



УТВЕРЖДЕНО  
Директор МБОУ «Юсьвинская средняя  
общеобразовательная школа»  
*Сух* Т.А. Суховерхова  
«1» сентября 2016 г.

## **Подпрограмма по профилактике суицидального поведения обучающихся МБОУ «Юсьвинская средняя общеобразовательная школа имени народной артистки А.Г. Котельниковой»**

### **Пояснительная записка.**

По данным детского фонда ООН за последние годы значительно увеличилось число суицидальных попыток и завершенных 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 в их окружении: боязни насилия со стороны взрослых, бестактного поведения учителей, одноклассников, друзей, черствости и безразличия окружающих. В целом ряде случаев подростки решались на самоубийство из-за равнодушного отношения родителей и педагогов к их проблемам, протестуя, таким образом, против безразличия и жестокости взрослых. Решаются на такой шаг, как правило, замкнутые, ранимые, страдающие от одиночества и чувства собственной ненужности подростки, потерявшие смысл жизни. Причиной суицида могут быть также алкоголизм и наркомания, как родителей, так и самих подростков, индивидуальные психологические особенности человека, внутрличностные конфликты и т.п. Проблема детских суицидов присуща как неблагополучным семьям, так и семьям с внешними признаками социального и финансового благополучия. Суицидальные действия у детей часто бывают импульсивными, ситуативными и не планируются заранее. Попытки суицида являются следствием непродуктивной (защитной) адаптации к жизни – фиксированного, негибкого построения человеком или семьей отношений с собой, своими близкими и внешним миром на основе действия механизма отчуждения. Своевременная психологическая помощь, участливое отношение к подросткам, попавшим в трудную жизненную ситуацию, помогли бы избежать трагедий.

### **Цель программы:**

Организация профилактической работы по предупреждению суицидальных действий среди подростков, развитие стрессоустойчивости, сохранение и укрепление психического здоровья обучающихся/

### **Задачи программы:**

- выявление детей «группы риска», обучение данной группы методам релаксации и саморегуляции.

- межведомственное взаимодействие со специалистами различных учреждений и организаций;
- пропаганда здорового образа жизни, формирование у учащихся позитивного образа Я.

### **Принципы реализации программы:**

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

### **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 детско-родительских взаимоотношений.

### **Содержание программы.**

Исходя, из цели и задач программы работа проводится по следующим направлениям:

#### **1. Выявление и реабилитация детей «группы риска» и семей, находящихся в социально опасном положении:**

Статьей 14 Федерального закона РФ №120 «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» на образовательные учреждения возложена обязанность оказывать социально-психологическую и педагогическую помощь несовершеннолетним, имеющим отклонения в развитии или поведении, выявлять подростков и семьи, находящихся в социально-опасном положении. Усилить внимание педагогов на выявление случаев жестокого обращения к детям в семье, выявление детей, нуждающихся в психологической, социальной помощи. Министерство образования России в информационном письме от 26 января 2000 г. №22-06-86 «О мерах по профилактике суицида среди детей и подростков» указывает, что жестокое обращение взрослых с детьми и подростками приводит их к отчаянию, безысходности, депрессиям и, как следствие, к самоубийству. За каждым таким случаем стоит личная трагедия, катастрофа, безысходность, когда страх перед жизнью побеждает страх смерти.

- диагностика – тесты на определение личностной и реактивной тревожности, подверженности стрессу.
- создание электронной базы данных по социально неблагополучным семьям, детям, склонным к суицидальному поведению;
- проведение профилактических мероприятий, направленных на снижение суицидального риска.

## **2. Координация и межведомственное взаимодействие со структурами Юсьвинского района**

- Осуществление межведомственного взаимодействия со структурами Юсьвинского района в организации работы по снижению случаев суицидальных действий среди подростков.

## **3. Пропаганда здорового образа жизни, сохранение и укрепление психического здоровья среди обучающихся.**

- Организация досуга несовершеннолетних для формирования широкого круга интересов, увлечений, занятий, направленных на укрепление и сохранение психического и физического здоровья;
- организация и проведение мероприятий, акций по пропаганде ЗОЖ, вовлечение детей «группы риска» в массовые и социально-значимые мероприятия.

## **4. Оптимизация межличностных отношений в школе.**

Поскольку причинами суицидов среди подростков являются также и нарушения межличностных отношений в школе, необходимо принять меры по формированию классных коллективов, нормализации стиля общения педагогов с учащимися.

