Принята на заседании
педагогического совета
МБОУ «Средняя
общеобразовательная
школа п. Мариец»
Протокол №3 от 21.08.26 г.

Утверждена
Директором школы
_____ М.Н. Гумарова

Приказ №101-од от 21.08.2026 г

ПРОГРАММА ПРОФИЛАКТИКИ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ «Рука помощи»

на 2026-2031 годы

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование	Программа профилактики суицидального поведения обучающихся «Рука помощи»
Основание для разработки	Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»; Федеральный закон от 24.06.1999 № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних»; Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ»; Концепция государственной политики в области защиты детей; Устав школы; Методические рекомендации Минпросвещения РФ по профилактике суицидального поведения. Региональная целевая модель профилактики суицидального поведения несовершеннолетних в Республике Марий Эл
Разработчик	Администрация школы, социально-педагог-психологическая служба, педагогический коллектив
Цель программы	Создание системы педагог-психолого-педагогического сопровождения, направленной на сохранение и укрепление психического здоровья обучающихся, формирование позитивного образа жизни, ценностного отношения к себе и окружающим, профилактику суицидальных рисков.
Задачи программы	1. Своевременное выявление детей «группы риска» (суицидального поведения). 2. Формирование у обучающихся жизнеутверждающих установок, стрессоустойчивости, навыков совладания с трудными ситуациями. 3. Повышение педагог-психолого-педагогической компетентности педагогов и родителей в вопросах распознавания кризисных состояний и оказания поддержки. 4. Создание безопасной, поддерживающей образовательной среды, исключающей буллинг, дискриминацию, педагог-психологическое насилие. 5. Организация эффективного взаимодействия с органами системы профилактики, кризисными центрами, родительской общественностью.
Сроки реализации	2026–2031 учебные годы
Ожидаемые результаты	Отсутствие суицидальных попыток и завершенных суицидов среди обучающихся; снижение уровня тревожности и депрессивных состояний; повышение уровня педагог-психологической грамотности

	всех участников образовательного процесса; создание действенной системы выявления и сопровождения детей «группы риска».

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Подростковый возраст характеризуется эмоциональной нестабильностью, гормональной перестройкой, обостренным восприятием проблем и конфликтов. В сочетании с внешними стрессовыми факторами (конфликты в семье, буллинг, неудачи в учебе, неразделенная любовь) это может привести к суицидальным мыслям и намерениям. Профилактика суицидального поведения требует комплексного подхода, объединяющего усилия педагогов, педагог-психологов, родителей и внешних специалистов. Программа «Ценность жизни» направлена на создание в школе атмосферы безопасности, принятия и поддержки, обучение детей навыкам преодоления трудностей, а взрослых – навыкам своевременного распознавания кризисных состояний.

2. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ

Суицидальное поведение включает в себя суицидальные мысли, намерения, высказывания, попытки и завершенный суицид. Факторы риска делятся на:

- **Внутренние (индивидуальные):** депрессия, тревожность, низкая самооценка, импульсивность, перфекционизм, чувство безнадежности, переживание обиды или вины.
- **Внешние (средовые):** семейные конфликты, жестокое обращение, потеря близкого, буллинг, школьная неуспешность, неразделенная любовь, давление со стороны сверстников, примеры суицидов в окружении или СМИ.

Программа строится на принципах: комплексности, возрастной адекватности, конфиденциальности, добровольности, системности, опоры на ресурсы личности и среды.

3. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

3.1. Диагностическое (выявление рисков)

- Ежегодный мониторинг психоэмоционального состояния обучающихся (скрининговые методики).
- Выявление детей, склонных к депрессивным состояниям, переживающих кризис.
- Изучение социально-педагог-психологического климата в классах (выявление буллинга, изолированных детей).
- Диагностика семейных взаимоотношений (по согласованию).

3.2. Профилактическое (работа со всеми обучающимися)

- Формирование у детей жизнестойкости, позитивного мышления, навыков саморегуляции и решения проблем.
- Развитие коммуникативных навыков, умения обращаться за помощью.
- Пропаганда здорового образа жизни, ценности человеческой жизни.
- Профилактика буллинга и кибербуллинга как факторов риска.

3.3. Коррекционное (работа с детьми «группы риска»)

- Индивидуальное и групповое педагог-психологическое консультирование детей, находящихся в кризисном состоянии.

- Снятие острого стресса, работа с переживаниями, поиск ресурсов.
- Разработка индивидуального плана сопровождения.
- Вовлечение в позитивную внеурочную деятельность (кружки, секции, волонтерство).

