дневник наблюдений.

Социальный педагог:

- разрабатывает совместно с педагогом — психологом и классным руководителем план индивидуальной профилактической работы с детьми, имеющих различные социальные проблемы и стоящих на различных видах учёта;
- готовит материалы (методические рекомендации, аналитические справки) для заседания Совета по профилактике правонарушений и преступлений;
- ведет профилактическую работу с обучающимися и их родителями по причине пропусков занятий;
- оказывает консультативную помощь родителям, обучающимся, педагогическому коллективу по вопросам профилактики правонарушений несовершеннолетних;
- осуществляет в пределах своей компетенции взаимодействие с представителями правоохранительных органов и другими субъектами профилактики по вопросам профилактики правонарушений несовершеннолетних, представляет интересы ребенка в различных инстанциях.

Педагог-психолог:

- анализирует условия, неблагоприятно влияющие на развитие личности обучающихся, диагностирует интеллектуальные, личностные и эмоционально-волевые особенности, препятствующие нормальному протеканию процесса развития, обучения и воспитания и совместно с учителями, классными руководителями, социальным педагогом разрабатывает способы их коррекции;
- разрабатывает психологические рекомендации по проектированию образовательной среды, комфортной и безопасной, для своевременного предупреждения нарушений в развитии и становлении личности, ее аффективной, интеллектуальной и волевой сфер;
- планирует и реализует совместно с учителями, классными руководителями мероприятия по профилактике возникновения социальной дезадаптации, аддикций и девиаций;
- разрабатывает рекомендации для учителей, классных руководителей по вопросам социальной интеграции и социализации для детей группы риска;
- разрабатывает и реализует программы проведения коррекционно-развивающих занятий для детей групп риска.

Заместитель директора по ВР:

- анализирует информацию по учету и контролю за посещаемостью обучающихся (особенно без уважительной причины);
- совместно с социальным педагогом и классным руководителем принимает решение о проведении профилактических мероприятий с обучающимися и их семьями;
- собирает информацию о проведенных профилактических мероприятиях, готовит информацию в вышестоящие учреждения и субъекты профилактики о мерах профилактики; участвует в работе Совета по профилактике правонарушений и преступлений;
- организует работу социального педагога и классных руководителей по привлечению обучающихся, склонных к совершению правонарушений к занятиям в кружках, секциях, клубах школы и микрорайона;

- организует мероприятия с обучающимися, родителями и педагогическим коллективом, направленные на профилактику правонарушений несовершеннолетних;
- организует документооборот и информационный обмен с субъектами профилактики, разработку и проведение с ними совместных профилактических мероприятий.

Директор школы:

- распределяет функциональные обязанности среди специалистов школы по проблеме профилактики безнадзорности и правонарушений среди обучающихся; обсуждает с сотрудниками и контролирует профилактические мероприятия, контролирует и обсуждает особенности контингента обучающихся на основании данных социального паспорта образовательного учреждения;
- заслушивает на административных и/или педагогических советах отчеты ответственных лиц о посещаемости, успеваемости и правонарушениях среди обучающихся школы, осуществляет (в случае необходимости) взаимодействие с субъектами профилактики.

Деятельность Совета по профилактике правонарушений и преступлений, школьной дезадаптации, правонарушений и преступлений обучающихся

Совета по профилактике правонарушений и преступлений основывается на таких нормативно-правовых документах, как Конвенция ООН о правах ребенка, Конституция Российской Федерации, Закон Российской Федерации "Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних" ФЗ №120, "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации".

Совета по профилактике правонарушений и преступлений создан в школе для работы по предупреждению правонарушений и преступлений, укреплению дисциплины и профилактике школьной дезадаптации. В состав Совета входит председатель, его заместитель (секретарь) и члены Совета. Состав Совета утверждается приказом директора школы.

