

**МБОУ «Косолаповская средняя общеобразовательная школа»**

Рассмотрено на заседании  
педагогического совета школы  
Протокол № 11 от «04» февраля  
2026 года

«Утверждаю»  
Директор МБОУ «Косолаповская  
средняя общеобразовательная  
школа», приказ № 29 от 05  
февраля 2026 года  
В. Г. Новоселова

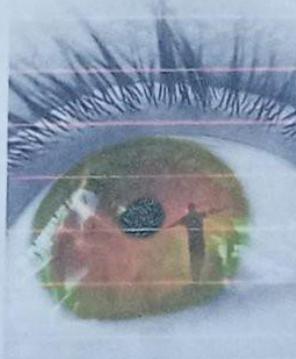


**Программа  
профилактики злоупотребления наркотиков,  
токсических веществ, алкоголя и табака**

**" Не дай себе погибнуть! »**

**обучающихся МБОУ «Косолаповская средняя  
общеобразовательная школа»**

**на 2026-2030 гг.**



## 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, чёрствости 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 29 мая 2003 г. № 03-51-102ин/22-03 “О мерах по усилению профилактики суицида детей и подростков”, Письмо Департамента воспитания и социализации детей Министерства образования и науки Российской Федерации от 27.02.2012г. №06-356 «О мерах по профилактике суицидального поведения среди обучающихся».

**Цель настоящей программы в формировании у школьников позитивной адаптации к жизни, как процесса сознательного построения и достижения человеком относительно устойчивых равновесий отношений между собой, другими людьми и миром в целом.**

Поставленная цель достигается за счёт последовательного решения следующих задач:

1. Изучение теоретических аспектов проблемы с позиции различных наук (философии, физиологии, психологии, социологии, педагогики) и использование информации в работе с педагогами и родителями.
2. Выявление детей, нуждающихся в незамедлительной помощи и защите и оказание экстренной первой помощи, обеспечение безопасности ребенка, снятие стрессового состояния.
3. Изучение особенностей психолого-педагогического статуса каждого учащегося с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих в психическом состоянии, общении, развитии и обучении.

4. Создание системы психолого-педагогической поддержки учащихся разных возрастных групп в воспитательно-образовательном процессе лица так и в период трудной жизненной ситуации.
5. Привлечение различных государственных органов и общественных объединений для оказания помощи и защиты законных прав и интересов ребенка.
6. Привитие существующих в обществе социальных норм поведения, формирование детского милосердия, развитие ценностных отношений в социуме.
7. Формирование позитивного образа Я, уникальности и неповторимости не только собственной личности, но и других людей.

### 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 авторы видят*

- 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	соц. педагог
2	Составление базы данных по социально неблагополучным семьям	сентябрь	соц. педагог
3	Проведение индивидуальных профилактических мероприятий с семьями социального риска	в течение года	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 работы по профилактике профессионального выгорания	в течение года	психологи
6	Организация волонтерского движения по оказанию помощи детям, склонным к суицидальным действиям	в течение года	психолог соц.педагог
7	Психологические классные часы: <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 классы)</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</li></ul>	По планам работы классных руководителей, соц.педагога, психолога	психолог, кл.рук. кл.руков психолог соц. педагог соц. педагог соц. педагог психолог психолог психолог кл. руковод.