3.4. Просветительское (работа с педагогами и родителями)

- Обучение педагогов и родителей признакам суицидального поведения и алгоритму действий при их обнаружении.
- Повышение компетенций в области детско-родительских отношений.
- Информирование о службах помощи (телефоны доверия, кризисные центры).

3.5. Координационное (взаимодействие с внешними структурами)

- Сотрудничество с КДН, ПДН, органами опеки, наркологическим диспансером.
- Взаимодействие с центрами педагог-психолого-педагогической помощи, кризисными центрами.
- Своевременное направление детей в профильные учреждения при необходимости.

4. АЛГОРИТМ ДЕЙСТВИЙ ПРИ ВЫЯВЛЕНИИ СУИЦИДАЛЬНОГО РИСКА

1. **Выявление признака** (педагогом, родителем, сверстником).
2. **Немедленное информирование** педагога-педагог-психолога и классного руководителя.
3. **Первичная оценка ситуации** педагог-психологом: установление контакта с ребенком, оценка степени риска (мысли, намерения, план, средства).
4. **Обеспечение безопасности:** не оставлять ребенка одного, изолировать от средств суицида.
5. **Информирование родителей** (законных представителей) – обязательно! Обсуждение ситуации, рекомендации по обращению к врачу-психиатру/психотерапевту.
6. **Взаимодействие с внешними службами:** при необходимости – вызов скорой психиатрической помощи, обращение в КДН.
7. **Постановка на внутришкольный учет** (при необходимости), разработка плана сопровождения.
8. **Постуральная помощь:** работа с окружением ребенка (классом, учителями) после кризиса, профилактика подражания.

5. КРИТЕРИИ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОГРАММЫ

- Отсутствие случаев суицидальных попыток и завершенных суицидов среди обучающихся.
- Снижение количества детей с высоким уровнем тревожности и депрессивности (по данным диагностики).
- Уменьшение числа конфликтов и случаев буллинга в школе.
- Рост числа обращений обучающихся и родителей к педагог-психологу за помощью (как показатель доверия).
- Высокий уровень информированности педагогов и родителей о признаках суицидального поведения и способах помощи.
- Эффективное функционирование системы межведомственного взаимодействия.

6. МЕХАНИЗМ РЕАЛИЗАЦИИ

Общее руководство осуществляет директор школы. Координацию – заместитель директора по ВР. Организацию и проведение мероприятий – педагог-педагог-психолог, социальный педагог, классные руководители при участии медицинских работников, инспекторов ПДН, специалистов КДН и других ведомств. Результаты работы ежегодно анализируются на совещаниях и заседаниях Совета профилактики.

7. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ И МЕРОПРИЯТИЯ

СРОКИ	МЕРОПРИТИЕ	КЛАССЫ	ОТВЕТСТВЕННЫЙ
1. Диагностика и раннее выявление			
Сентябрь	Адаптационная диагностика (для 5 и 10 классов)	5, 10	Педагог-психолог
Сентябрь	Первичный скрининг эмоционального состояния	5–11	Педагог-психолог
Октябрь	Формирование «группы сопровождения» (согласование с администрацией и семьёй)	По списку	Педагог-психолог, соц.педагог
Ежемесячно	Динамическое наблюдение (беседы, мини-диагностика)	«Группа сопровождения»	Педагог-психолог
Ноябрь	Диагностика уровня тревожности и агрессии (методика Спилбергера — Ханина)	7–9	Педагог-психолог
Февраль	Диагностика уровня депрессивных проявлений (опросник Бека — адаптированная версия)	8–11	Педагог-психолог
Февраль	Викторина «Знай свои права и возможности» (о службах помощи)	7–9	Соц. педагог, психолог

СРОКИ	МЕРОПРИТИЕ	КЛАССЫ	ОТВЕТСТВЕННЫЙ
1. Диагностика и раннее выявление			
Апрель	Повторный скрининг эмоционального состояния	5–11	Педагог-психолог
Май	Подведение итогов диагностики, корректировка индивидуальных маршрутов	«Группа сопровождения»	Педагог-психолог, зам.директора по воспитательной работе
В течении года	Мероприятия по Плану реализации региональной целевой модели профилактики суицидального поведения несовершеннолетних	1-11	Педагог-психолог, зам.директора по воспитательной работе, кл. рук
Постоянно	«Ящик доверия» (анонимные обращения)	1–11	Педагог-психолог
Постоянно	Информационный уголок «Куда обратиться за помощью?» (в каждом классе)	1–11	Классные руководители
2. Просвещение обучающихся			
В течении года	Мероприятия по Плану реализации региональной целевой модели профилактики суицидального поведения несовершеннолетних	1-11	Педагог-психолог, зам.директора по воспитательной работе, кл. рук