Совет по профилактике правонарушений и преступлений - коллегиальный орган, целью которого является планирование, организация и осуществление контроля профилактики социально опасных явлений (безнадзорности, правонарушений, антиобщественных действий) среди обучающихся. Основными задачами деятельности Совета профилактики являются:

- выявление, устранение причин и условий, способствующих безнадзорности несовершеннолетних, совершению ими правонарушений, преступлений, антиобщественных действий;
- обеспечение защиты прав и законных интересов несовершеннолетних;
- социально-педагогическая реабилитация несовершеннолетних находящихся в социально-опасном положении;
- выявление и пресечение случаев вовлечения несовершеннолетних в преступную или антиобщественную деятельность;
- выявление детей группы социального риска, создание информационного банка данных по проблемам семьи и детей группы социального риска;
- осуществление координации деятельности школы с родителями, КДН, ОДН по месту жительства;
- оказание методической и других видов помощи учителям в обеспечении защиты прав детей;
- профилактическая работа с неблагополучными семьями. Постановка вопроса о привлечении родителей, не выполняющих своих обязанностей по воспитанию детей, к установленной Законом ответственности перед соответствующими государственными органами.

РАЗДЕЛ 2. Организация работы по профилактике суицидального поведения

Уровни профилактики суицидального поведения обучающихся

1. Первичная профилактика суицидального поведения — направлена на укрепление психического здоровья в целом и проводится со всеми субъектами образовательной среды (дети, родители, педагоги).

Цель: формирование жизнестойкости и психологического благополучия обучающихся для минимизации возможного риска возникновения суицидальных намерений в будущем у психологически благополучных субъектов.

Задачи:

- информационно-просветительская работа с субъектами образовательной среды;
- диагностика суицидального поведения обучающихся;
- создание и поддержание благоприятного психологического климата в общеобразовательной организации;
- превенция аддиктивного поведения;
- формирование у обучающихся личностных особенностей, препятствующих развитию суицидального поведения (уверенность в себе, адекватная самооценка, навыки рефлексии и т.п.).

2. Вторичная профилактика суицидального поведения — поддержка лиц, находящихся в кризисной ситуации. Оказывается специалистами узкого профиля, имеющими соответствующую квалификацию (психологи, психиатры, социальные педагоги).

Цель: помочь человеку с выявленными суицидальными намерениями найти выход из сложившейся ситуации и стабилизировать его психологическое состояние

Задачи:

- психологическая помощь и сопровождение обучающихся группы риска по суицидальному поведению. Проводятся антикризисные мероприятия по результатам диагностики, включающие направление к профильным специалистам, индивидуальное и групповое (в составе семьи) консультирование, групповую работу с классом;
- экстренная помощь при попытке суицида/суицидальных намерениях. Оказывается кризисная психологическая помощь при попытке суицида на территории общеобразовательной организации до прибытия оперативных служб. Помощь оказывают специалисты психологической службы общеобразовательной организации, при необходимости привлекаются классный руководитель и другие специалисты. Обязателен незамедлительный вызов специализированных экстренных служб.

3. Третичная профилактика суицидального поведения – мероприятия, снижающие последствия и уменьшающие вероятность парасуицида, социальную и психологическую реабилитацию суицидента и его социального окружения. В первую очередь адресатом этого профилактического уровня становятся дети или подростки, совершившие попытку суицида.

Задачи:

- определение шагов социально-психологического сопровождения (в том числе необходимость обращения к врачам);
- психолого-педагогического сопровождения суицидента и его окружения;
- организация групповой работы в классе и включение в нее подростка с целью восстановления навыков адаптации (это может быть коммуникативный тренинг или тренинг фрустрационной толерантности);
- организация консультаций для включенных в случай педагогов, родителей и детей;
- мониторинг состояния подростка (метод наблюдения, метод интервью, метод опроса).

В ситуации завершеного суицида образовательной организации целесообразно привлекать специалистов из медицинских организаций (суицидолог, психотерапевт и др.), для оказания социально-психологической поддержки, так как они сами будут нуждаться в помощи и не смогут работать эффективно

Комплексная программа профилактики суицидального поведения направлена на решение следующих задач:

- 1) своевременное распознавание и ликвидация состояний, несущих реальную угрозу самоубийства;
- 2) раннее выявление суицидальных тенденций среди определённого контингента школьников;
- 3) применение необходимых профилактических мер;
- 4) регистрация и учёт покушений и самоубийств;
- 5) проведение психологической работы среди учащихся;
- 6) пропаганда правовых знаний среди школьников.

Ожидаемый результат: создание благоприятной психолого-педагогической обстановки, комфортного климата для обучения; выявление на раннем этапе несовершеннолетних, попавших в трудную жизненную ситуацию, оказания им своевременной психолого-педагогической помощи, включение их в профилактическую программу; снижение количества детей с суицидальным риском, предупреждение суицидальных попыток, рецидивов и возникновений осложнений.

