

МИНОБРНАУКИ ЧЕЛЯБИНСКОЙ ОБЛАСТИ
государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
«Южноуральский энергетический техникум»
ГБПОУ ЮЭТ

СОГЛАСОВАНО:

Зам директора по ВР ГБПОУЮЭТ

_____ С.Л. Герасимова

« ____ » _____ 202г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБПОУ ЮЭТ

_____ В.М. Тучин

« ____ » _____ 2023г.

ПРОГРАММА

**профилактики суицидального и самоповреждающего поведения
обучающихся ГБПОУ «Южноуральский энергетический
техникум»**

Разработчик:

Педагог-психолог Е.В. Симонова

Южноуральск, 2022

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование программы	Программа профилактики суицидального и самоповреждающего поведения обучающихся ГБПОУ «Южноуральский энергетический техникум»
Ответственный исполнитель Программы	Заместитель директора по воспитательной работе, педагог – психолог, социальный педагог, классные руководители студенческих групп, воспитатели общежития, руководители волонтерского движения
Соисполнители Программы	<ul style="list-style-type: none"> – Межмуниципальный отдел Министерства внутренних дел Российской Федерации «Южноуральский»; – Комиссия по делам несовершеннолетних и защите их прав администрации ЮГО; – Муниципальное учреждение здравоохранения «Южноуральская центральная городская больница»; – Управление культуры, спорта, туризма, семейной и молодежной политики ЮГО; – Комплексный центр социальной защиты населения ЮГО; – Отдел опеки и попечительства ЮГО и Увельского района; – Общественные организации ЮГО: Молодая гвардия партии «Единая Россия», Молодежный совет
Нормативно – правовая база Программы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Конституция Российской Федерации. 2. Федеральный закон Российской Федерации от 24 июня 1999 г. № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних». 3. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2010 г. № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию». 4. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ». 5. Письмо Минобрнауки России от 18.01.2016 № 07-149 «О направлении методических рекомендаций по профилактике суицида». 6. Концепция демографической политики Российской Федерации на период до 2025 г., утвержденная Указом Президента Российской Федерации от 9 октября 2007 г. №1351. 7. Письмо Минобрнауки России от 14 января 2013 года № 08-13 «О типовой модели психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса, направленного на профилактику

	<p>суицидального поведения обучающихся».</p> <p>8. Информационное письмо Минобрнауки России от 26.01.2000г. № 22-06-86 «О мерах по профилактике суицида среди детей и подростков».</p> <p>9. Информационное письмо Минобрнауки России от 29.05.2003г. № 03-51-102ин/22-03 «О мерах по усилению профилактики суицида среди детей и подростков».</p> <p>10. Письмо Рособрнадзора от 20.09.2004 г. № 01-130/07-01 «О мерах по профилактике суицида среди детей и подростков».</p>
Заказчик Программы	ГБПОУ «Южноуральский энергетический техникум»
Разработчик Программы	Педагог – психолог
Сроки реализации	учебный год
Цели Программы	обеспечение системного, комплексного, скоординированного психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса, направленного на профилактику суицидального поведения обучающихся техникума
Задачи Программы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Организация психолого-педагогического сопровождения обучающихся. 2. Создание уровневой профилактики суицидального поведения среди обучающихся в техникуме. 3. Повышение уровня психологических знаний и психологической культуры о причинах и признаках суицидального поведения всех участников образовательного процесса.
Источники финансирования Программы	Средства областного бюджета, выделенные на выполнение государственного задания. Средства от иной, приносящей доход, деятельности
Ожидаемый результат попыток	<ul style="list-style-type: none"> – создание комфортного психологического климата для обучения в техникуме, обеспечение социальной и психологической защиты подростков и молодежи, снижение количества дезадаптированных подростков и молодежи; – выявление на ранней стадии групп несовершеннолетних, попавших в трудную жизненную ситуацию; – предотвращение осложнений их жизненных случаев путем своевременного включения их в программу оказания помощи; – снижение количества обучающихся с суицидальным риском, предупреждение суицидальных попыток, рецидивов и возникновений осложнений.

1. АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОГРАММЫ

Последние годы Российская Федерация занимает первое место в Европе по количеству самоубийств среди детей и подростков, шестое место в мире по числу суицидов среди всех возрастов (после Литвы, Южной Кореи, Казахстана, Беларуси и Японии). За последние годы количество детских суицидов и попыток самоубийств увеличилось на 35-37%. Всего же в период с 1990 по 2020 гг. в России было зарегистрировано около 800 тысяч самоубийств [2].

Наибольшая частота суицида наблюдается у подростков и молодежи в возрастном диапазоне 15-35 лет. У этой категории суицидентов на одну смерть приходится до 200 нереализованных суицидальных попыток [2].

В последние годы в Челябинской области снизилось количество суицидов. В 2009 году зарегистрировано 244 таких факта и 27 из них со смертельным исходом, в 2010 году – соответственно 204 и 22, в 2011 – 176 и 19, в 2012 – 140 и 14, в 2013 году – 102 и 19. В 2014 году совершено 110 попыток суицида, 24 из которых закончились смертью несовершеннолетних. Число зафиксированных попыток суицида в Челябинской области выросло с 64 в 2020 году до 65 в 2022 году. Но благодаря работе, которую совместно проводят ответственные органы и службы, завершённые суициды происходят реже: в 2020 году их было 26, в 2021 — 22, в 2022 году — 17.

Прокуратура провела анализ случаев подросткового суицида. Самоповешения составили 67% от числа самоубийств, 25% - гибель в результате высотных травм. При суицидальных попытках применялись медикаментозные отравления – 55% (преимущественно среди девушек), самопорезы – 41%. В возрасте до 14 лет свели счеты с жизнью или пытались это сделать 10 подростков, 14 - 17 лет – 100. У юношей количество самоубийств составило 58 процентов, суицидальных попыток – 17 процентов.

Что толкает детей на отчаянный шаг? После разбора ситуаций в нашем регионе выделили пять главных причин:

- нарушены детско-родительские взаимоотношения, особенно когда к детям предъявляются завышенные требования;
- длительное употребление алкогольных напитков в семье;
- буллинг в учебном заведении, который часто подогревается в социальных сетях;
- особенности развития психоэмоциональной сферы, органические поражения центральной нервной системы;
- несуйцидальное самоповреждающее поведение (в 2022 году – 21 такая попытка).

Отягощающими факторами риска суицида в большинстве случаев специалисты называют В связи с этим перед каждой образовательной организацией остро стоит вопрос организации предупредительных мер системной работы, которые бы способствовали профилактике суицидального поведения обучающихся.

Психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса, направленное на профилактику суицидального поведения обучающихся — это,

прежде всего, предупреждение возникновения проблем развития личности, профилактика рискованного поведения, помощь в решении актуальных задач социализации (учебные трудности, нарушения эмоционально-волевой сферы, взаимоотношениями со сверстниками, педагогами и родителями) и т.п.

Техникум обладает рядом возможностей для профилактической работы, а именно:

1) оказывает большое влияние на формирование и развитие личности обучающегося;

2) имеет доступ к семье обучающегося и механизмы воздействия на семейную ситуацию;

3) обладает квалифицированными специалистами, способными обеспечить профилактические мероприятия.

2. ПРИНЦИПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Организация профилактической работы в техникуме, осуществляется на основе следующих принципов:

- *принцип индивидуального подхода к обучающимся*, на основе безоговорочного признания его уникальности и ценности;

- *принцип гуманистической направленности*, предполагает отбор и использование личностно-ориентированных методов психолого-педагогического взаимодействия;

- *принцип комплексности* подразумевает самоорганизацию различных специалистов, всех участников учебно-воспитательного процесса в решении проблемы профилактики суицидального поведения;

- *принцип активной позиции обучающегося*, при котором главным становится научить его решать проблемы самостоятельно, создать условия для становления способности обучающегося к саморазвитию;

- *принципы коллегиальности и диалогового взаимодействия* обуславливают совместную деятельность субъектов психолого-педагогического сопровождения в рамках единой системы ценностей на основе взаимного уважения и коллегиального обсуждения проблем, возникающих в ходе реализации программы.

