

**МБОУ «Средняя общеобразовательная школа посёлка Мариец»**

«Рассмотрено»

на заседании педагогического совета школы

Протокол № 9 от 26.03. 2021 года

**Программа профилактики суицида,  
суицидальных настроений и поведения  
обучающихся МБОУ «Средняя  
общеобразовательная школа посёлка  
Мариец» на 2021 – 2026 годы  
"Рука помощи"**

п. Мариец, 2021г.

## **Пояснительная записка**

### **1. СОДЕРЖАНИЕ ПРОБЛЕМЫ И ОБОСНОВАНИЕ НЕОБХОДИМОСТИ ЕЕ РЕШЕНИЯ ПРОГРАММНЫМИ МЕТОДАМИ**

Семье и отдельной личности в период жизненных кризисов свойственно искажение субъективного образа мира, т.е., представлений и отношении к себе и к миру в целом. Суицидальные мысли и фантазии в этот момент очень распространены.

По данным отчёта Детского фонда ООН за последние годы значительно увеличилось число суицидальных попыток и завершённых самоубийств среди молодежи и даже детей. Уровень самоубийств среди российских подростков в настоящее время является одним из самых высоких в мире. Самоубийство подростков занимает третье место среди ведущих причин смертельных случаев и четвертое среди основных причин потенциальной потери жизни. Анализ материалов уголовных дел показывает, что 62% всех самоубийств несовершеннолетними совершается из-за конфликтов и неблагополучия: боязни насилия со стороны взрослых, бестактного поведения и конфликтов со стороны учителей, одноклассников, друзей, чётрствости и безразличия окружающих. В целом ряде случаев подростки решались на самоубийство из-за безразличия родителей, педагогов на их проблемы и протестовали таким образом против безразличия и жестокости взрослых. Решаются на такой шаг, как правило, замкнутые, ранимые по характеру, страдающие от одиночества и чувства собственной ненужности, потерявшие смысл жизни подростки. Также причиной суицида может быть алкоголизм и наркомания, как родителей, так и самих подростков, индивидуальные психологические особенности человека, внутрличностный конфликт и т.д.

Суицидальные действия у детей часто бывают импульсивными, ситуативными и не планируются заранее. Попытки суицида являются следствием непродуктивной (защитной) адаптации к жизни – фиксированное, негибкое построение человеком или семьей отношений с собой, своими близкими и внешним миром на основе действия механизма отчуждения: попыткам разрешить трудную жизненную ситуацию непригодными, неадекватными способами. Своевременная психологическая помощь, участие, оказанное подросткам в трудной жизненной ситуации, помогли бы избежать трагедий.

### **2. ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ**

Данная программа предназначена для организации профилактической и коррекционной работы по предотвращению суицидальных попыток среди учащихся разных возрастных групп в общеобразовательном учреждении. При её разработке опирались на Письмо Минобразования РФ от 18.01.2016 N 07-149 "О направлении методических рекомендаций по профилактике суицида"

#### **Цель:**

формирование у школьников позитивной адаптации к жизни, как процесса сознательного построения и достижения человеком относительно устойчивых отношений между собой, другими людьми и миром в целом.

#### **Задачи:**

1. Изучить теоретические аспекты проблемы с позиции различных наук (философии, физиологии, психологии, социологии, педагогики) и использовать информацию в работе с педагогами и родителями.
2. Выявить детей, нуждающихся в незамедлительной помощи и защите, и оказать экстренную психолого – педагогическую помощь, обеспечить безопасность ребенка.

3. Изучить особенности психолого-педагогического статуса каждого учащегося с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих в психическом состоянии, общении, развитии и обучении.
4. Создать систему психолого-педагогической поддержки учащихся разных возрастных групп как в учебно-воспитательном процессе школы, так и в период трудной жизненной ситуации.
5. Привлечь различные государственные органы и общественные объединения для оказания помощи и защиты законных прав и интересов ребенка.
6. Привить детям существующие в обществе социальные нормы поведения, формировать детское милосердие, развить ценностные отношения в социуме.

### 3. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1. Работа с детьми и молодежью, ставшими на путь социальной дезадаптации, но имеющими ближайшие перспективы её преодоления.
2. Работа с детьми и молодежью, нуждающимися в срочной психоэмоциональной поддержке.
3. Работа с неблагополучными семьями.

