

**Программа профилактики  
суицидального поведения школьников**

Разработчики:  
Иванова Д.А., педагог-психолог  
Хурцидзе О.М., заместитель директора по ВР  
Николаева Ю.В., советник директора по ВР

## Основания для разработки Программы

- «Конвенция о правах ребенка» (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989)
- «Конституция Российской Федерации» (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных Законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 N 6-ФКЗ, от 30.12.2008 N 7-ФКЗ, от 05.02.2014 N 2-ФКЗ, от 21.07.2014 N 11-ФКЗ)
- Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.1998 N 124-ФЗ (последняя редакция от 04.06.2018) Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Федеральный закон от 27.07.2006 N 149-ФЗ «Об информации, информационных технологиях и о защите информации»
- Указ Президента РФ от 01.09.2009 N 986 «Об Уполномоченном при Президенте Российской Федерации по правам ребенка»
- Указ Президента РФ от 13.04.2011 N 444 «О дополнительных мерах по обеспечению прав и защиты интересов несовершеннолетних граждан Российской Федерации»
- Информационное письмо Минобрнауки России от 26.01.2000 г. N 22-06-86 «О мерах по профилактике суицида среди детей и подростков»
- Информационное письмо Минобрнауки России от 29.05.2003 г. N 03-51-102ин/22-03 «О мерах по усилению профилактики суицида среди детей и подростков»
- Письмо Рособнадзора от 20.09.2004 г. N 01-130/07-01 «О мерах по профилактике суицида среди детей и подростков»
- Письмо Минобрнауки России от 27.02.2012 N 06-356 «О мерах по профилактике суицидального поведения обучающихся»
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2013 N ВК-843/07 «О направлении методических рекомендаций по организации обучения» (вместе с «Рекомендациями по организации обучения педагогических работников, работающих с детьми, находящимися в трудной жизненной ситуации, а также родителей (законных представителей) детей по вопросам профилактики суицидального поведения обучающихся, употребления психоактивных веществ, распространения вич-инфекции и жестокого обращения с детьми», утв. Минобрнауки России 18.11.2013 N ВК-53/07ВН)

**Цель программы** - обеспечение системного, комплексного, скоординированного психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса, направленного на профилактику суицидального поведения обучающихся.

### Задачи программы

1. Изучение особенностей психолого-педагогического статуса каждого учащегося с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих в психическом состоянии, общении, развитии и обучении.
2. Выявление детей, нуждающихся в незамедлительной помощи и защите и оказание экстренной первой помощи, обеспечение безопасности ребенка, снятие стрессового состояния.
3. Привлечение различных государственных органов и общественных объединений для оказания помощи и защиты законных прав и интересов ребенка.
4. Формирование позитивного образа Я, уникальности и неповторимости не только собственной личности, но и других людей.
5. Создание психологически безопасной среды, содействующей сохранению и укреплению психологического и психического здоровья учащихся школы.

### Пояснительная записка

Анализ проблематики суицидального поведения, завершенных суицидов и суицидальных попыток в детском и подростковом возрасте свидетельствует о том, что одними из ведущих в классификации психотравмирующих ситуаций являются негативные феномены, порожденные школьной жизнью: дезадаптация, неуспешность в учебе, отвержение подростка в классе, конфликт с учителями, пограничные расстройства психики, связанные с травмирующим воздействием на ребенка самого процесса обучения и др. В связи с этим важное место в образовательном процессе занимают психическое здоровье учащихся, индивидуализация

образовательных маршрутов, создание психологически безопасной и комфортной среды. С введением ФГОС изменился не только социальный заказ - на государственном уровне признана задача развития ребенка в качестве основного результата и основной ценности образовательных воздействий. Одним из условий нормализации развития учащихся является ранняя профилактика социальной дезадаптации, редукция социальных и психологических девиаций, в том числе суицидального поведения.

**Целевыми группами** (объектами) профилактики суицидального поведения являются:

- обучающиеся, специалисты (педагоги, медицинские работники, психологи, социальные педагоги)
- представители государственных учреждений, участвующие в жизнедеятельности вышеуказанных групп
- категории детей, нуждающихся в психолого-педагогическом сопровождении:
  - школьники в период адаптации к новым условиям образовательного процесса (1, 5, 10 классы);
  - дети, имеющие школьные трудности;
  - дети с социально-педагогической запущенностью и отклоняющимся поведением;
  - школьники в период перехода к профильному обучению;
  - дети из неблагополучных семей;
  - дети с особыми образовательными потребностями;
  - группы школьников в случае возникновения ситуации межличностного конфликта;
  - дети из семей беженцев и переселенцев.

#### **Ключевые понятия суицидологии**

**Пресуицид** – некоторый период времени, предшествующий суициду. Пресуицид включает в себя две фазы. Предиспозиционная фаза характеризуется высокой активностью человека в поисках «точки опоры», но по мере того, как исчерпываются варианты улучшения ситуации, крепнет мысль о ее неразрешимости, растет ощущение невыносимости, предположительно констатируется отсутствие желания жить. На данном этапе мысли о самоубийстве еще блокируются механизмами защиты. Собственно суицидальная фаза пресуицида начинается, если человек не получил поддержки, не нашел выхода из кризиса и длится вплоть до покушения на свою жизнь. На этом этапе углубляется дезадаптация, следствием чего является формирование суицидального поведения.