СРОКИ	МЕРОПРИТИЕ	КЛАССЫ	ОТВЕТСТВЕННЫЙ
3. Работа с педагогами			
Август	Семинар «Психологическая безопасность: нормативные основы»	Все педагоги	Зам. директора по ВР
Октябрь	Семинар «Признаки суицидального поведения: алгоритм действий»	Все педагоги	Психолог, зам.директора по воспитательной работе
Ноябрь	Практикум «Как вести беседу с подростком в кризисной ситуации»	Классные руководители	Педагог-психолог
Декабрь	Методическое объединение: «Интеграция профилактики в урочную деятельность»	Учителя-предметники	Заместитель директора по УВР
Февраль	Семинар «Антикризисная поддержка: что делать?»	Все педагоги	Психолог, зам. директора по воспитательной работе
Март	Тренинг «Эмоциональное выгорание педагога: профилактика»	Все педагоги	Приглашённый специалист / психолог
Апрель	Круглый стол «Сложные случаи: обмен опытом»	Классные руководители, администрация	Зам. директора по ВР
Постоянно	Консультирование по запросу	По запросу	Педагог-психолог

СРОКИ	**МЕРОПРИТИЕ**	**КЛАССЫ**	**ОТВЕТСТВЕННЫЙ**
4. Работа с родителями			
Сентябрь	Родительское собрание «Психологическая безопасность в цифровом мире» ЦОП «Цифровой психолог»	Родители 5–11 классов	Психолог, соц.педагог
Ноябрь	Встреча «Как услышать подростка?»	Родители 5–11 классов	Психолог
Декабрь	Онлайн-вебинар «Цифровая зависимость и её риски»	Все родители	Социальный педагог (в сотрудничестве с ПДН)
Январь	Индивидуальные консультации для семей «группы сопровождения»	По списку	Соц. педагог, психолог
Март	Родительское собрание «Подросток в трудной ситуации»	Родители 7–11 классов	Соц. педагог, психолог
Апрель	Мастер-класс «Как говорить о сложном без конфликтов»	Родители 8–11 классов	Приглашённый семейный психолог
Постоянно	Распространение памяток: «10 тревожных сигналов», «Телефоны доверия»	Все родители	Соц. педагог

Постоянно	Горячая линия для родителей (по предварительной записи)	По запросу	Педагог-психолог
СРОКИ	**МЕРОПРИТИЕ**	**КЛАССЫ**	**ОТВЕТСТВЕННЫЙ**
5. Создание благоприятной среды			
17–21 ноября	Акция «Ты важен!» (стена добрых слов)	1–11	Совет старшеклассников
Декабрь	Новогодняя акция «Подари надежду» (открытки в дома престарелых, участникам СВО)	5–11	Волонтёрский отряд
Февраль	День открытых дверей «Психолог в школе»	Все желающие	Педагог-психолог
Март	Проведение «тихого часа» (релакс-зона в библиотеке)	5–11	Библиотекарь, психолог
Постоянно	Работа школьной службы медиации	5–11	Руководитель ШСМ
Постоянно	Обновление стенда «Психологическая безопасность»	—	Педагог-психолог
6. Взаимодействие с внешними организациями			
По мере необходимости	Направление в ЦППМСП для углублённой диагностики и консультирования	Индивидуально	Педагог-психолог

По плану района	Встреча с представителем ПДН «Правовые аспекты защиты детей»	Администрация, педагоги	Зам. директора по ВР
По плану района	Участие в муниципальном семинаре «Профилактика суицида: межведомственное взаимодействие»	Ответственные специалисты	Зам. директора по ВР
Постоянно	Взаимодействие с КДН по вопросам семей «группы риска»	—	Соц. педагог
Постоянно	Информация о Телефоне доверия (8-800-2000-122) и онлайн-ресурсах	1–11	Все педагоги

7. Ресурсное обеспечение

- Кадровое обеспечение: педагог-психолог, соц. педагог, зам. директора по воспитательной работе, классные руководители.
- Методическое: методические рекомендации Минпросвещения, внутренние разработки.
- Информационное: школьный сайт, стенды, социальные сети, памятки.

8. Мониторинг и оценка

- Ежеквартальный анализ работы Совета профилактики.
- Анкетирование обучающихся и родителей (1 раз в полугодие).
- Годовой отчёт перед администрацией и педагогическим советом.