3. СОДЕРЖАНИЕ ОСНОВНЫХ ПОНЯТИЙ

Акцентуация характера – чрезмерное усиление отдельных черт характера и их сочетаний, представляющих крайние варианты нормы.

Группа риска – категория подростков более других склонная совершать аморальные или уголовно наказуемые поступки.

Деадаптация – психическое состояние, возникающее в результате несоответствия социопсихологического или психофизиологического статуса ребенка требованиям новой социальной ситуации. Различают патогенную, психическую, социальную деадаптацию детей и подростков.

Деморализация – моральное разложение, утрата нравственных критериев,

упадок духа, дисциплины.

Деструкция – разрушение, деструктивное разрушающее поведение, противоположное конструктивное поведение.

Истинная попытка суицида – акт, потенциально направленный против себя и совершенный с присутствием желания уйти из жизни.

Краудсорсинг (англ. crowdsourcing, crowd – "толпа" и sourcing – "использование ресурсов") - передача определенных функций неопределенному кругу лиц. Решение общественно значимых задач силами множества подготовленных добровольцев. Самый яркий пример краудсорсинга - интернетная Википедия.

Несуицидальные самоповреждающее поведение – наносимые себе повреждения, не поддерживаемые желанием уйти из жизни с целью привлечения внимания, снятия напряжения или улучшения самочувствия.

Прерванная попытка суицида – не состоявшаяся в силу внешних обстоятельств истинная попытка суицида.

Ригидность (от лат. Rigidus – жесткий, твердый) – затрудненность, (вплоть до полной неспособности) в изменении намеченной субъектом программы деятельности в условиях, объективно требующих ее перестройки).

Сензитивность – повышенная чувствительность человека к происходящим событиям, обычно сопровождается повышенной тревожностью, боязнью новых ситуаций, людей, всякого рода испытаний.

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.

Фрустрация (от лат. Frustratio – обман, тщетное ожидание, расстройство, неудача) – психическое состояние, возникающее вследствие реальной или воображаемой помехи, препятствия достижению цели. Одной из защитных реакций при фрустрации является агрессивность ребенка. Зачастую причиной

описанных состояний являются унижения и оскорбления со стороны родителей, учителей.

Эмпатия (греч. Empatheia – сопереживание) – постижение эмоциональных состояний другого человека в форме сопереживания.

4. СИСТЕМА ПРОГРАММНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

Целевые группы:

1. Специалисты (педагоги, медицинские работники, педагоги-психологи, социальные педагоги).
2. Родители (законные представители)
3. Обучающиеся, нуждающиеся в психолого-педагогическом сопровождении:
 - первокурсники в период адаптации к новым условиям образовательного процесса;
 - выпускники в период подготовки и сдачи ГИА;
 - обучающиеся, имеющие трудности в освоении программы обучения;
 - обучающиеся с социально-педагогической запущенностью и отклоняющимся поведением;
 - обучающиеся из неблагополучных семей;
 - обучающиеся с особыми образовательными потребностями;
 - группы обучающихся в случае возникновения ситуации межличностного конфликта.