**Самоубийство** – умышленное (намеренное) лишение себя жизни. Поскольку самоубийство в настоящее время рассматривается как сознательный поведенческий акт, то не считается суицидом лишение себя жизни по неосторожности или в состоянии невменяемости (неосознавания смысла своих действий и их последствий). В этих случаях опасные для жизни действия не направляются представлениями о собственной смерти, имеют иные мотивы и цели, и их следует относить к категории несчастных случаев. В настоящее время не принято считать самоубийствами случаи гибели из-за неоправданного риска, случаи так называемого аутодеструктивного (саморазрушительного) поведения, к которому относят злоупотребление алкоголем, наркотическими, сильнодействующими медикаментозными средствами, курение, намеренную рабочую перегрузку, упорное нежелание лечиться, рискованный стиль вождения транспортных средств, увлечение видами спорта, связанными с риском для жизни. При этом в ряде работ указывается, что существует ряд взаимопереходящих форм саморазрушительного поведения, крайней точкой которого является суицид.

Различают завершенные самоубийства (истинные суициды) и незавершенные самоубийства (попытки суицида). Завершенный и незавершенный суицид относятся к различным, относительно самостоятельным феноменам, исходя из того, что в ряде случаев попытки носят демонстративно-шантажный характер при отсутствии умысла на реальный уход из жизни.

**Суицидальное поведение** – любые внутренние или внешние формы психических актов, определяемые и направляемые представлениями о лишении себя жизни. Суицидальное поведение проявляется в двух основных формах: внешних и внутренних. К внутренним формам относят суицидальные мысли (представления, переживания) и суицидальные тенденции (замыслы, намерения). К внешним формам – суицидальные проявления и суицидальные покушения (попытки).

**Суицидальные мысли** (представления, переживания) – пассивные размышления об отсутствии ценности, смысла жизни («нет в жизни счастья», «не живу, а существую»), а также

представления, фантазии на тему своей смерти, но не лишения себя жизни («хочется заснуть и не проснуться», «скорее бы умереть»). Считается, что в норме суицидальные мысли бывают практически у всех людей при осознании неразрешимости какого-либо конфликта или психотравмирующего события, но они не переходят в суицидальные тенденции.

**Суицидальные тенденции** (замыслы, намерения) – активные размышления, разработка плана суицида, определение способов, времени и места совершения самоубийства. Когда во внешнем поведении проявляются побуждения к непосредственному осуществлению суицидального замысла, а в речи появляются высказывания в той или иной форме про суицидальные намерения (иногда в виде намеков или шуток), можно говорить о суицидальных проявлениях. Обычно открытые высказывания суицидальных намерений воспринимаются окружающими в демонстративно-шантажном плане или им вообще не придается должного значения. Однако их не стоит недооценивать. Во всех случаях при наличии таких высказываний требуется консультация специалиста, поскольку переход суицидальных тенденций в суицидальные тенденции свидетельствует о присоединении к замыслу суицида волевого компонента, побуждающего к непосредственному осуществлению решения – совершению суицидальной попытки.

**Суицидальные покушения (попытки)** – целенаправленное оперирование средствами лишения себя жизни с целью покончить жизнь самоубийством или с демонстративно-шантажными целями.

**Суицидальный риск** – потенциальная готовность личности совершить самоубийство. Может быть оценен как соотношение суицидальных и антисуицидальных факторов личности

#### **Основные принципы профилактики суицидального поведения детей и подростков**

Профилактика должна строиться на принципах системности, комплексности, содержательной насыщенности, целостности, взаимосвязанности, пролонгированности, преемственности, скоординированности психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса с учетом того или иного уровня профилактики.

##### 1. На уровне личности:

- доступности и своевременности помощи и поддержки;
- гуманизма
- вера в возможности ребенка, позитивный подход
- реалистичности
- учет реальных возможностей ребенка и конкретной ситуации
- системности
- рассмотрение ребенка как целостного, качественно своеобразного, динамично развивающегося субъекта
- индивидуального подхода
- изменение содержания, форм и способов коррекционно-развивающей работы в зависимости от особенностей ребенка, целей работы, позиции и возможностей специалиста
- деятельностного принципа коррекции – опора на ведущий вид деятельности, свойственный возрасту ребенка

##### 2. На уровне образовательной организации:

- профессионализма специалистов – психологов, социальных педагогов, учителей и других участников учебно-воспитательного процесса
- приоритетности превентивности социальных проблем; сотрудничества с учреждениями и органами, которые занимаются вопросами охраны психического здоровья несовершеннолетних и его профилактикой
- опережающего характера психолого-педагогической профилактики
- конструктивно-позитивного характера превенции

##### 3. На уровне государственных учреждений:

- системности, взаимодействия региональных органов исполнительной власти, органов местного самоуправления и подведомственных им организаций, а также межпрофессиональное взаимодействие специалистов различных служб и ведомств
- единой стратегии профилактики, включая основные направления, методические подходы и конкретные мероприятия
- комплексного использования социальных, психологических и личностно-ориентированных направлений и форм профилактической деятельности

- соответствия профилактической деятельности социально-экономической ситуации в стране, регионе, муниципальном образовании

- соответствия профилактических форм и методов законодательным актам федерального и регионального значения.