Действия образовательной организации по выявлению обучающихся группы риска и работе с ними

	Мероприятие	Сроки	Ответственные	Предполагаемый результат
1	Диагностика психоэмоционального состояния обучающихся 5-11 классов («шкала детской депрессивности» М.Ковач, социально-психологическое тестирование, опросник школьной тревожности Б. Филлипса, шкала тревоги Спилбергера-Ханина, тест «Самочувствие-активность-настроение, САН»).	октябрь	Классные руководители, педагог-психолог	Выявление детей группы риска
2	Диагностика межличностных отношений обучающихся 2-11 классов (социометрия)	сентябрь	Классные руководители	Выявление детей, отвергаемых коллективом
3	Организация занятости обучающихся, вовлечение в группы по интересам	первая четверть	Классные руководители, родители или лица, их заменяющие	Обучающийся получает возможность общения в малой группе под наблюдением педагогов
4	Тренинговые занятия с целью развития у детей навыков общения и социального взаимодействия	учебный год	Классные руководители, социальный педагог, педагог-психолог, приглашённые специалисты организаций-партнёров	Обучающийся получает возможность развития навыков общения и социального взаимодействия

5	Коррекция психоэмоционального состояния на индивидуальных занятиях (при необходимости)	учебный год	Педагог-психолог, приглашённые специалисты организаций-партнёров	Обучающийся освоил методы саморегуляции психоэмоционального состояния
6	Консультации для родителей (при необходимости)	учебный год	Социальный педагог, педагог-психолог	Оказана необходимая психологическая помощь родителям
7	Постановка на контроль детей группы риска классного руководителя. Ведение дневника наблюдений	учебный год	классные руководители	Оказание педагогической поддержки

Порядок выявления обучающихся в кризисной ситуации

Этапы:

1. Информационно-организационный. Подготовка приказа об организации и проведении работы по выявлению обучающихся группы риска развития кризисных состояний и суицидального риска (определение процедуры работы участников и ответственных).
 2. Обучение педагогов. Педагоги знакомятся с процедурой выявления и овладевают навыками распознавания признаков суицидального поведения.
 3. Выявление обучающихся группы риска. Два раза в год классные руководители заполняют «Таблицу факторов наличия кризисной ситуации у обучающихся». Один раз в год родители обучающихся заполняют таблицу «Оценка психоэмоционального благополучия обучающегося». В результате анализа таблиц формируется список обучающихся, входящих группу риска развития суицидоопасных кризисов.
 4. Диагностика обучающихся. Первичная диагностика психоэмоционального состояния обучающихся 5-11 классов проводится 2 раза в год с целью выявления обучающихся группы риска. Вторичная диагностика проводится педагогом-психологом с обучающимися, попавшими в группу риска, для определения степени выраженности суицидальных намерений.
 5. Психолого-педагогическое сопровождение. Определение совместно с ближайшим социальным окружением стратегии сопровождения обучающихся, консультирование классных руководителей по вопросам оказания поддержки обучающимся.
- Также важно обеспечить индивидуальную помощь обучающимся, оказавшимся в сложной жизненной ситуации, с привлечением соответствующих специалистов и служб.

Алгоритм действий образовательной организации при выявлении суицидального случая

Для педагогов

1. Педагог, выявивший суицидальный случай/попытку совершения суицида, в тот же день сообщает об этом директору образовательного учреждения, классному руководителю.
2. В случае незавершённой попытки суицида классный руководитель связывается с родителями (законными представителями) ребёнка:
 - сообщает имеющиеся сведения, если родители ещё не извещены о предпринятой ребёнком попытке суицида;
 - приглашает для беседы с администрацией по прояснению ситуации и планированию дальнейших действий;
 - в случае отсутствия ребёнка, совершившего попытку суицида, на данный момент в школе, в телефонной беседе с родителем необходимо уточнить местонахождение ребёнка; если родитель не знает точно, попросить его прояснить и быть с ребёнком в контакте.

3. Недопустимо открытое прямое публичное обсуждение с одноклассниками, ближайшим окружением ребенка суицидальных случаев, так как в подростковой среде возможно повторение суицидальных попыток по механизму подражания, заражения, протестной реакции и др.

