

## **«Профилактика и предупреждение суицидального поведения среди несовершеннолетних в школе».**

Опасность суицида велика для подростков: взрослый человек обычно лучше понимает, что делает. У подростков же часто "игра в суицид" заканчивается трагедией! В жизни человека есть опасные периоды, когда над ним сгущается тьма. Если человеку удастся вырваться из неё, то он спасён. Вот почему в иные минуты так важны, бывают понимание и помощь. Человека может спасти сказанное слово или даже взгляд, дающий почувствовать, что он не один на белом свете.

Основываясь на том, что в настоящее время Российская Федерация занимает 1 место в Европе по количеству суицидов среди детей и подростков, 6 место в мире среди всех возрастов (после Литвы, Южной Кореи, Казахстана, Беларуси и Японии), возникает необходимость в организации деятельности по предупреждению и профилактике суицидального поведения.

В связи с этим остро стоит вопрос, как об изучении стимулирующих это явление факторов, так и о коррекции суицидального поведения в детско-подростковой среде образовательного учреждения.

Школа, где подростки проводят треть дня, представляется средой для осуществления профилактики суицидального риска среди учащихся. В связи с этим, в нашей школе была разработана система профилактических мероприятий, направленных на предупреждение суицидального поведения несовершеннолетних, в реализации, которой принимают участие все участники образовательной деятельности: педагоги, учащиеся, родители, психологи. Также работа организуется при сотрудничестве с правоохранительными органами, специалистами МУЗЦГБ, КДНиЗП, со службой телефона доверия, Центром диагностики и консультирования.

При разработке программы по профилактике суицида и суицидального поведения "Доверие", мы опирались на идею о том, что при сообщениях в СМИ о случаях суицидов и любых обсуждениях темы самоубийства у многих людей включается некий механизм, результатом работы которого становится резкий рост количества суицидов.

В связи с этим, мы исходили из положения о том, что прямое предоставление подросткам сведений относительно самоубийства является нецелесообразным. По нашему мнению, вместо открытого обсуждения проблемы самоубийства профилактику суицидального поведения в учреждении образования необходимо строить в направлении саногенного (оздоравливающего, позитивного) мышления у детей и подростков, т.е. предпочтительно применение подхода, направленного на укрепление психического здоровья в целом.

Также, специалисты в данной области утверждают, что отягощающими факторами риска суицида в большинстве случаев выступают школьная дезадаптация и трудности обучения, дисфункции семейных систем, необоснованно суровая и непоследовательная дисциплинарная практика, нервно-психические заболевания, поведенческие девиации. Это было учтено при организации профилактической работы в нашем образовательном учреждении.

С начала учебного года особое внимание уделялось вновь прибывшим учащимся и учащимся 1, 5, 10 классов, данная категория детей проходит процесс школьной адаптации. На основании плана работы проводится совместное с классным руководителем наблюдение за течением адаптационного периода, оказывается

психологическая поддержка, помощь. Все учащиеся прошли психологическую диагностику, по результатам которой выявлена «группа риска» с признаками повышенного уровня тревожности, пониженным настроением, с низкой активностью. С этими учащимися проводятся вторичная диагностика, а впоследствии коррекционные занятия по снятию эмоционального напряжения, тревоги, осуществляется психолого-педагогическое сопровождение.

Как уже было сказано ранее, работа по реализации программы организуется в тесной взаимосвязи с классным руководителем. Для педагогов собран пакет методического инструментария (карта наблюдения, памятки и пр.), с помощью которого возможно осуществление первичной диагностики, то есть выявление учащихся «группы риска». Далее, по заявке классного руководителя в индивидуальном порядке реализуется углубленное обследование учащегося, при необходимости коррекционная и просветительская работа в зависимости от случая.

В преддверье выпускных экзаменов (9, 11 классы) с учащимися проводится диагностическое обследование эмоционального состояния, и склонности к депрессивным состоянием. Со всеми выпускниками проводятся занятия с элементами тренинга, способствующие снятию эмоционального напряжения и обучению способам саморегуляции и самоконтроля.

Стоит отметить, что под особым вниманием находятся учащиеся, состоящие на всех видах учета, учащиеся из неблагополучных семей, приемные и опекаемые подростки; дети, родители которых находятся в разводе и, конечно же, одаренные ученики.

В план воспитательной работы школы внесены темы мероприятий посвященных жизненным ценностям: темы о здоровом образе жизни, дружбе, добра, взаимопонимания.

В работе с семьей используются разнообразные формы деятельности, то есть родительские собрания, лектории, консультации и занятия с рассмотрением вопросов детско-родительских отношениях, проблем и условий семейного воспитания, межличностных отношений со сверстниками и взаимоотношений полов, профилактики семейных конфликтов.

Классные руководители посещают семьи обучающихся с целью изучения условий жизни и воспитания в семье, консультирования родителей по выявленным проблемам.

С педагогическим коллективом проводится психологическое просвещение по вопросам дезадаптивного, в частности суицидального, поведения детей и подростков, дается информация о возможных мерах профилактики суицида. Обращается внимание классных руководителей на индивидуальную работу с семьей.