Комплекс психолого-педагогических условий, обеспечивающих профилактику суицидального поведения в образовательной среде, включает в себя:

- выделение ключевых параметров образовательной среды;

- организацию психолого-педагогического сопровождения и превенции как его направления;

- обучение педагогического коллектива навыкам раннего распознавания суицидального поведения несовершеннолетних;

- уровневую профилактику суицидов в образовательных организациях на основе внедрения индивидуальных и групповых программ по формированию навыков адаптивного поведения;

- совместную деятельность образовательных организаций и отдельных социальных институтов по предотвращению суицидального поведения молодежи.

Создание педагогических условий для реализации выбора подростка между жизнью и смертью возможно лишь при разрешении противоречий, которые существуют между целью учебно-воспитательного процесса, заключающейся в воспитании гармоничной и целостной личности, и его реальной ориентацией исключительно на знания и дисциплину; между потребностями современной школы в организации профилактической работы по упреждению суицидальной активности подростков и отсутствием в школе практики выявления детей группы суицидального риска.

**Оценка суицидального поведения** должна включать в себя:

- проверку имеющихся отношение к суициду факторов риска;

- историю проявлений суицидального поведения;

- неизменяемые биологические, психосоциальные, психические, ситуативные условия, или состояние здоровья;

- степень проявления текущих суицидальных симптомов, включая уровень ощущения безнадежности;

- внезапные сильные факторы стресса;

- уровень импульсивности и самоконтроля;

- защитные факторы (антисуицидальные факторы).

Защитные (антисуицидальные) факторы личности – это установки и переживания, препятствующие реализации суицидальных намерений, они, как изоляционный материал, предохраняют от самоубийства. Среди них следует отметить следующие:

- поддержка семьи, друзей, других важных в жизни человека людей;

- религиозные, культурные и этнические ценности;

- приносящая удовлетворение жизнь в обществе, школьном коллективе;

- социальная интеграция, например, через учебную деятельность, конструктивное использование досуга;

- интенсивная эмоциональная привязанность к значимым близким;

- выраженное чувство долга, обязательность;

- концентрация внимания на состоянии собственного здоровья, боязнь причинения себе физического страдания или ущерба;

- зависимость от общественного мнения и избегание осуждения со стороны окружающих;

- представления о позорности, греховности суицида;

- представление о неиспользованных жизненных возможностях;

- наличие творческих планов, тенденций, замыслов;

- наличие эстетических критериев в мышлении (нежелание выглядеть некрасивым даже после смерти)

### **Диагностика суицидального поведения школьников в образовательной организации**

Особенности диагностической работы по распознаванию суицидального риска у детей и подростков. Диагностическая работа направлена в первую очередь на предупреждение возникновения суицидального поведения у подростков. Ее цель: предупреждение первичного возникновения суицидального поведения путем воздействия на основные «мишени» риска его развития. Психодиагностический метод используется как для раннего распознавания угрозы

суицида и для оказания социально-психологической и психолого-педагогической помощи детям и подросткам в трудной жизненной ситуации, так и в повторной диагностике оценки эффективности коррекционного воздействия и психологического сопровождения. Первым и важнейшим шагом в практике работы с суицидом является понимание и учет возрастных особенностей детей, провоцирующих суицидальный фон: фрустрация потребностей в проявлении чувства «взрослости»; формирование негативной «Я-концепции»; уничижительное отношение к себе, проявляющееся в низкой самооценке и отсутствии самоуважения; кризис идентичности; нарушение общения со сверстниками (отсутствие референтной группы); нарушения взаимоотношений с взрослыми (педагогами и родителями), проявляющиеся в отсутствии взаимопонимания и поддержки.

### **Методики для определения степени выраженности суицидальных намерений:**

**1. Цветовой тест М. Люшера.** Позволяет определить психоэмоциональное состояние и уровень нервно-психической устойчивости, степень выраженности переживаний, особенности поведения в напряженных ситуациях и возможность самостоятельного выхода, склонность к депрессивным состояниям и аффективным реакциям. Предназначен для взрослых и детей с 5-ти лет. Выраженным признаком риска суицидального поведения является выбор группы +7+4 – «Старается избавиться от проблем, трудностей и напряжения с помощью непоследовательных и неожиданных действий. Отчаянно ищет пути избавления, способен на опрометчивые поступки вплоть до самоубийства».

**2. Тест выявления суицидального риска у детей А.А. Кучер, В.П. Костюкевич.** Используется для выявления аутоагрессивных тенденций и факторов, формирующих суицидальные намерения у учащихся 5-11 классов.

**3. Методика «Незаконченные предложения», вариант методики Saks-Sidney,** адаптирована в НИИ психоневрологии им. В.М. Бехтерева. Может использоваться для учащихся с 1-го класса. Позволяет оценить отношение к себе, семье, сверстникам, взрослым, к переживаемым страхам и опасениям, отношение к прошлому и будущему, к жизненным целям. 7

**4. Диагностика суицидального поведения подростков (Модификация опросника Г. Айзенка «Самооценка психических состояний личности» для подросткового возраста).** Методика предназначена для определения уровня тревожности, фрустрации, агрессии и ригидности личности, влияющая на формирование суицидальных наклонностей подростка.

**5. Прогностическая таблица риска суицида у детей и подростков (А.Н.Волкова).** Позволяет прогнозировать степень суицидального риска подростков.