Для администрации

1. Руководитель учреждения передает информацию заместителю директора по ВР, классному руководителю (куратору), педагогу-психологу учреждения и назначает ответственных по разработке и организации индивидуальной программы психолого-педагогического сопровождения несовершеннолетнего по Типовой форме, согласованной с Департаментом по вопросам семьи и детей Томской области, Департаментом общего образования Томской области, Департаментом профессионального образования Томской области, Департаментом здравоохранения Томской области.

Организует рабочую группу для выстраивания работы с ребёнком, родителями и ближайшим окружением ребёнка.

Участники рабочей группы: директор и/или зам. директора по ВР, педагог-психолог, социальный педагог, классный руководитель класса, где учится выявленный ребёнок.

2. Руководитель учреждения назначает куратора случая (из членов рабочей группы), ответственного за организацию и координацию работы всех привлеченных специалистов.

3. Организация психолого-педагогического сопровождения несовершеннолетнего в образовательной организации осуществляется только с письменного согласия родителя/законного представителя ребенка.

4. Руководитель учреждения передает информацию о происшествии и о предпринятых мерах в рамках учреждения в органы управления образованием.

5. Руководитель учреждения организует дополнительные меры по профилактике суицидального поведения в образовательной организации.

6. В случае отсутствия в учреждении педагога-психолога либо при отсутствии у последнего опыта и квалификации в вопросах суицидологии и помощи в кризисных состояниях руководитель привлекает специалистов организаций-партнёров.

Для рабочей группы

Педагог-психолог и социальный педагог проводят с обучающимся коррекционную работу согласно индивидуальной программе психолого-педагогического сопровождения несовершеннолетнего по Типовой форме, согласованной с Департаментом по вопросам семьи и детей Томской области, Департаментом общего образования Томской области, Департаментом профессионального образования Томской области, Департаментом здравоохранения Томской области.

В случае отсутствия педагога-психолога в учреждении можно привлечь к сотрудничеству специалистов организаций-партнёров.

Для учащихся: групповые или индивидуальные мероприятия профилактического характера для предупреждения различных видов деструктивного поведения в классе, в котором произошла попытка суицида (либо завершённый суицид).

Для педагогов: методическое объединение классных руководителей, педагогический совет, предоставление педагогам рекомендаций «Выявление несовершеннолетних, склонных к суицидальному поведению».

Для родителей: информационные родительские собрания, индивидуальные консультации по возникающим проблемам.

Важно!

1. При выявлении учащегося с суицидальным поведением важно сочетание оперативности действий и их согласованности. Не допускать спонтанных действий и распространения слухов и домыслов.

2. Чем меньше специалистов поговорит с выявленным ребёнком и его семьей по прояснению ситуации, тем эффективнее может быть построена работа.

Разговоры о подробностях ситуации с разными людьми, необходимость говорить несколько раз подряд одно и то же на неприятную тему, значительно повышают сопротивление, агрессию и риск того, что подросток и его родители откажутся от получения необходимой помощи. Оптимальна ситуация, когда ребёнок находится в близком контакте с одним специалистом.

РАЗДЕЛ 3. ОСНОВНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ НА УЧЕБНЫЙ ГОД

В данном разделе отражены мероприятия, которые являются основой для составления ежегодного плана профилактической работы на год. При необходимости в ежегодном плане можно изменять темы и сроки проведения мероприятий, добавлять новые.

Мероприятие	Цель	Сроки	Исполнители	Предполагаемый результат
Работа Совета профилактики (по отдельному плану)	Организация и осуществление контроля профилактики социально опасных явлений среди обучающихся	в течение года	Зам.директора по ВР	Снижение количества социально опасных явлений среди обучающихся
Работа психолого-педагогического консилиума (по отдельному плану)	Создание оптимальных условий обучения, развития, социализации и адаптации обучающихся	в течение года	Председатель консилиума	Организация психолого-педагогического сопровождения обучающихся с трудностями в обучении и/или поведении
Деятельность школьной службы медиации	Помощь в решении внутришкольных конфликтов	в течение года	Руководитель службы медиации	Снижение количества неразрешенных конфликтных ситуаций
Организация дежурств по школе	Обеспечение благоприятного социально-психологического климата, воспитание ответственности обучающихся	в течение года	Классные руководители, зам.директора по ВР и УВР Зам. директора по безопасности	Организовано постоянное дежурство обучающихся для поддержания благоприятного социально-психологического климата
Проведение инструктажей, бесед по ПБ, ПДД.	Информирование обучающихся о соблюдении правил по ПБ, ПДД, в других опасных ситуациях	в течение года	Зам. директора по безопасности Классные руководители	Обучающиеся получают информацию о правилах поведения в опасных для жизни и здоровья ситуациях
Индивидуальные	Поддержание	в течение	Классные	Обучающиеся

