

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Куйбышевская средняя общеобразовательная школа»

Принята на
заседании педагогического
совета МБОУ «Куйбышевская СОШ»
протокол № _1_ от «29» августа 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы Д.А.Брехов

«29» августа 2024

ПРОГРАММА
ПРОФИЛАКТИКИ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ
НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ

Педагога - психолога

Сосновой Елены Викторовны

2024г

Пояснительная записка

Данная программа предназначена для организации профилактической и коррекционной работы по предотвращению суицидальных попыток среди учащихся разных возрастных групп в общеобразовательном учреждении.

Целью данной программы является профилактика суицидов и суицидальных попыток среди несовершеннолетних.

Задачи:

- создание системы психолого-педагогической поддержки учащихся разных возрастных групп;
- изучение особенностей психолого-педагогического статуса учащихся, с последующим выявлением детей, нуждающихся в незамедлительной помощи;
- обеспечение безопасности ребенка, снятие суицидального риска;
- сопровождающая деятельность детей группы риска и их семей.

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.

Актуальность программы:

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

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 52% всех самоубийств несовершеннолетними совершается из-за конфликтов и неблагополучия: боязни насилия со стороны взрослых, бестактного поведения и конфликтов со стороны учителей, одноклассников, друзей, чужеродности 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, внутриличностные конфликты 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.

Срок реализации программы: 2 года (2024-2026 уч.г.)

Исполнители: Зам. Директора по УВР – М.А. Скрипкина
Классные руководители
Педагог – психолог – Е.В. Соснова

Содержание программы:

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.

Основные направления деятельности:

- Работа с подростками, ставшими на путь социальной дезадаптации, но имеющими ближайшие перспективы её преодоления.
- Работа с детьми, нуждающимися в срочной психоэмоциональной поддержке.
- Работа с неблагополучными семьями.
- Работа с педагогическим составом.
- Работа с родителями.

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.

Достоинства 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.

<p>Внешний вид и поведение</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Тоскливое выражение лица (скорбная мимика) -Гипомимия -Амимия -Тихий монотонный голос -Замедленная речь -Краткость ответов -Отсутствие ответов -Ускоренная экспрессивная речь -Патетические интонации -Причитания -Склонность к нытью -Общая двигательная заторможенность -Бездеятельность, адинамия -Двигательное возбуждение
<p>Эмоциональные нарушения</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Скука -Грусть -Уныние -Угнетенность -Мрачная угрюмость -Злобность -Раздражительность -Ворчливость -Брюзжание -Неприятное, враждебное отношение к окружающим -Чувство ненависти к благополучию окружающих -Чувство физического недовольства -Безразличное отношение к себе, окружающим -Чувство бесчувствия -Тревога беспредметная (немотивированная) -Тревога предметная (мотивированная) -Ожидание непоправимой беды -Страх немотивированный -Страх мотивированный -Тоска как постоянный фон настроения -Взрывы тоски с чувством отчаяния, безысходности -Углубление мрачного настроения при радостных событиях вокруг
<p>Психические заболевания</p>	<ul style="list-style-type: none"> -депрессия -неврозы, характеризующиеся беспричинным страхом, внутренним напряжением и тревогой -маниакально-депрессивный психоз -шизофрения
<p>Оценка собственной жизни</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Пессимистическая оценка своего прошлого -Избирательное воспоминание неприятных событий прошлого -Пессимистическая оценка своего нынешнего состояния

	-Отсутствие перспектив в будущем
Взаимодействие с окружающим	<ul style="list-style-type: none"> -Нелюдимость, избегание контактов с окружающими -Стремление к контакту с окружающими, поиски сочувствия, апелляция к врачу за помощью -Склонность к нытью -Капризность -Эгоцентрическая направленность на свои страдания
Вегетативные нарушения	<ul style="list-style-type: none"> -Слезливость -Расширение зрачков -Сухость во рту (“симптомы сухого языка”) -Тахикардия -Повышенное АД -Ощущение стесненного дыхания, нехватки воздуха -Ощущение комка в горле -Головные боли -Бессонница -Повышенная сонливость -Нарушение ритма сна -Отсутствие чувства сна -Чувство физической тяжести, душевной боли в груди -То же в других частях тела (голове, эпигастрии, животе) -Запоры -Снижение веса тела -Повышение веса тела -Снижение аппетита -Пища ощущается безвкусной -Снижение либидо -Нарушение менструального цикла (задержка)
Динамика состояния в течение суток	<ul style="list-style-type: none"> -Улучшения состояния к вечеру -Ухудшение состояния к вечеру