**6. Опросник суицидального риска (модификация Т.Н. Разуваевой).** Экспресс-диагностика суицидального риска; выявление уровня сформированности суицидальных намерений с целью предупреждения серьезных попыток самоубийства. Предназначена для учащихся 8-11 класса. Возможно индивидуальное и групповое тестирование.

**7. Методика «Карта риска суицида» (модификация для подростков Л.Б. Шнайдер).** Позволяет определить степень выраженности факторов риска суицида у подростков.

**8. Тест «Ваши суицидальные наклонности» (З. Королева).** Целью данного опросника является определение суицидальных наклонностей субъекта.

**9. Методика диагностики уровня субъективного ощущения одиночества Д.Рассела и М.Фергюсона.** Способствует выявлению уровня ощущения одиночества личности.

**10. Патохарактерологический диагностический опросник (ПДО) Личко А.Е.** Предназначен для выявления акцентуаций характера у подростков 14-16 лет. Риск развития саморазрушающего поведения характерен для неустойчивого типа акцентуации или в сочетании его с гипертимным, эмоционально-лабильным, шизоидным, эпилептоидным и истероидным.

**11. Опросник Басса-Дарки.** Позволяет определить выраженность аутоагрессии, самообвинения, чувство угрызения совести. Предназначен для детей подросткового возраста.

**12. Тест фрустрационной толерантности Розенцвейга.** Детский вариант методики предназначен для детей 4–14 (7-14) лет. Позволяет выявлять уровень социальной адаптации; причины неадекватного поведения учащихся по отношению к сверстникам и преподавателям (конфликтность, агрессивность, изоляция); эмоциональные стереотипы реагирования в стрессовых ситуациях.

**13. Факторный личностный опросник Кеттелла.** Позволяет определить личностные свойства детей и подростков, степень социальной адаптации, наличие эмоциональных, личностных проблем. Существуют варианты для детей (7-12 лет) и подростков (12-16 лет).

## Индикаторы суицидального риска

- **Ситуационные индикаторы.** Ситуация, воспринимаемая человеком как невозможная для разрешения: смерть любимого человека; развод родителей; сексуальное насилие; денежные долги; потеря высокого поста; раскаяние о совершенном поступке; угроза наказания; получение тяжелой инвалидности; психическое расстройство; шантаж; ревность; систематические избиения; публичное унижение; коллективная травля (буллинг); одиночество, тоска, усталость; религиозные мотивы и т.п.
- **Поведенческие индикаторы** Злоупотребление психоактивными веществами, алкоголем; уход из дома; самоизоляция от других людей и жизни; резкое снижение повседневной активности; изменение привычек (несоблюдение правил личной гигиены, ухода за внешностью); выбор тем разговора и чтения, связанных со смертью и самоубийствами; частое прослушивание траурной или печальной музыки; «приведение дел в порядок» (урегулирование конфликтов, письма к родственникам и друзьям, раздаривание личных вещей); любые внезапные изменения в поведении и настроении, особенно – отдаляющие от близких; склонность к неоправданно рискованным поступкам; посещение врача без очевидной необходимости; нарушения дисциплины или снижение качества успеваемости и связанные с этим неприятности в учебе; расставание с дорогими вещами или деньгами; приобретение средств для совершения суицида.
- **Коммуникативные индикаторы** Прямые или косвенные сообщения о суицидальных намерениях («Хочу умереть» – прямое сообщение, «Скоро все это закончится» – косвенное); шутки, иронические высказывания о желании умереть, о бессмысленности жизни также относятся к косвенным сообщениям; уверения в беспомощности и зависимости от других; прощание; сообщение о конкретном плане суицида, самообвинения, двойственная оценка значимых событий; медленная, маловыразительная речь.
- **Когнитивные индикаторы** Разрешающие установки относительно суицидального поведения; негативные оценки своей личности, окружающего мира и будущего; представление о собственной личности как о ничтожной, не имеющей права жить; представление о мире как месте потерь и разочарований; представление о будущем как бесперспективном, безнадежном; «туннельное видение» – неспособность увидеть иные приемлемые пути решения проблемы, кроме суицида; наличие суицидальных мыслей, намерений, планов.
- **Эмоциональные индикаторы** Амбивалентность по отношению к жизни; безразличие к своей судьбе, подавленность, безнадежность, беспомощность, отчаяние; переживание горя; депрессия; несвойственная агрессия или ненависть к себе: гнев, враждебность; вина или ощущение неудачи, поражения; чрезмерные опасения или страхи; чувство своей малозначимости, никчемности, ненужности; рассеянность или растерянность. Специалистам образовательных организаций также необходимо учиться замечать симптомы депрессивных состояний у учащихся. Диагноз депрессии конечно должен ставить врач-психиатр, однако, учителям и другим работникам школы следует знать разнообразные симптомы депрессии.

## Профилактика суицидального поведения школьников в образовательной организации

### *Первичная профилактика суицидального риска в образовательной организации*

*Основные условия успешной реализации психолого-педагогического сопровождения профилактики суицидального поведения несовершеннолетних:*

1. **Микросоциальные (школьные) условия.** Престиж здорового образа жизни в школе. Соответствие пришкольного участка, здания школы, его планировки, микроклимата, светового режима, отделки, оборудования учебных и не учебных помещений, а также организации школьного питания санитарно-гигиеническим требованиям и современному дизайну. Наличие в школе и классе атмосферы, способствующей хорошему настроению, высокой работоспособности,

психогигиеническому комфорту. Использование на уроках здоровьесберегающих педагогических технологий, минимизация стрессовых воздействий во время проведения контрольных работ и экзаменов.