беседы, консультации с обучающимися, состоящими на учете и их родителями. Контроль посещаемости	мотивации обучающихся к безопасному поведению	года	руководители Социальный педагог Педагог-психолог Зам.директора по ВР Зам. директора по безопасности	получают внимание и поддержку педагогов. Поддерживается контакт с родителями
Составление социального паспорта класса, корректировка в течение года	Выявление особенностей контингента	сентябрь	Классные руководители Социальный педагог Зам.директора по ВР	Собрана и проанализирована информация, составлен социальный паспорт
Привлечение к работе с трудными подростками и неблагополучными семьями специалистов ОДН ОП, КДН и ЗП	Профилактика возможных неблагоприятных последствий сложившихся ситуаций с подростками и семьями	В течение года	Зам.директора по ВР Зам. директора по безопасности	Снижение количества неблагоприятных последствий поведения подростков и неблагоприятных ситуаций в семьях
Комплектование кружков, секций и т. д.	Обеспечение занятости детей	сентябрь	Руководители кружков Зам.директора по ВР	Большинство обучающихся школы заняты в дополнительном образовании в школы
Социально-психологическое тестирование обучающихся 7-11 классов. Анализ результатов	Выявление обучающихся группы риска.	октябрь	Педагог-психолог Социальный педагог	Получена информация об особенностях обучающихся группы риска для дальнейшей профилактической работы
Посещение неблагополучных семей, трудных подростков, опекаемых детей	Изучение жилищно-бытовых условий обучающихся	при необходимости	Классные руководители, социальный педагог, зам.директора по безопасности	Изучены жилищно-бытовые условия, выявлены проблемы
Информационный семинар по профилактике суицидального поведения обучающихся. Заполнение	Профилактика суицидального поведения обучающихся	ноябрь	Классные руководители, социальный педагог, педагог-психолог, зам.директора	Педагоги проинформированы о методах профилактики суицидального поведения. Выявлена группа

прогностических таблиц риска суицидального поведения			по ВР	риска среди обучающихся
Мероприятия по профилактике суицидального поведения обучающихся	Стабилизация психоэмоционального состояния обучающихся	В течение года	Классные руководители, социальный педагог, педагог-психолог	Снижение количества обучающихся, склонных к суицидальному поведению
Контроль посещаемости кружков, секций	Выявление обучающихся, пропускающих занятия кружков, секций	В течение года	Зам.директора по ВР, руководители кружков	Выявление причин пропусков занятий, корректировка деятельности кружков, секций.
Консультации для обучающихся (старше 15 лет) и родителей обучающихся младше 15 лет по итогам СПТ.	Информирование о результатах, выработка рекомендаций	Декабрь-январь	Педагог-психолог	Обучающиеся и родители проинформированы о результатах СПТ
Проведение профилактической работы по итогам СПТ (по отдельному плану)	Обеспечение социальной поддержки подростков выявленной группы риска	ноябрь-февраль	Зам.директора по ВР, социальный педагог, педагог-психолог, классные руководители	Созданы условия для формирования у обучающихся установки на здоровый образ жизни
Профориентационные консультации для детей и родителей	Помощь обучающимся в профессиональном самоопределении	В течение года	Куратор по профориентации, педагог-психолог	Обучающиеся получили информацию о профессиях, проведена профориентационная диагностика

РАЗДЕЛ 4. ОЖИДАЕМЫЕ КОНЕЧНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

1. Повышение медико-психологической компетентности педагогического коллектива школы.
2. Снижение количества подростков «группы риска» в школе.
3. Активное и результативное участие учащихся школы в различных конкурсах, олимпиадах, соревнованиях.
4. Формирование представлений о здоровом образе жизни и эффективных линиях поведения у детей и подростков.
5. Создание психологически безопасной и комфортной среды в школе.