ПЛАН ПРОГРАММНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

Содержание работы	Сроки	Ответственный
Выявление и реабилитация несовершеннолетних и их семей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации.	В течение года	Педагог-психолог Классные руководители
Составление базы данных по социально-неблагополучным семьям.	сентябрь	Классные руководители
Проведение индивидуальных профилактических мероприятий с семьями социального риска.	В течение года	Педагог-психолог Классные руководители
Оказание посильной юридической помощи семьям, находящимся в трудной жизненной ситуации.	По запросу	Зам.директора по ВР
Заседание Совета профилактики	Один раз в четверть	Зам.директора по ВР Педагог-

		психолог Классные руководители
Участие в организации оздоровления и отдыха во внеурочное время детей из неблагополучных и малообеспеченных семей.	Каникулярно е время	Классные руководители
Организация работы с педагогами по профилактике профессионального выгорания.	В течение года	Педагог- психолог
Повышение психолого-педагогической компетенции всех участников УВП.	В течение года	Педагог- психолог
Учащиеся		
Психологические классные часы: -«Как научиться жить без драки» (3 кл.) -«Я – уникальная и неповторимая личность» (5-6 кл, цель: формирование позитивного отношения к другим людям (толерантности), -«Мир глазами агрессивного человека» (8 класс, Подростки XXI века. Психолого-педагогическая работа в кризисных ситуациях: 8-11 классы.) -«Подросток и конфликты» (8-9 класс, Подростки XXI века. Психолого-педагогическая работа в кризисных ситуациях: 8-11 классы.) - «Расскажи мне обо мне» (10-11 классы, Подростки XXI века. «Стресс в жизни человека. Способы борьбы со стрессом» (8-9 класс) -«Способы саморегуляции эмоционального состояния» (11 класс)	В течение года (по запросу)	Педагог- психолог
Правовые классные часы: -«Уголовная и административная ответственность несовершеннолетних» (7-9 классы); -«Права и обязанности учащихся» (5-11 классы); - «Умей сказать «нет»» (5-11 классы); -«Вредные и полезные привычки» (5-11 классы)	В течение года (по запросу)	Инспектор ПДН Зам.директора по ВР
Формирование у учащихся позитивного образа Я (через уроки психологии)	В течение года	Педагог- психолог
Коммуникативный мини-тренинг «Сердце» (1 класс; цель: снятие тревоги первых дней и месяцев школьной жизни, смягчение процесса адаптации)	сентябрь	Педагог- психолог
Игра «Две планеты» для учащихся 5-х классов (цель: обучение позитивному восприятию себя и другого человека)	октябрь	Педагог- психолог
Игра «Друзья» для учащихся 2-3 классов (цель: развитие эмпатии, понимания другого, обучение сотрудничеству)	октябрь	Педагог- психолог
Акция «Письмо матери» (цель: гармонизация детско-родительских отношений)	ноябрь	Педагог- психолог Классные руководители
Игра «В чем смысл жизни?» (10-11кл.)	В течение года	Педагог- психолог
Тренинг «Быть уверенным – это здорово!» (цель: формирование навыков уверенного поведения и умения противостоять давлению, 9 класс, Подростки XXI века. Психолого-педагогическая работа в кризисных ситуациях: 8-	В течение года	Педагог- психолог