2. **Понимание руководителями школы и педагогическим коллективом** значимости решения вопросов формирования, сохранения и укрепления здоровья учащихся в процессе получения ими образования, присутствие фактора социального одобрения деятельности, отнесенной к здоровому образу жизни (далее – ЗОЖ). Наличие у учителя высокой культуры здоровья, реализация им положительной модели здорового образа жизни.

3. **Формирование у школьников** в процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей и значимой мотивации на соблюдение норм и правил ЗОЖ, находящей одобрение и поддержку среди сверстников и в семье, где с раннего возраста закладываются предпосылки здорового или, наоборот, аддиктивного, саморазрушающего поведения.

4. **Психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса**, направленного на профилактику суицидального поведения обучающихся, является многоуровневым. В традиционной схеме профилактики основным критерием выделения уровня выступает степень суицидального риска, в модели психологопедагогического сопровождения профилактики предлагается новый подход – по уровням социальной структуры образовательной организации, начиная от подростка, далее – группы его ближайшего школьного окружения, затем – школы.

*Первичная профилактика суицидального риска подразделяется на общую и частную.*

**Первичный уровень профилактики суицидального риска** в образовательной организации направлен на укрепление психического здоровья в целом и проводится со всеми субъектами образовательной среды (дети, родители, педагоги).

**Объектом** первичной профилактики являются учащиеся, не имеющие суицидальных мыслей и намерений;

**Цель** первичной профилактики – минимизация возможного риска возникновения суицидальных намерений в будущем у психологически благополучных субъектов.

**Под общей профилактикой суицидального риска** понимается повышение уровня информированности специалистов образовательной организации о течении и проявлении возрастных кризисов, депрессий и др., о возможностях получения психологической и иной помощи (очной и дистанционной) в трудных жизненных ситуациях.

*Ресурсы для организации мероприятий по профилактике суицидального поведения обучающихся*

- 1) **психолог-педагог образовательной организации** – информационная работа с учителями и родителями, проведение групповых занятий с обучающимися, диагностические мероприятия, направление обучающихся и их родителей в профильные медико-психологические организации.
- 2) **социальный педагог образовательной организации** – первичное выявление детей группы риска на основе имеющейся информации о семейной ситуации обучающихся, помощь педагогу-психологу в проведении диагностических мероприятий по выявлению детей с выраженной социально-психологической дезадаптацией, взаимодействие с родителями детей группы риска, профильными службами.
- 3) **классные руководители** – проведение классных часов и/или групповых занятий для улучшения психологического климата в классе (при методической поддержке психолога), первичное выявление детей группы риска и направление их к психологу-педагогу и/или в профильные психолого-психиатрические организации (совместно с педагогом-психологом).

**Частная профилактика суицидального риска** направлена на выявление учащихся, переживающих кризисные ситуации или находящихся в кризисном состоянии с риском развития суицидального поведения.

Психолого-педагогическое сопровождение направлено на формирование жизнестойкости несовершеннолетних, тех качеств личности, которые являются общими у эффективно адаптирующихся людей:

- реальная способность видеть и принимать действительность такой, какова она есть;
- умение находить положительные стороны в различных жизненных ситуациях;
- способность творчески перерабатывать информацию и вырабатывать новые, непривычные или неочевидные методы решения проблем.

В формировании жизнестойкости немалую роль призваны сыграть **учителя гуманитарного цикла**, проводя беседы о смысле бытия, о ценности жизни, о неповторимости каждого мгновения.

### **Вторичная профилактика суицидального поведения школьников в образовательной организации**

Вторичная профилактика – это поддержка лиц, находящихся в кризисной ситуации.

Основная **цель вторичной профилактики** – помочь человеку с выявленными суицидальными намерениями найти выход из сложившейся ситуации и стабилизировать его психологическое состояние. Главная роль при интервенции отводится специалистам узкого профиля, имеющим соответствующую квалификацию (психологам, психиатрам, социальным педагогам).

**Интервенция** – экстренная помощь при попытке суицида/суицидальных намерениях (оказание кризисной психологической помощи при попытке суицида на территории образовательной организации до прибытия оперативных служб – осуществляют преимущественно специалисты психологической службы образовательной организации, при необходимости привлекаются классный руководитель и другие специалисты образовательной организации; личный контроль – администрация образовательной организации); **незамедлительный вызов специализированных экстренных служб**.

При обнаружении факта незавершенного суицида или его потенциальной угрозы необходимо вызвать родителей, врача-специалиста медицинского центра; подключить специалистов учреждений социальной защиты (центр помощи семье с приютом, инспектора по делам несовершеннолетних), когда имеются факты жесткого обращения с ребенком, выраженная конфликтность, аморальное поведение членов семьи, запой родителей.

При выявлении суицидального случая на основании приказа «Об организации ведения учета обучающихся, находящихся в трудной жизненной ситуации» суицидента ставят на учет и ответственные лица работают со «Случаем С» – вся документация идет под грифом «Для служебного пользования». Вся информация конфиденциальная, права ребенка строго охраняются ответственными специалистами с соблюдением принципа «не навреди». Первоочередными задачами бригады являются не только выявление потенциальных суицидентов, пострадавших, но и обеспечение их безопасности, предотвращение или прекращение панических реакций пострадавших, недопущение повторного суицида.