Оценка полученных результатов. Критерии оценки:

1. Повышение культуры в области психологической безопасности педагогов, родителей и учеников школы:
 - участие в семинарах, конференциях, собраниях, лекциях по вопросам профилактики.
2. Повышение медико-психологической компетентности педагогического коллектива:
Разработка программ, проектов, мероприятий профилактической направленности.
3. Снижение количества подростков «группы риска» в школе:
 - уменьшение количества правонарушений;
 - снижение количества обучающихся на внутришкольном учете;
 - уменьшение количества детей группы риска по результатам СПТ.
4. Активное и результативное участие учащихся школы в различных конкурсах, олимпиадах, соревнованиях:
 - участие в самоуправлении;
 - участие в городских программах;
 - участие в школьных, районных, городских, областных, региональных, всероссийских и международных конкурсах, олимпиадах, фестивалях.
5. Формирование представлений о здоровом образе жизни и эффективных линиях поведения у детей и подростков:
 - снижение количества обучающихся с явной или латентной вероятностью вовлечения в зависимое поведение по результатам СПТ.
6. Создание психологически безопасной и комфортной среды в школе; повышение удовлетворённости жизнедеятельностью школы обучающихся, родителей, педагогов.

Рекомендации по приемам первичной профилактики для родителей

1. Проявляйте интерес к чувствам и эмоциям ребенка. Не замалчивайте и не игнорируйте его негативные переживания. Спрашивайте, что сейчас ребенок чувствует, есть ли что-то, что не дает ему покоя, что вызывает беспокойство.
2. Не обвиняйте ребенка в том, что он хуже своих ровесников, что не похож на других.
3. Не демонстрируйте свое разочарование им.
4. Не пренебрегайте его потребностями в семейной поддержке и заботе.
5. Будьте внимательными к переменам в его настроении, к новым необычным состояниям (например, сонливость или чрезмерная веселость, беспокойство или апатия); предпочтениям (например, подбор закрытой бесформенной одежды; неряшливость, которой не было ранее).
6. Проявляйте интерес к тому, что происходит в жизни подростка: с кем он сейчас общается; какую музыку слушает; о чем тексты песен; что особенного в людях, которыми он восхищается; какие темы его больше всего захватывают.
7. Для совместного просмотра, прослушивания или рекомендаций книг для прочтения подбирайте созидательный, вдохновляющий контент, демонстрирующий высокий потенциал человека к изменению себя, созиданию, самопомощи, заботе о других.
8. Если вы сами переживаете сложный жизненный период, эмоциональные проблемы, лучше всего обратиться к специалисту (психологу, психотерапевту). Прогресс в решении собственных проблем благотворно скажется на семейном микроклимате, а значит — на психическом здоровье вашего ребенка.

Изменения в поведении ребёнка, которые могут свидетельствовать о суицидальных намерениях:

- недостаток сна или повышенная сонливость
- нарушение аппетита
- признаки беспокойства, вспышки раздражительности
- усиление чувства тревоги
- признаки вечной усталости, упадок сил
- неряшливый внешний вид
- усиление жалоб на физическое недомогание
- склонность к быстрой перемене настроения
- отдаление от семьи и друзей
- излишний риск в поступках
- выражение безнадежности, поглощенность мыслями о смерти, разговоры о собственных похоронах
- открытые заявления: ненавижу жизнь; не могу больше этого выносить; жить не хочется; никому я не нужен.

Признаки готовящегося самоубийства

О возможном самоубийстве говорит сочетание нескольких признаков:

1. Приведение своих дел в порядок — раздача ценных вещей, упаковывание. Человек мог быть неряшливым, и вдруг начинает приводить все в порядок. Делает последние приготовления.
2. Прощание. Может принять форму выражения благодарности различным людям за помощь в разное время жизни.
3. Внешняя удовлетворенность — прилив энергии. Если решение покончить с собой принято, а план составлен, то мысли на эту тему перестают мучить, появляется избыток энергии. Внешне расслабляется — может показаться, что отказался от мысли о самоубийстве. Состояние прилива сил может быть опаснее, чем глубокая депрессия.
4. Письменные указания (в письмах, записках, дневнике).
5. Словесные указания или угрозы.

6. Вспышки гнева у импульсивных подростков.
7. Потеря близкого человека, за которой следуют вышеперечисленные признаки. Потеря дома.
8. Бессонница.