Анализируя эффективность нашей деятельности, приходим к выводу, что данное направление в настоящее время значимо. Но стоит отметить, что положительная динамика незначительна. Иными словами, сопровождение учащихся «группы риска» организуется с момента выявления до окончания обучения подростка в нашем образовательном учреждении. То есть учащийся будет под особым контролем даже после проведенной коррекционной работы.

Еще одна сложность в том, что не всегда удается с помощью диагностического инструментария выявить детей в состоянии эмоционального напряжения и предугадать возможный суицид.

Часто бывают случаи, когда родитель не дает согласия на психологическое сопровождение ребенка. Затрудняет профилактическую работу отсутствие желания сотрудничать по данному вопросу, отстраненности родителей от этой проблемы, действие по принципу «со мной это не случится», то есть психологическая некомпетентность родителей.

## Приложение 1.

### План работы

#### по профилактике суицидального поведения учащихся

**Цель деятельности:** профилактика и преодоление социально-психологической дезадаптации.

**Основные задачи:**

- оказать помощь в решении личностных проблем социализации и построении конструктивных отношений с родителями, педагогами и сверстниками;
- содействовать профилактике неврозов;
- способствовать развитию навыков саморегуляции и управления стрессом.

№	Наименование мероприятия	Форма проведения	Сроки проведения	Участники	Ответственные
<b>Диагностическая работа</b>					
1	Особенности детско-родительских отношений	Диагностика	Ноябрь (повторно в течение года)	Родители	Педагог-психолог. Социальный педагог
2	Удовлетворенности учащихся школьной жизнью и сформированности ученических коллективов.	Диагностика в рамках ВШК	Октябрь-ноябрь	Учащиеся	Педагог-психолог
3	Личностный рост	Диагностика в рамках ВШК	Декабрь, апрель	Учащиеся	Педагог-психолог
4	Определение эмоционального состояния и личностных особенностей у подростков для профилактики суицидального поведения.	Диагностика	По запросу классных руководителей, законных представителей	Учащиеся 1 - 11 классов	Педагог-психолог.
5	Исследование социального статуса	Диагностика	По плану	3-11 классы	Педагог-психолог
6	Исследование уровня адаптации	Диагностика	Октябрь-ноябрь Ампрель-май	1, 5, 10 классы	Педагог-психолог
7	Определение личностных отклонений подросткового возраста. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Диагностика предрасположенности личности к конфликтному общению.</li> </ul>	Диагностика	По запросу	Учащиеся «группы риска»	Педагог-психолог
8	Выявление сферы проблем	Диагностика	По запросу	Родители	Педагог-

	и ресурсов в отношениях между родителями и детьми: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Анализ семейного</li> <li>• «Сенсорные предпочтения»</li> <li>• Экспресс-диагностика семейного состояния (</li> <li>• «Подростки о родителях»</li> <li>• «Родительская тревожность»</li> </ul>			учащихся «группы риска»	психолог
--	--	--	--	-------------------------	----------

### Коррекционно-развивающая работа

1	Вовлечение детей «группы риска» во внеклассную и внеурочную работу. Мониторинг	Внеурочная деятельность	Сентябрь. В течение года	Учащиеся «группы риска»	Классные руководители
2	Способы преодоления кризисных ситуаций	Психологическое занятие	ноябрь, апрель	Учащиеся 9, 11 кл	Педагог-психолог
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Как научиться жить без драки»</li> <li>• «Я – уникальная и неповторимая личность» цель: формирование позитивного отношения к другим людям (толерантности),</li> <li>• «Мир глазами агрессивного человека» «Подросток и конфликты»</li> <li>• Психолого-педагогическая работа в кризисных ситуациях: 8-11 классы.)</li> <li>• «Проблема отцов и детей в современном обществе»</li> <li>• Психолого-педагогическая работа в кризисных ситуациях: 8-11 классы.)</li> <li>• «Расскажи мне обо мне» (10-11 классы, Подростки XXI века. Психолого-педагогическая работа в кризисных ситуациях: 8-11 классы.)</li> <li>• «Стресс в жизни человека. Способы борьбы со стрессом» (8-9 класс)</li> <li>• «Способы</li> </ul>	Психологические классные часы	В течение года (по запросу)	Учащиеся 3-11 кл	Классные руководители и Соц. Педагог Педагог-психолог