Суицидент находится на постоянном сопровождении не менее полугода, после чего консилиум принимает решение о дальнейшем сопровождении пострадавшего, закрытии «Случая С», снятии с учета. В особо трудных случаях ребенок должен находиться на сопровождении не менее двух лет или постоянно.

### **Третичная профилактика суицидального поведения школьников в образовательной организации**

Третичная профилактика (поственция) – это помощь, которая оказывается людям, уцелевшим после самоубийства, и их окружению; она также направлена на

социальнопсихологическое сопровождение близких суицидента и предотвращение подражательных суицидов.

Главная роль отводится специалистам профильных организаций.

Поственция имеет в виду усилия по предотвращению повторения акта аутоагрессии, а также предупреждение развития посттравматических стрессовых расстройств у оставшихся в живых после суицидальной попытки и их окружения.

Задачи поственции состоят в облегчении процесса приспособления к реальности у людей, переживающих трудности, уменьшении степени заразительности суицидального поведения, оценке и идентификации факторов риска повторного суицида.

*Эти задачи решаются с помощью применения таких стратегий и инструментов, как:*

- психологическое консультирование, кризисная интервенция;
- поиск систем поддержки личности и жизнеобеспечения в обществе;
- образовательная стратегия для повышения осознания роли и значимости саморазрушающего поведения;
- поддержание контактов со СМИ для соблюдения этических принципов при информировании об актах аутоагрессии в обществе.

### **Основное содержание направлений реализации программы**

#### **Информационно-аналитическое направление**

• *Задача* - психологическое сопровождение образовательного процесса, направленного на профилактику суицидального поведения обучающихся на основании данных мониторинга, наблюдений за психофизиологическим и эмоциональным состоянием учащихся и педагогов, за эффективностью учебно-воспитательных мероприятий, в том числе и с использованием компьютерных технологий и возможностей Интернета.

*Содержание:*

- постоянный мониторинг психолого-педагогического статуса каждого ученика школы;
- выявление образовательных потребностей участников образовательного процесса;
- систематизация психолого-педагогических материалов;
- сбор, накопление, анализ и обобщение психолого-педагогической информации.

*Формы реализации:*

- ведение личных дел обучающихся;
- хранение, обработка и интерпретация результатов индивидуальных и групповых обследований учащихся;
- ведение документации психолого-педагогической службы;
- планирование диагностической, коррекционной и развивающей работы;
- обеспечение участников образовательного процесса необходимыми документами и информацией учебного и справочного характера.

#### **Диагностическое направление**

*Задача* - получение своевременной и достоверной информации об индивидуально-психологических особенностях учащихся, выявление возможностей, интересов, способностей и склонностей детей, определение причин нарушений в обучении, поведении и развитии учащихся с применением пакета психологических скрининговых методик для экспресс выявления детей группы риска по суицидальному поведению в условиях образовательных учреждений.

*Содержание:*

- диагностика особенностей личности и поведения ребенка;
- диагностика мотивационной сферы и динамики ее развития;
- диагностика эмоционально-волевой сферы (уровень тревожности, активности, актуальные страхи, уровень тревожности) и динамики ее развития, влияния эмоционального состояния на процесс обучения, удовлетворенности различными сторонами образовательного процесса;
- диагностика личностной сферы (самооценка, потребность в достижении, уровень коммуникации, ценностные ориентации) и динамики ее развития.

*Формы реализации:*

- обеспечение адаптации к школе, выявление группы детей, испытывающих различные трудности в обучении, поведении и самочувствии;

- мониторинг личностных и поведенческих проблем младших школьников;
- диагностика уровня готовности учащихся к переходу из одной ступени обучения в другую;

- мониторинг адаптации учащихся к обучению в следующей ступени;
- мониторинг личностных особенностей школьников в период возрастных кризисов.

### **Коррекционно-развивающее направление**

*Задача* - обеспечение продуктивного психического развития и становления личности, реализация возрастных и индивидуальных возможностей развития, а также личностного роста и профессионального самоопределения; ослабление, снижение или устранение отклонений в физическом, психическом и нравственном развитии школьников, профилактика риска суицидального поведения.

*Содержание:*

- коррекция межличностных отношений в классах;
- содействие преодолению дезадаптивных периодов в жизни школьников;
- формирование социально-поведенческих навыков;
- реализация специальных психолого-педагогических программ сопровождение детей, входящих в группу особого психологического внимания;
- коррекция познавательных процессов: внимания, памяти, мышления.

*Формы реализации:*

- тренинговая работа с учащимися;
- развивающие занятия;
- индивидуальные и групповые коррекционные занятия;
- консультации ребенка и родителей.

### **Профилактическое направление**

*Задача* — предупреждение девиантного и деликвентного поведения, алкоголизма и наркомании, социальной дезадаптации детей и подростков, а также возникновения суицидального поведения у подростков и молодежи.

*Содержание:*

- формирование ценности жизни и здоровья;
- ориентирование школьников на здоровый образ жизни;
- пропаганда общечеловеческих ценностей и толерантности;
- развитие навыков здорового образа жизни;
- формирование и развитие коммуникативных навыков.

*Формы реализации:*

- лекции, семинары, тренинги для школьников, классные часы;
- мастер-классы, тренинги для педагогов и родителей;
- мониторинг отношений внутри школьных коллективов, комфортности образовательной среды;
- индивидуальные беседы с учениками, педагогами, родителями.