	(11 кл) ➤ «Как сказать Нет!» (8 кл.) ➤ Не сломай свою судьбу! Подросток и наркомания.(средние и старшее звено)		соц. педагог кл. руководитель кл. руководит кл. руководит.
8	Правовые классные часы: ➤ Что ты должен знать об УК РФ (6 – 8 кл.) ➤ Уголовная ответственность несовершеннолетних (8 – 11 кл.) ➤ Знаешь ли ты свои права и обязанности (5 – 9 классы)	декабрь  ноябрь	представители прокуратуры  соц. педагог
9	Психолого-педагогическая поддержка обучающихся к выпускным экзаменам (тренинг 9 кл)	апрель	психолог
10	Агитбригада «Мы выбираем жизнь, а Вы...»	ноябрь	педагог- организатор
11	Гр. 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
13	Диспут для подростков «Успех в жизни»	декабрь	соц. педагог
14	Организация работы группы для подростков «Поверь в себя»	январь	психологи
<b>Педагоги</b>			
1	Педсовет «Как избежать насилия в школе или воспитание милосердия»	январь	завуч по ВР
2	Семинар «Что такое суицид и как с ним бороться»	ноябрь	психолог
3	МО классных руководителей «Психологический климат в классе»		завуч по ВР
4	Семинар «Типология возрастных психолого-педагогических особенностей учащихся»	январь	психолог
5	МО классных руководителей «Профилактика конфликтных ситуаций и работа с ними»	март	завуч по ВР
6	Семинар-практикум «Методы разрешения педагогических конфликтов»	по плану	психолог
<b>Родители</b>			
1	Родительские собрания: ➤ Безопасность детей в локальных сетях Интернет ➤ Шаги общения (ФПИ) ➤ Психологические особенности периода адаптации, формы родительской помощи и поддержки ➤ Трудный возраст или советы родителям ➤ Что такое суицид и как с ним бороться (среднее и старшее звено) ➤ Особенности детско-родительских отношений как фактор психологического дискомфорта ➤ Чем и как увлекаются подростки ➤ Куда уходят дети: профилактика безнадзорности и бродяжничества ➤ Уголовная ответственность несовершеннолетних ➤ Как помочь ребенку справиться с эмоциями	по плану, по запросу	кл. руководитель психолог завуч по ВР психолог психолог  психолог соц. педагог соц. педагог психолог  соц. педагог соц. педагог
2	Диспут «Позитивное и негативное в поведении ребенка: как к этому относиться»	по плану	соц. педагог
<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
4	Шкала социально психологической адаптации (СПА) 9 кл	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 5-6 класс	октябрь	психолог
2	Занятие «Барьеры непонимания» 8 класс	ноябрь	соц.педагог
3	Занятие по повышению самооценки «Нарисуй подарок самому себе»	декабрь	соц.педагог
4	Тренинг уверенности (для старшеклассников)	февраль	психолог
5	Цикл занятий для подростков «Я сам строю свою жизнь» (ФПИ)		соц.педагог

## Литература

1. Зарипова Ю. Поверь в себя. Программа психологической помощи подросткам // Школьный психолог, 2007, №4 (16).
2. Кардашина О., Родионов В., Ступницкая М. Я и мой выбор. Занятия для учащихся 10 – 11 классов по формированию социальных навыков и навыков здорового образа жизни // Школьный психолог, 2001, №27.
3. Кузнецов Д. Демобилизирующая тревожность: некоторые причины и формы проявления невротических расстройств у современных старшеклассников // Школьный психолог, 2005, №2
4. Михайлова Н., Сафонова Т., Тюпкина Е., Немолот Е. Деловая игра для педагогов среднего звена “Педагогические приёмы создания ситуации успеха” // Школьный психолог, 2006, №15.
5. Манелис Н. Психологический климат в классе // Школьный психолог, 2001, №10, 12, 16, 19.
6. Мешковская О. Занятие “Подарок самому себе” // Школьный психолог, 2005, №10.
7. Николаева Н. Программа комплексного взаимодействия с подростками “группы риска” “Грани моего Я” // Школьный психолог, 2006, №15
8. Ожегов С.И. словарь русского языка. / Под ред. Н.Ю.Шведовой. 1984. – 797 с.
9. Панченко Н. Занятие “Я + Он + Они == Мы” // Школьный психолог, 2006, №18.
10. Профилактика суицидального поведения. Методические рекомендации. Сост.: А.Г.Абрумова и В.А.Тихоненко. М., 1980.
11. Родионов В., Лангуева Е. Программа тренинга “Манипуляция: игры, в которые играют все” // Школьный психолог, 2005, №2, 5, 6, 7.
12. Савченко М. Тренинг “Уверенность” для учащихся 11 классов // Школьный психолог, 2005, №2, 3, 4
13. Соболева А. Профилактика конфликтных ситуаций и борьба с ними // Школьный психолог, 2004, №40, 41, 42.
14. Фоминова А. Как улучшить настроения. Изучение способов саморегуляции эмоционального состояния. Школьный психолог, 2006, №2
15. Шашкова З. Ты и я – такие разные. Занятие для подростков 11-12 лет // Школьный психолог, 2002, №11.