Рекомендации педагогам и родителям в случае, если у ребенка замечена склонность к самоубийству

1. Внимательно выслушайте решившегося на самоубийство подростка, в состоянии душевного кризиса, прежде всего необходим кто-нибудь, кто готов выслушать. Приложите все усилия, чтобы понять проблему, скрытую за словами.
2. Оцените серьезность намерения и чувств ребенка. Если он или она уже имеют конкретный план самоубийства, ситуация более острая, чем если эти планы расплывчаты и неопределенны.
3. Оцените глубину эмоционального кризиса. Подросток может испытывать серьезные трудности, но при этом и не помышлять о самоубийстве. Часто человек, недавно находящийся в состоянии депрессии, вдруг начинает бурную, неустанную деятельность такое поведение также может служить основанием для тревоги.
4. Внимательно отнеситесь ко всем, даже самым незначительным обидам и жалобам.
5. Не бойтесь прямо спросить, не думают ли они о самоубийстве. Опыт показывает, что такой вопрос редко приносит вред. Часто подросток бывает рад возможности высказать свои проблемы.

Во время беседы о суициде человека необходимо убедить в следующем:

- а) что тяжелое эмоциональное состояние, переживаемое им в настоящий момент, является временным;
- б) что его жизнь нужна родным, близким, друзьям и уход его из жизни станет для них тяжелым ударом;
- в) что он, безусловно, имеет право распоряжаться своей жизнью, но решение вопроса об уходе из нее в силу его крайней важности, лучше отложить на некоторое время, спокойно все обдумать и т.д.

Утверждения о том, что кризис уже миновал, не должны ввести вас в заблуждение. Часто ребенок может почувствовать облегчение после разговора о самоубийстве, но вскоре опять вернется к тем же мыслям. Поэтому так важно не оставлять его в одиночестве даже после успешного разговора. Поддерживайте его и будьте настойчивы. Человеку в состоянии кризиса нужны строгие утвердительные указания. Осознание нашей компетентности и, заинтересованности в его судьбе, готовности помочь дадут ему эмоциональную опору. Убедите его в том, что он сделал верный шаг, приняв вашу помощь. Оцените его внутренние резервы. Если человек сохранил способность анализировать и воспринимать советы окружающих, ему будет легче вернуть душевные силы и стабильность. Следует принять во внимание и другие возможные источники помощи: друзей, семью, врачей, психологов. Попытайтесь убедить подростка обратиться к специалистам. В противном случае, обратитесь к ним сами, чтобы вместе разработать стратегию помощи.

Рекомендации для взрослых и подростков, оказавшихся рядом с человеком, проявляющим склонность к суициду

- 1) не отталкивайте его, если он решил разделить с вами проблемы, даже если вы потрясены сложившейся ситуацией;
- 2) доверьтесь своей интуиции, если вы чувствуете суицидальные наклонности в данном индивиде, не игнорируйте предупреждающие знаки;
- 3) не предлагайте того, чего не в состоянии сделать;
- 4) дайте человеку знать, что хотите ему помочь, но не видите необходимости в том, чтобы хранить все в секрете, если какая-то информация может повлиять на его безопасность;
- 5) сохраняйте спокойствие и не осуждайте его, не зависимо от того, что он говорит;
- 6) говорите искренне, постарайтесь определить, насколько серьезна угроза: вопросы о суицидальных мыслях не приводят к попыткам покончить счеты с жизнью, на самом деле они помогут почувствовать облегчение от осознания проблемы;

- 7) постарайтесь узнать у него план действий, так как конкретный план – это знак реальной опасности;
- 8) убедите его, что есть конкретный человек, к которому можно обратиться за помощью;
- 9) дайте понять, что хотите поговорить о чувствах, что не осуждаете его за эти чувства;
- 10) помогите найти людей и места, которые смогли бы снизить пережитый стресс;
- 11) при малейшей возможности действуйте так, чтобы несколько изменить его внутреннее состояние;
- 12) помогите ему понять, что присутствующее чувство безнадежности не будет длиться вечно.

Проводя беседу, необходимо стремиться установить тесный эмоциональный контакт, проявить истинную заинтересованность, терпеливо, без сомнения и критики выслушать человека. После восстановления последовательности событий, приведших к кризису, надо показать (не умаляя значимости происходящего для человека), что подобные ситуации возникают и у других людей, что это временное явление, что его жизнь нужна его близким («снятие безысходности», «преодоление исключительности ситуации»). Затем главное внимание требуется сосредоточить на совместном планировании способа преодоления создавшейся ситуации. При этом важно побудить человека к словесному оформлению планов предстоящих действий («планирование»). В заключение беседы высказывается активная поддержка, чтобы придать уверенности человеку в своих силах и возможностях.