11 классы.)		
Психолого-педагогическая поддержка выпускников в период подготовки к ЕГЭ	Март-апрель	Педагог-психолог
Открытие от одиночества (цель: формирование чувства уверенности в собственных силах, способности справиться с жизненными проблемами самостоятельно, развитие эмпатии; 10 класс)	апрель	Педагог-психолог
Педагоги		
Цикл занятий по повышению эмоциональной устойчивости педагога	Один раз в месяц в течение года	Педагог-психолог
Информирование педагогов по теме «Возрастные психолого-педагогические особенности подростков»	сентябрь	Педагог-психолог
Информирование педагогов по теме «Причины подросткового суицида. Роль взрослых в оказании помощи подросткам в кризисных ситуациях»	В течение года	Педагог-психолог
Семинар классных руководителей «Причины и формы проявления невротических расстройств у современных старшеклассников»	В течение года	Педагог-психолог
Семинар классных руководителей «Психологический климат в классе»	В течение года	Педагог-психолог
Родители		
Родительские собрания, лектории: -«Возрастные психолого-педагогические особенности (младший школьник, подросток)»; -«Наши ошибки в воспитании детей»; -«Причины подросткового суицида. Роль взрослых в оказании помощи подросткам в кризисных ситуациях»; -«Родители меня не понимают или как услышать подростка»; -«Родительская любовь»; -«Как подготовиться к экзаменам и сохранить здоровье»; - «Серьезный мир несерьезных подростков»; -«Доброе начало, или Как помочь первокласснику адаптироваться к школе»; -«Понять. Простить. Принять»; -«Я бы в дворники пошел... или Как не отбить у детей желание учиться»; -«О любви – взрослые и дети»; -«Школьная травля, как один из подводных камней школьной жизни»; -«Ваш ребенок—пятиклассник»; -«Родители и дети – поиски взаимопонимания»; -«Правовые основы семейного воспитания: права и обязанности родителей и детей»; -«Курение и статистика»; -«Давайте будем учиться вместе со своими детьми»	По плану, по запросу	Педагог-психолог
Диагностика		
Учащиеся		
Исследование социального статуса	ежегодно	Педагог-психолог
Исследование уровня адаптации (1, 5, 10 классы)	ежегодно	Педагог-

		психолог
Исследование уровня тревожности	ежегодно	Педагог-психолог
Определение личностных отклонений подросткового возраста: -ПДО по А. Е. Личко, -Опросник Басса-Дарки, -Диагностика предрасположенности личности к конфликтному общению.	По запросу	Педагог-психолог
Определение склонности к девиантному поведению	По запросу	Педагог-психолог
Методика экспресс-диагностики суицидального риска «Сигнал»	По запросу	Педагог-психолог
Родители		
Выявление сферы проблем и ресурсов в отношениях между родителями и детьми: - Опросник для родителей – диагностика нарушений во взаимоотношениях подростка с родителями и их причин -Опросник родительского отношения (А.Варга, В.Столин)	По запросу	Педагог-психолог

Ресурсное обеспечение:

Кадровый состав: администрация, учителя-предметники, классные руководители, учащиеся, родители, педагог- психолог.

Материальная база: дидактический материал.

Литература:

- Бережковская Е. Чем и как увлекаются подростки // Школьный психолог, 2015г
- Борщевицкая Л. Психологический час “Как научиться жить без драки” // Школьный психолог, 2014, .
- 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, 2001г
- Мешковская О. Занятие “Подарок самому себе” // Школьный психолог, 2005г
- Николаева Н. Программа комплексного взаимодействия с подростками “группы риска” “Грани моего Я” // Школьный психолог, 2006,
- Ожегов С.И. словарь русского языка. / Под ред. Н.Ю.Шведовой. 1984. – 797 с.
- Панченко Н. Занятие “Я + Он + Они == Мы” // Школьный психолог, 2006г
- Профилактика суицидального поведения. Методические рекомендации. Сост.: А.Г.Абрумова и В.А.Тихоненко. М., 1980.
- Родионов В., Лангуева Е. Программа тренинга “Манипуляция: игры, в которые играют все” // Школьный психолог, 2005г
- Савченко М. Тренинг “Уверенность” для учащихся 11 классов // Школьный психолог, 2005, №2, 3, 4
- Синягин Ю.В., Синягина Н.Ю.. Детский суицид. Психологический взгляд. КАРО, С – П , 2006. – 176 с.