Оптимизации учебной деятельности учащихся, вовлечению учащихся в социально-значимые виды деятельности, организации школьного самоуправления, формированию установок у учащихся на самореализацию в социально-одобряемых сферах жизнедеятельности (культуре, спорте, искусстве, науке и др.).

Взаимоотношения с учащимися должны строиться на основе уважения, убеждения, спокойном, доброжелательном тоне общения.

### **Словарь терминов**

**Суицид** – самодеструктивное поведение человека, направленное на намеренное лишение себя жизни.

**Суицидальная попытка** – это целенаправленные действия по лишению себя жизни, не закончившиеся смертью.

**Суицидальные замыслы** – 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.

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

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

### Система программных мероприятий

<i>Просветительско-профилактическая деятельность</i>			
<i>Работа с обучающимися ОУ</i>			
<b>№</b>	<b>содержание работы</b>	<b>сроки</b>	<b>ответственный</b>
1	Выявление и реабилитация несовершеннолетних и их семей, оказавшихся в сложной жизненной ситуации	в течение уч. года	классные руководители
2	Исследования социального статуса семей учащихся. Составление социологической карты	октябрь	классные руководители, социальный педагог
3	Составление базы данных по социально-неблагополучным семьям	октябрь	социальный педагог
4	Проведение индивидуальных профилактических мероприятий семьями социального риска	в течение уч. года	социальный педагог
5	Организация оздоровления и отдыха во внеурочное время детей из неблагополучных и малообеспеченных семей	каникулярное время	классные руководители, социальный педагог
6	Организация волонтерского движения по оказанию помощи детям, склонным к суицидальным действиям	в течение уч. года	организатор
7	Психологические классные часы: - в поисках хорошего настроения - профилактика курения - как научиться жить без драки - толерантность - учимся снимать усталость - как преодолевать тревогу - способы решения конфликтов с родителями - стресс в жизни человека. Способы борьбы со стрессом - грани моего Я - я + он + они =мы - способы саморегулирования эмоционального состояния - как сказать НЕТ! - не сломай свою судьбу! Подросток и наркомания	в течение уч. года	классные руководители, социальный педагог

8	Правовые классные часы: - что ты должен знать об УК РФ - уголовная ответственность несовершеннолетних - знаешь ли ты свои права и обязанности	в течение уч. года	социальный педагог, классные руководители, организатор
9	Психолого-педагогическая поддержка обучающимся на выпускных экзаменах (9 класс)	Март-апрель	классные руководители
<b>Педагоги</b>			
1	Деловая игра «Педагогические приемы создания ситуации успеха»	октябрь	Завуч по УВР
2	Совещание при директоре «Что такое суицид и как с ним бороться»	ноябрь	Администрация ОУ
3	Семинар классных руководителей «Некоторые причины и формы проявления невротических расстройств у современных старшеклассников»	декабрь	МО
4	Семинар классных руководителей «Психологический климат в классе»	февраль	МО
<b>Родители</b>			
1	Родительский лекторий: - возрастные психолого-педагогические особенности (младший школьник, подросток, старший школьник) - наши ошибки в воспитании детей - шаги общения - психологические особенности периода адаптации, формы родительской помощи и поддержки - тревожность и ее влияние на развитие личности - трудный возраст или советы родителям - что такое суицид и как с ним бороться (среднее 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	классные руководители
<b>Диагностика учащихся</b>			
1	Исследование социального статуса	октябрь	классные руководители
2	Самооценка психических состояний (по Айзенку) – 6 – 9 классы	сентябрь	классные руководители
3	Тест «Лесенка» (изучение самооценки и уровня притязаний у детей) – 1 – 5 классы	сентябрь	классные руководители
4	Исследование суицидальных наклонностей учащихся, 6-9 классы	октябрь	классные руководители
5	Исследование опасений и страхов у детей, 1-5 классы	октябрь	классные руководители

**ПЛАН**  
**мероприятий по профилактике суицида среди детей и подростков**  
**МБОУ «Юсьвинская СОШ» на 2016-2017 учебный год**