### **Консультационное направление**

*Задача* - оказание помощи учащимся, педагогам и родителям по вопросам организации психолого-педагогического сопровождения профилактики суицидального поведения обучающихся.

*Содержание:*

- консультирование школьников по вопросам, связанным с обучением, развитием, личностным и профессиональным самоопределением, ценности жизни и здоровья, особенностям взаимоотношений со взрослыми и сверстниками;
- консультирование руководителей и педагогов образовательного учреждения по вопросам развития, обучения, воспитания и образования детей и подростков;
- консультирование родителей и членов семей по вопросам воспитания, семейных и межличностных взаимодействий.

*Формы реализации:*

- групповые консультации;
- консультации по запросу.

### **Просветительское направление**

*Задача* - повышение уровня психологических знаний и психологической культуры всех участников образовательного процесса, формирование у субъектов психологического сопровождения потребности в самопознании, саморазвитии, самосовершенствовании.

*Содержание:*

- распространение психологических знаний;
- формирование психологической культуры.

*Формы реализации:*

- педагогические советы;
- психолого-педагогический консилиум;
- родительские собрания;
- тематические вечера;
- классные часы.

### **Социально-диспетчерское направление**

*Задача* - обеспечение получения детьми, их родителями и педагогами социально-психологической помощи, выходящей за рамки компетенции школьной психологической службы с целью предупреждения возникновения проблем развития личности, профилактики рискованного поведения, организации помощи ребенку и его семье в решении актуальных задач социализации (учебные трудности, нарушения эмоционально-волевой сферы, проблемы с выбором образовательного и профессионального маршрута, взаимоотношениями со сверстниками, педагогами и родителями).

*Содержание:*

- мониторинг социально-психологических проблем учеников, родителей и педагогов;
- организация междисциплинарного (разные дисциплины и учебные предметы) и межведомственного взаимодействия (педагогика, психология, медицина, физиология, этика, культура), поддержание контактов со специализированными медицинскими, социальными, медицинскими учреждениями с целью профилактики детского суицида и рискованного поведения подростков и молодежи.

*Форма реализации:* направление субъектов образовательного процесса в специализированные учреждения при выявлении социально-психологических и медицинских проблем.

## **План реализации программы**

### **Информационно-аналитическое направление**

№	Содержание	Сроки исполнения	Ответственные
1	Ведение личных дел обучающихся; Обеспечение участников образовательного процесса необходимыми документами и информацией учебного и справочного характера.	В течение года	Кл.руководители
2	Ведение документации психолого-педагогической службы; Хранение, обработка и интерпретация результатов индивидуальных и групповых обследований учащихся	В течение года	Педагог-психолог
3	Планирование диагностической, коррекционной и развивающей работы;	В течение года	Педагог-психолог Соц.педагог
4	Составление базы данных по социально-неблагополучным семьям	сентябрь	Соц.педагог
5	Формирование списка детей, входящих в группу суицидального риска	октябрь	Педагог-психолог Соц.педагог

### Диагностическое направление

№	Содержание	Сроки исполнения	Ответственные
1	Выявление семей, в которых практикуется жестокое обращение с детьми, семей «группы риска» Методы: индивидуальные беседы Наблюдение, анкетирование	В течение года	Социальный педагог, классные руководители
2	Мониторинг раннего выявления несовершеннолетних, демонстрирующих неблагополучие	1 раз в четверть	Соц.педагог Педагог-психолог Кл.руководитель
3	Скрининг-диагностики по выявлению суицидальных рисков	ноябрь	Педагог-психолог
4	Опросник для родителей – диагностика нарушений во взаимоотношениях подростка с родителями и их причин	По запросу	Педагог-психолог, соц.педагог, зам.директора по ВР
5	Исследование социального статуса	октябрь	Кл. руководители
6	Исследование тревожности и страхов у детей, 1-5 классы. Диагностика межличностных отношений в классе	Октябрь-ноябрь март	Классные руководители Педагог-психолог
7	Исследование особенностей адаптации 1, 5, 10 классов	Октябрь- ноябрь	Кл. руководители Педагог-психолог
8	Заполнение карты риска суицида, мониторинг	ноябрь	Классные руководители
9	Исследование суицидальных наклонностей учащихся, 6-9 классы	ноябрь	Педагог-психолог
10	Углубленная диагностика детей, входящих в группу суицидального риска	Декабрь-январь	Педагог-психолог
12	Диагностика тревожности учащихся выпускных классов	март	Педагог-психолог
13	Опросник для родителей – диагностика нарушений во взаимоотношениях подростка с родителями и их причин	По запросу	психолог,соц.педагог, зам.директора по ВР
14	Диагностика межличностных отношений в классах	В течение года	Кл. руководители

### Мероприятия для педагогов

№	Содержание	Сроки исполнения	Ответственные
1	Обсуждение с классными руководителями результатов скрининг-диагностики по выявлению суицидальных рисков (уровень депрессивных тенденций)	ноябрь	Педагог-психолог
2	Семинары для классных руководителей «Профилактика суицидального поведения учащихся»	ноябрь, март	Кл.руководители Педагог-психолог ЗВР
3	Индивидуальные консультации по разрешению конфликтных ситуаций, взаимоотношений с учащимися	В течение года	Соц.педагог Педагог-психолог
4	Мониторинг раннего выявления несовершеннолетних, демонстрирующих неблагополучие	1 раз в четверть	Соц.педагог Педагог-психолог Кл.руководитель