Как помочь ребенку преодолеть тревожность (рекомендации для родителей тревожных детей)

Необходимо понять и принять тревогу ребенка — он имеет на нее полное право. Интересуйтесь его жизнью, мыслями, чувствами, страхами. Научите его говорить об этом, вместе обсуждайте ситуации из школьной жизни, вместе ищите выход. Учите делать полезный вывод из пережитых неприятных ситуаций — приобретается опыт, есть возможность избежать еще больших неприятностей и т.д. Ребенок должен быть уверен, что всегда может обратиться к Вам за помощью и советом. Даже если детские проблемы не кажутся Вам серьезными, признавайте его право на переживания, обязательно посочувствуйте («Да, это неприятно, обидно...»). И только после выражения понимания и сочувствия помогите найти решение, выход, увидеть положительные стороны.

Помогайте ребенку преодолеть тревогу — создавайте условия, в которых ему будет менее страшно. Если ребенок боится спросить дорогу у прохожих, купить что-то в магазине, то сделайте это вместе с ним. Т.о. вы покажете, как можно решить тревожащую ситуацию.

Если в школе ребенок пропустил из-за болезни много дней, попробуйте сделать его возвращение постепенным — например, придите вместе после уроков, узнайте домашнее задание, пусть разговаривает с одноклассниками по телефону; ограничьте время пребывания в школе — не оставляйте первое время на продленку, избегайте перегрузок.

В сложных ситуациях не стремитесь все сделать за ребенка — предложите подумать и справиться с проблемой вместе, иногда достаточно просто Вашего присутствия.

Если ребенок не говорит открыто о трудностях, но у него наблюдаются симптомы тревожности, поиграйте вместе, обыгрывая через игру с солдатиками, куклами возможные трудные ситуации, может быть ребенок сам предложит сюжет, развитие событий. Через игру можно показать возможные решения той или иной проблемы.

Заранее готовьте тревожного ребенка к жизненным переменам и важным событиям — оговаривайте то, что будет происходить.

Не пытайтесь повысить работоспособность такого ребенка, описывая предстоящие трудности в черных красках. Например, подчеркивая, какая серьезная контрольная его ждет.

Делиться своей тревогой с ребенком лучше в прошедшем времени: «Сначала я боялась того-то ..., но потом произошло то-то и мне удалось ...»

Старайтесь в любой ситуации искать плюсы, например, говорить ребёнку: «ошибки в контрольной — это важный опыт, ты понял, что нужно повторить, на что обратить внимание...»

Важно научить ребенка ставить перед собой небольшие конкретные цели и достигать их.

Сравнивайте результаты ребенка только с его же предыдущими достижениями/неудачами.

Учите ребенка (и учитесь сами) расслабляться (дыхательные упражнения, счет и т.д.) и адекватно выражать негативные эмоции.

Помочь ребенку преодолеть чувство тревоги можно с помощью объятий, поцелуев, поглаживания по голове, т.е. телесного контакта. Это важно не только для малыша, но и для школьника.

Антистрессовые приемы для взрослых и подростков

1. Хотя бы полдня в неделю нужно проводить так, как Вам нравится — гуляйте, танцуйте, плавайте или просто валяйтесь на диване с интересной книгой.
2. Не реже раза в день говорите своим близким теплые слова, скорее всего, они захотят ответить тем же. Очень важно осознавать, что тебя кто-то любит — это защита от серьезных нервных срывов.
3. Если у Вас малоподвижный образ жизни, несколько раз в неделю давайте себе физическую нагрузку. Это может быть зарядка, активная прогулка в быстром темпе или то, что Вам больше подходит.
4. Пейте больше воды.
5. Хотя бы раз в неделю позвольте себе то, что «вредно», но доставляет Вам удовольствие — побалуйте себя сладеньким, нарушите диету и т.д. Внимание! Делать это нужно не часто, иначе пропадет эффект.
6. Полезно слушать спокойную музыку на свой выбор или звуки природы, параллельно, если есть возможность, делая спокойные дыхательные упражнения.
7. Когда Вы подавлены или рассержены, попробуйте заняться интенсивной физической работой — уборка в доме, прополка огорода или что-то другое.
8. Дайте возможность себе «выпускать пар», но делайте это наедине. Можно кричать, громко петь, мять бумагу, стоять на голове, танцевать. Главное — не «вмешивать» в свое настроение окружающих.