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственный
1	Выявление семей, в которых практикуется жестокое обращение с детьми. Методы: индивидуальные беседы наблюдение анкетирование	в течение года	социальный педагог кл. руководители
2	Оптимизация межличностных отношений в школе. Оптимизация учебной деятельности учащихся, вовлечение учащихся в социально-значимые виды деятельности, организации школьного самоуправления, формирование установок у учащихся на самореализацию в социально-одобряемых сферах жизнедеятельности (культуре, спорте, искусстве, науке и др.).	В течение года	кл. руководители
3	Выступление на МО кл.руководителей с обзором документов: - Семинар для классных руководителей «Профилактика суицида среди школьников» - Семинар для классных руководителей по итогам тестирования. «Методические рекомендации по профилактике суицида» - Уголовный кодекс РФ (ст.117 «Истязание», ст.110 «Доведение до самоубийства», ст.131-134 о преступлениях сексуального характера), - Административный кодекс РФ (ст.164 «О правах и обязанностях родителей») - Конвенция ООН о правах ребенка (ст.6, 8, 16, 27, 28, 29, 30), - нормативные документы о профилактике безнадзорности и правонарушений н/л, о защите их прав и т.п.	октябрь  декабрь в течение уч. года	социальный педагог руководитель МО, классные руководители социальный педагог классные руководители
4	Незамедлительное сообщение в администрацию школы, ПДН, РК	в течение уч. года	социальный педагог

	образования (отдел опеки) о фактах насилия над ребенком со стороны родителей или других взрослых лиц.		педагог
5	Регулирование взаимоотношений и конфликтных ситуаций среди школьников. Пресечение всех случаев неуставных (школьных) отношений с привлечением, при необходимости работников ПДН	по заявлению	социальный педагог, классные руководители, директор
6	Анкетирование обучающихся ОУ с целью предотвращения жестокого обращения	октябрь	классные руководители
7	Заполнение карты риска суицида. Мониторинг	ноябрь	Классные руководители
8	Индивидуальная работа с детьми, склонными к суицидальному поведению (по результатам диагностики)	в течение уч. года по индивид. плану	классные руководители, социальный педагог
9	Классные часы, направленные на формирование у учащихся позитивного образа Я (раскрытие темы ценности жизни, индивидуальной неповторимости каждого человека, о позитивном прогнозе будущего, умении программировать свой успех- с конкретными примерами и фактами из жизни, художественной литературы и СМИ)	в течение года.(по воспитательным планам кл.руководителей)	классные руководители
10	Родительские собрания в классах по профилактике суицида	в течение года.(по воспитательным планам кл.руководителей)	классные руководители
11	Вовлечение детей, склонных к суициду, в ДО и социально-значимые мероприятия	в течение уч. года	классные руководители, социальный педагог
12	Конкурс рисунков «Как прекрасен этот мир!» (1-9класс)	Май	классные руководители, учитель ИЗО, социальный педагог
13	При проведении аттестации учитывать: -стиль педагогического общения и системный подход к отношениям «ученик-учитель» -наличие конфликтных ситуаций и характер поведения в них	по плану аттестации	Администрация ОУ

## Литература

1. Ожегов С.И. словарь русского языка. / Под ред. Н.Ю.Шведовой. 1984.
2. Программа профилактики суицидального поведения «Жизнь как чудо». Составитель: Литвинова О. А. р.п. Каргаполье, 2012 (DVD диск)
3. Профилактика суицидального поведения. Методические рекомендации. Сост.: А.Г.Абрумова и В.А.Тихоненко. М., 1980.
4. Региональные подходы к осуществлению профилактики ВИЧ/СПИДа в образовательной среде Курганской области: Методические рекомендации.- Курган, 2008.
5. Синягин Ю.В., Синягина Н.Ю.. Детский суицид. Психологический взгляд. КАРО, С – П, 2006.
6. Суицидальное поведение у детей и подростков: Методические рекомендации.- Курган, 2006.

## Приложение 1.

### ПАМЯТКА ПЕДАГОГАМ

(по предупреждению суицидальных попыток среди подростков)

#### Сигналы суицидального риска

##### **Ситуационные сигналы :**

- Смерть любимого человека;
- Вынужденная социальная изоляция, от семьи или друзей (переезд на новое место жительства);
- Сексуальное насилие;
- Нежелательная беременность;
- «Потеря лица» (позор, унижения).

##### **Поведенческие сигналы:**

- Наркотическая и алкогольная зависимость;
- Уход из дома;
- Самоизоляция от других людей и жизни;
- Резкое снижение поведенческой активности;
- Изменение привычек, например, несоблюдение правил личной гигиены, ухода за внешностью;
- Предпочтение тем разговора и чтения, связанных со смертью и самоубийствами;
- Частное прослушивание траурной или печальной музыки;
- «Приведение дел в порядок» (раздаривание личных вещей, письма к родственникам и друзьям, урегулирование конфликтов).