### Мероприятия для родителей

1	Выявление семей, в которых практикуется жестокое обращение с детьми, семей «группы риска» Методы: индивидуальные беседы Наблюдение, анкетирование	В течение года	Социальный педагог, классные руководители
2	Тренинг для родителей «Будьте внимательны к детям!»	Апрель	Педагог-психолог Соц. педагог
3	Тренинг детско-родительских отношений «На пути к согласию»	Декабрь	Педагог-психолог Соц. педагог
4	Консультирование родителей по проблеме адаптации учащихся к школьному обучению	В течение года	Педагог-психолог Соц. педагог
5	Консультирование родителей по результатам психологического обследования	В течение года	Педагог-психолог
6	Индивидуальное консультирование родителей (законных представителей) учащихся, входящих в группу суицидального риска	В течение года	Педагог-психолог Соц. педагог
7	Опросник для родителей – диагностика нарушений во взаимоотношениях подростка с родителями и их причин	По запросу	Педагог-психолог, соц. педагог, зам. директора по ВР
8	Родительские собрания: «Профилактика семейного неблагополучия и суицидального поведения детей и подростков».	В классах с детьми «группы риска»	Соц. педагог, психолог

#### Мероприятия для учащихся

№	Содержание	Сроки исполнения	Ответственные
1	Коррекционные занятия для учащихся 1,5 классов с низким уровнем адаптации	В течение года	Педагог-психолог, кл. руководители
2	Коррекционные занятия с учащимися с заниженной самооценкой и повышенным уровнем тревожности	По необходимости	Педагог-психолог Кл. руководители
3	Тренинговые занятия на сплочение коллектива в 5ых классах	Сентябрь-октябрь	Педагог - психолог
4	Коррекционные занятия с детьми с проблемами межличностного общения	В течении года	Педагог-психолог Кл. руководители Соц. педагог
5	Психолого-педагогическая поддержка обучающихся перед выпускными экзаменами (тренинг 9 и 11 кл)	Март-апрель	Педагог-психолог
6	Тренинговые занятия по профилактике суицидального поведения среди обучающихся «Жизнь как ценность» Классные часы на тему «Безвыходных ситуаций не существует»	Январь - апрель	Педагог-психолог Кл. руководители
7	Индивидуальные консультации для учащихся, входящих в группу суицидального риска	В течение года	Педагог-психолог
8	Организация работы школьной службы примирения «Добрая помощь»: - тренинги бесконфликтного общения	В течение года	Педагог-психолог

	- подготовка медиаторов – волонтеров - проведение восстановительных кругов - проведение примирительных встреч		
9	Воспитательная работа среди учащихся, их родителей, педагогов направленная на стремление к здоровому образу жизни.	В течение года	Кл.руководители, советник директора по ВР
10	Тематические классные часы, направленные на формирование у обучающихся ценностного отношения к жизни	Ежемесячно	Кл.руководители
11	Психолого-педагогические групповые консультации на темы «Умей владеть собой», «Приемы снятия психологического напряжения», «Экзамен без стресса»	В течение года	Кл.руководители

### *Список литературы*

1. Амбрумова А.Г., Тихоненко В.А. Диагностика суицидального поведения // Методические рекомендации. – М., 1980. – 48 с.
2. Вассерман Л.И., Горьковая И.А., Ромицына Е.Е. Родители глазами подростка: психологическая диагностика в медико-педагогической практике. – СПб.: «Речь», 2004. – 256 с.
3. Методические рекомендации «О мерах по профилактике суицидов среди учащихся образовательных учреждений Удмуртской Республики» / Под ред. Т.П. Кузьминой. – Ижевск: АОУ «Институт повышения квалификации и переподготовки работников образования Удмуртской Республики», 2012. – 24 с.
4. Пакулина С.А. Психодиагностика суицидального поведения детей и подростков. Методическое пособие. – Челябинск, АБРИС, 2014. – 209 с.
5. Твоя психологическая безопасность. Памятка для детей и подростков. – М.: ФГБУ «Центр защиты прав и интересов детей», 2021. – 40 с
6. Формула безопасного детства. Рекомендации для родителей / Авторы-составители: М.В. Алагуев, О.В. Заева. Под ред. Е.Г. Артамоновой. Дизайн и оформление: И.И. Осипов. – М.: ФГБУ «Центр защиты прав и интересов детей», 2022. – 56 с.
7. Разработка просветительских программ формирования у детей и молодежи устойчивых стереотипов здорового образа жизни. Методические рекомендации / Автор-составитель: Вачков И.В. – М.: ФГБУ «Центр защиты прав и интересов детей», 2021. – 108 с.
8. Обеспечение психологической безопасности в детско подростковой среде. Методические рекомендации для психологов общеобразовательных организаций / Авт.-сост.: Артамонова Е.Г., Ефимова О.Е., Калинина Н.В., Салахова Е.Б. 2-е изд. – М.: Группа МДВ, 2021. – 52 с.
9. Аутодеструктивное поведение в подростковом возрасте: профилактика и основы психолого-медико-педагогической помощи. Методические рекомендации / Автор-составитель: Польская Н.А. – М.: ФГБНУ «Центр защиты прав и интересов детей», 2019. – 58 с.