	саморегуляции эмоционального состояния»				
4	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Уголовная и административная ответственность несовершеннолетних» (7-9 классы);</li> <li>• «Права и обязанности учащихся» (5-7 классы);</li> <li>• «Умей сказать «нет»» (5-11 классы);</li> <li>• «Вредные и полезные привычки» (5-11 классы)</li> </ul>	Правовые классные часы	В течение года (по запросу)	Учащиеся 5-11 кл	Соц. педагог
5	Коммуникативный мини-тренинг «Сердце» (1 класс; цель: снятие тревоги первых дней и месяцев школьной жизни, смягчение процесса адаптации)	Занятие с элементами тренинга	октябрь	Учащиеся 1 кл.	Педагог-психолог
6	Игра «Две планеты» для учащихся 5-х классов (цель: обучение позитивному восприятию себя и другого человека)	Психологическая игра	ноябрь	Учащиеся 5 кл.	Педагог-психолог
7	Игра «Друзья» для учащихся 2-3 классов (цель: развитие эмпатии, понимания другого, обучение сотрудничеству)	Психологическая игра	ноябрь	Учащиеся 2-3 кл.	Педагог-психолог
8	Тренинг «Быть уверенным – это здорово!» (цель: формирование навыков уверенного поведения и умения противостоять давлению,		в течение года (по запросу)	Учащиеся 9 кл.	Педагог-психолог
9	Подростки XXI века. Психолого-педагогическая работа в кризисных ситуациях: 8-11 классы.		В течение года (по запросу)	Учащиеся 8-11 классов	
10	Психолого-педагогическая поддержка выпускников в период подготовки к ЕГЭ		март-апрель		Педагог-психолог
<b>Просветительская работа</b>					
1	Нормативно – правовая база по профилактике суицида среди детей и подростков	Заседание М/О классных руководителей	Сентябрь	Педагоги	Социальный педагог.
2	Заседание МО классных руководителей «Профилактика суицидального риска в образовательном учреждении»		сентябрь		Психолог, Соц. педагог

3	Рекомендации «О мерах профилактики суицида среди детей и подростков»	Сайты	Октябрь	Педагоги	Педагог-психолог
4	«Подростковый возраст и его особенности» - 6,7 класс «Преодоление стресса в экзаменационный период» 9,11 классы	Родительское собрание	Ноябрь По запросу классных руководителей	Родители Законные представители.	Педагог – психолог Социальный педагог.
5	«Признаки употребления алкоголя, табака, наркотических средств». 7-9 классы	Памятки	Ноябрь	Родители Законные представители.	Педагог – психолог Социальный педагог.
6	Международный день телефона доверия	Круглый стол с участием директора службы «Телефон доверия» Ефремовым С.С.	Май	Учащиеся 7-9 классов	Педагог-психолог.
7	Профилактическая работа.	Сопроводительные документы, характеристики	В течение года	Выявленные учащиеся	Педагог-психолог.
8	Профилактическая работа совместно с КДН и ЗП.	Информация, акты обследования жилищно-бытовых условий проживания н/летних, Характеристика.	В течение года	Выявленные учащиеся	Социальный педагог.
9	Оказание посильной психологической и правовой помощи семьям, находящимся в трудной жизненной ситуации.	Консультация	В течение года (по запросу)	Родители (законные представители)	Соц. педагог Педагог-психолог
10	Информирование педагогов по теме «Возрастные психолого-педагогические особенности подростков»	Консультация	В течение года	Педагоги	Педагог-психолог
11	Информирование педагогов по теме «Причины подросткового суицида. Роль взрослых в оказании помощи подросткам в кризисных ситуациях»	Консультация	В течение года	Педагоги	Педагог-психолог
12	<b>Темы родительских собраний и консультаций</b> • «Подростковый возраст и его особенности» - 6,7 класс «Преодоление стресса в экзаменационный период» 9,11 классы • «Причины и мотивы	Родительские собрания	По плану родительских собраний (по запросу)	Родители	Педагог-психолог, Соц. педагог

	<p>суицидального поведения детей и подростков». 7-11 классы</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Признаки употребления алкоголя, табака, наркотических средств» 7-9 классы</li> </ul> <p><b>Дополнительные темы для групповых встреч родителями:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Возрастные психолого-педагогические особенности (младший школьник, подросток)»;</li> <li>• «Причины подросткового суицида. Роль взрослых в оказании помощи подросткам в кризисных ситуациях»;</li> <li>• «Как подготовиться к экзаменам и сохранить здоровье»;</li> <li>• «Капля никотина убивает верблюда»;</li> <li>• «Доброе начало, или Как помочь первокласснику адаптироваться к школе»;</li> <li>• «Ваш ребенок — пятиклассник»;</li> <li>• «Правовые основы семейного воспитания: права и обязанности родителей и детей»;</li> <li>• «Курение и статистика»;</li> </ul>				
<b>Консультативная работа</b>					
1	«Пути решений конфликтных ситуаций в классном коллективе»	Индивидуальные консультации по результатам диагностики в соответствии с планом ВШК	Октябрь-апрель	Педагоги	Педагог-психолог. Социальный педагог.
2	«Причины и мотивы суицидального поведения детей и подростков». 7-11 классы	Индивидуальная консультация,	В течение года	Родители Законные представители.	Педагог – психолог Социальный педагог.
3	«Пути решения конфликтных ситуаций в	Индивидуальные консультации	Октябрь-апрель	Педагоги	Психолог, Соц. педагог

	классном коллективе»				
<b>Организационно-методическая работа</b>					
1	Посещение детей из неблагополучных семей, и детей группы риска	Акт обследования жилищно-бытовых условий проживания несовершеннолетия, профилактические беседы	В течение года	Учащиеся и законные представители	Классные руководители. Педагог-психолог. Социальный педагог.
2	Пополнение базы нормативно-правовых документов	Методическая копилка	В течение года		Педагог-психолог. Социальный педагог