### 4. СОДЕРЖАНИЕ ОСНОВНЫХ ПОНЯТИЙ

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

## 5. ПРИНЦИПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

1. Принцип **ценности личности**, заключающийся в самоценности ребенка.
2. Принцип **уникальности личности**, состоящий в признании индивидуальности ребенка.
3. Принцип **приоритета личностного развития**, когда обучение выступает не как самоцель, а как средство развития личности каждого ребенка.
4. Принцип **ориентации на зону ближнего развития каждого ученика**.
5. Принцип **эмоционально-ценностных ориентаций** учебно-воспитательного процесса.

## 6. ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

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

### *Достоинства настоящей программы :*

- В имеющихся возможностях для психологического раскрепощения школьников, для формирования навыков и приемов, способствующих самовыражению каждого ученика;
- В имеющихся возможностях для оказания помощи классному руководителю, учителю-предметнику строить учебно-воспитательную работу в системе, с учетом психологических и возрастных особенностей учащихся;
- В создании условий для своевременной корректировки выявленных психологических проблем и совершенствования и оптимизации учебно-воспитательного процесса.

Наибольший эффект **программа** может иметь, реализованная как **целостная система совместной деятельности педагогов, психолога, администрации школы и родителей, направленная на активное приспособление ребенка к социальной среде, включающее в себя как успешное функционирование, так и перспективное психологическое здоровье.**

## 7. СИСТЕМА ПРОГРАММНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

Просвещение и профилактика			
Учащиеся			
№ п/п	Содержание работы	Сроки	Ответственный
1	Выявление и реабилитация несовершеннолетних и их семей, оказавшихся в сложной жизненной ситуации	в течение года	Психолог, соц. педагог

2	Составление базы данных по социально неблагополучным семьям	сентябрь	Психолог, соц. педагог
3	Проведение индивидуальных профилактических мероприятий с семьями социального риска	в течение года	Психолог, соц. педагог
4	Организация оздоровления и отдыха во внеурочное время детей из неблагополучных и малообеспеченных семей (детский лагерь отдыха при школе)	каникулярное время	соц. педагог
5	Организация волонтерского движения по оказанию помощи детям, склонным к суицидальным действиям	в течение года	Психолог, соц. педагог
7	<p>Психологические классные часы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ В поисках хорошего настроения (1 кл)</li> <li>➢ Учимся честно говорить о проступке (2 кл)</li> <li>➢ Как научиться жить без драки (3 кл)</li> <li>➢ Учимся снимать усталость (4 кл)</li> <li>➢ Толерантность (5 класс)</li> <li>➢ Как преодолевать тревогу (6 класс)</li> <li>➢ Способы решения конфликтов с родителями (7 кл.)</li> <li>➢ Жизненные ценности (8 кл.)</li> <li>➢ Грани моего Я (9 кл)</li> <li>➢ Я + он + они = мы (10 кл)</li> <li>➢ Способы саморегуляции эмоционального состояния (11 кл)</li> <li>➢ «Как сказать Нет!» (8 кл.)</li> <li>➢ Не сломай свою судьбу! Подросток и наркомания.(средние и старшее звено)</li> </ul>	По планам работы классных руководителей, соц.педагога, психолога	<p>психолог, кл.рук. кл.руков психолог соц. педагог соц. педагог соц. педагог психолог психолог психолог кл. руковод. соц. педагог кл. руководитель кл. руководит кл. руководит.</p>
8	<p>Правовые классные часы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ Что ты должен знать об УК РФ (6 – 8 кл.)</li> <li>➢ Уголовная ответственность несовершеннолетних (8 – 11 кл.)</li> </ul>	По согласованию	представители прокуратуры
9	Психолого-педагогическая поддержка обучающихся к выпускным экзаменам (тренинг 9 кл)	апрель	психолог
11	Групповые занятия по формированию социальных навыков и навыков здорового образа жизни «Я и мой выбор»	в течение года	кл. руковод.
12	Психокоррекционная группа с неадаптивными детьми (5 кл.)	октябрь - ноябрь	психолог
<b>Педагоги</b>			
	МО классных руководителей «Методика воспитательно-профилактической работы с семьей. Профилактика и предупреждение асоциального поведения обучающихся»	ноябрь	зам. дир по ВР
	МО классных руководителей Тренинг «Навыки конструктивного взаимодействия с подростками»	ноябрь	психолог
<b>Родители</b>			
1	<p>Родительские собрания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ Безопасность детей в локальных сетях Интернет</li> <li>➢ Шаги общения (ФПИ)</li> <li>➢ Психологические особенности периода адаптации,</li> </ul>	по плану, по запросу	кл. руководитель психолог