##### **Эмоциональные сигналы:**

- Поиск пути к смерти и желание жить одновременно;
- Депрессивное настроение: безразличие к своей судьбе; подавленность, безнадежность, беспомощность, отчаяние;
- Переживание горя.

##### **Коммуникативные сигналы:**

- Прямые или косвенные сообщения о суицидальных намерениях («Хочу умереть» - прямое сообщение, «Скоро все это закончится» - косвенное). Шутки, иронические высказывания о желании умереть, бессмысленности жизни также относятся к косвенным сообщениям.

#### Помощь при потенциальном суициде

Распознавание суицидальной опасности, разговор с суицидентом о его намерениях – это первая помощь.



Выслушивайте. Не пытайтесь утешить общими словами типа: «Ну, все не так плохо», «Вам станет лучше», «Не стоит этого делать». Дайте возможность высказаться.

Обсуждайте. Открытое обсуждение планов и проблем снимает тревожность.

Одно из важных отличий суицидоопасного состояния – ощущение себя «вне» общества, поскольку тема самоубийства табуирована (табу – запрет).

Поэтому важно задавать вопросы о самоубийстве, не избегать этой темы.

Будьте внимательны к косвенным показателям при предполагаемом самоубийстве. Каждое шутовое упоминание или угрозу следует воспринимать всерьез. Скажите, что вы принимаете их всерьез.

Выработайте совместные решения о дальнейших действиях. Постарайтесь вместе искать альтернативные варианты решения.

Проявляйте интерес, но не оценивайте, не обсуждайте и не пытайтесь переубедить собеседника.

### ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

- Чаще показывайте детям, как сильно вы их любите, не скрывайте это.
- Не бойтесь попросить совета у вашего ребенка – это только сблизит вас.
- Доверять вам будут, если вы будете не только родителями, но и друзьями, способными понять и сопереживать.
- Будьте примером для ребенка: ведь как вы сейчас относитесь к своим родителям, так и к вам будут относиться к старости.
- Чаще бывайте в школе.
- Не забывайте слова известного педагога В. Сухомлинского: «Наиболее полноценное воспитание, как известно, школьно-семейное».

### Приложение 2

Развеем мифы ....

**МИФ 1.** Люди, говорящие о самоубийстве, никогда не осуществляли его на деле.

Это не так. На самом деле 4 из 5 суицидентов не раз подавали сигнал о своих намерениях.

**МИФ 2.** Человек в суицидальном состоянии твердо решил покончить жизнь самоубийством.

Это не так. Большинство самоубийц не пришли к однозначному решению жить или умереть. Они «играют со смертью», предоставляя окружающим спасать их.

**МИФ 3.** Самоубийство происходит внезапно, без всякого предупреждения.

Это не так. Суициду предшествует ряд сигналов, выражающих внутреннюю борьбу человека между жизнью и смертью.

**МИФ 4.** Суициденты постоянно думают о смерти.

Это не так. Позывы к смерти кратковременны. Если в такой момент помочь человеку преодолеть стресс, его намерения могут измениться.

**МИФ 5.** Улучшение, наступающее после суицидального кризиса, означает, что угроза самоубийства прошла.

Это не так. Большинство самоубийств происходит в течение примерно 3 месяцев после начала «улучшения», когда у человека появляется энергия для воплощения своих мыслей и чувств к жизни.

**МИФ 6.** Суицид, чаще всего, совершают молодые люди.

Это не так. Суицид примерно в равной мере проявляется среди всех возрастных категорий.

**МИФ 7.** Самоубийства, происходят гораздо чаще в среде богатых или, наоборот, исключительно среди бедных.

Это не так. Уровень самоубийства одинаков во всех слоях общества.

**МИФ 8.** Суицид – это наследственная «болезнь».

Это не так. Добровольная смерть одного из членов семьи может усилить суицидальный кризис у других лишь в том случае, когда они сами подвержены мысли о смерти.

**МИФ 9.** Все самоубийцы – душевнобольные или умственно неполноценные люди.

Это не так. Уходят из жизни глубоко несчастные люди.

**МИФ 10.** Женщины угрожают самоубийством, а мужчины осуществляют его. Это не так. Мужчины в 3 раза больше женщин заканчивают жизнь самоубийством, а женщины в 3 раза чаще мужчин предпринимают попытки суицида. Женщины используют средства с большими шансами на спасение: таблетки, яды, газ и т.д. мужчины предпочитают огнестрельное оружие или веревку, где шансы на спасение минимальны.