	<ul style="list-style-type: none"> <li>формы родительской помощи и поддержки</li> <li>➤ Трудный возраст или советы родителям</li> <li>➤ Что такое суицид и как с ним бороться (среднее и старшее звено)</li> <li>➤ Особенности детско-родительских отношений как фактор психологического дискомфорта</li> <li>➤ Чем и как увлекаются подростки</li> <li>➤ Куда уходят дети: профилактика безнадзорности и бродяжничества</li> <li>➤ Уголовная ответственность несовершеннолетних</li> <li>➤ Как помочь ребенку справиться с эмоциями</li> </ul>		<p>зам дир. по ВР психолог психолог</p> <p>психолог соц. педагог соц. педагог психолог</p> <p>соц. педагог соц. педагог</p>
2	- Родительский лекторий «Детский суицид»	по плану	классный руководитель 7 класса
<b>Диагностика</b>			
<b>Учащиеся</b>			
1	Исследование социального статуса	ежегодно	кл. руководит
2	Исследование уровня адаптации	по плану	психолог
3	Исследование уровня тревожности	по плану	психолог
5	Опросник Басса – Дарки (агрессия, чувство вины)	по запросу	психолог
6	Оценка способов реагирования на конфликтные ситуации	по запросу	психолог
7	Склонность к отклоняющемуся поведению	дети группы риска	соц. педагог
<b>Родители</b>			
1	Опросник для родителей – диагностика нарушений во взаимоотношениях подростка с родителями и их причин	по запросу	психолог
2	Опросник родительского отношения (А.Варга, В.Столин)	по запросу	психолог
<b>Коррекция</b>			
1	Занятие «Ты и я – такие разные» - для подростков 5 класс	февраль	психолог
2	Занятие «Барьеры непонимания» 5 класс	март	соц. педагог
3	Занятие по повышению самооценки «Нарисуй подарок самому себе»	май	соц. педагог
4	Тренинг уверенности (8 класс)	февраль	психолог

## Литература

1. Зарипова Ю. Поверь в себя. Программа психологической помощи подросткам // Школьный психолог, 2007, №4 (16).
2. Кузнецов Д. Демобилизирующая тревожность: некоторые причины и формы проявления невротических расстройств у современных старшекласников // Школьный психолог, 2005, №2
3. Мешковская О. Занятие “Подарок самому себе” // Школьный психолог, 2005, №10.
4. Николаева Н. Программа комплексного взаимодействия с подростками “группы риска” “Грани моего Я” // Школьный психолог, 2006, №15
5. <https://saizyral.rtyva.ru/wp-content/uploads/2020/02/%D0%9D%D0%9F%D0%90%D0%BF%D0%BE-%D0%A1%D0%A1-%E2%80%94%D0%BA%D0%BE%D0%BF%D0%B8%D1%8F.pdf>  
Нормативно-правовые акты, регулирующие профилактику суицидального поведения обучающихся
6. <https://minobr.gov-murman.ru/files/metodicheskie-rekomendatsii-dlya-rukovodyashchikh-i-pedagogicheskikh-rabotnikov-po-rannemu-vyyavleniyu-priznakov-suitsidalnogo-povedeniya.pdf> Раннее выявление признаков суицидального поведения и оказания психолого-педагогической помощи детям в кризисных ситуациях
7. Методические рекомендации по профилактике суицида среди детей и подростков в образовательных учреждениях  
Авторы: Арапова С.Л., преподаватель кафедры педагогики и психологии НИПКИПРО, Иванченко А.А., преподаватель кафедры педагогики и психологии НИПКИПРО, Селюкова Т.Л., преподаватель кафедры педагогики и психологии НИПКИПРО