Методы и приемы работы

- *диагностические*: использование пакета педагогических и психологических скрининговых методик для экспресс – выявления детей «групп риска» в условиях техникума;
 - *развивающие и коррекционные*: тренинги, деловые игры, тематические недели, посвященные здоровью, толерантности, психологии, акции и др.;
 - *организационные*: педагогические советы, консилиумы, семинары, обсуждения в групповых дискуссиях, круглые столы, родительские собрания;
 - *информационные*: памятки, стендовая информация, информационные листы, буклеты, ИКТ.
- Программа предполагает реализацию следующих этапов работы по сопровождению обучающихся, находящихся в кризисной ситуации:
- *диагностический этап* - фиксация сигнала проблемной ситуации, осознание сути проблемы и потенциальных возможностей решения;
 - *поисковый этап* - сбор необходимой информации о путях и способах решения проблемы, доведение этой информации до всех участников проблемной ситуации;
 - *консультативно-проективный этап* - обсуждение возможных вариантов решения проблемы, анализ позитивных и негативных сторон разных

решений, прогноз эффективности, выбор различных методов, построение плана решения проблемы, распределение обязанностей по его реализации, определение последовательности действий, уточнение сроков исполнения;

- *деятельностный* (внедренческий) этап - реализация плана;
- *рефлексивный этап* - осмысление результатов деятельности психолого-педагогического сопровождения по решению той или иной проблемы.

Программа предполагает включение следующих подпрограмм педагога-психолога:

1. Просветительская программа для педагогических работников.
2. Коррекционная программа для обучающихся группы «риска» в рамках реализации вторичной и третичной профилактики.
3. Коррекционно-развивающая программа для обучающихся.
4. «Родителям студентов» просветительская программа для родителей/законных представителей.

Основные направления психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса, направленного на профилактику суицидального поведения обучающихся:

1. Информационно-аналитическое направление

Задача – психологическое сопровождение образовательного процесса, направленного на профилактику суицидального поведения обучающихся на основании данных мониторинга, наблюдений за психофизиологическим и эмоциональным состоянием обучающихся и педагогов, за эффективностью учебно-воспитательных мероприятий, в том числе и с использованием компьютерных технологий и возможностей Интернета.

Содержание:

- постоянный мониторинг психолого-педагогического статуса каждого обучающегося;
- выявление образовательных потребностей участников образовательного процесса;
- систематизация психолого-педагогических материалов;
- сбор, накопление, анализ и обобщение психолого-педагогической информации.

Формы реализации:

- ведение базы данных по всем возрастным категориям обучающихся;
- хранение, обработка и интерпретация результатов индивидуальных и групповых обследований обучающихся;
- ведение документации педагога-психолога;
- планирование диагностической, коррекционной и развивающей работы.

2. Диагностическое направление

Задача – получение своевременной и достоверной информации об индивидуально-психологических особенностях обучающихся, выявление возможностей, интересов, способностей, определение причин нарушений в

обучении, поведении и развитии обучающихся с применением пакета психологических скрининговых методик для экспресс выявления обучающихся группы риска по суицидальному поведению.

Содержание:

- диагностика особенностей личности и поведения;
- диагностика мотивационной сферы и динамики ее развития;
- диагностика эмоционально-волевой сферы (уровень тревожности, активности, актуальные страхи, уровень тревожности) и динамики ее развития, влияния эмоционального состояния на процесс обучения, удовлетворенности различными сторонами образовательного процесса;
- диагностика личностной сферы (самооценка, потребность в достижении, уровень коммуникации, ценностные ориентации) и динамики ее развития.

Формы реализации:

- обследование обучающихся нового набора;
- мониторинг адаптации обучающихся к условиям обучения в техникуме;
- мониторинг личностных и поведенческих проблем;
- углубленная психологическая диагностика обучающихся группы «риска».

5. Коррекционно-развивающее направление

Задача – обеспечение условий для продуктивного психического развития и становления личности, реализации возрастных и индивидуальных возможностей, а также личностного роста и профессионального становления; ослабление, снижение или устранение отклонений в физическом, психическом и нравственном развитии обучающихся, профилактика риска суицидального поведения.

Содержание:

- коррекция межличностных отношений в группах;
- содействие преодолению дезадаптивных периодов;
- формирование социально-поведенческих навыков;
- реализация специальных психолого-педагогических программ сопровождения обучающихся, входящих в группу особого внимания

Формы реализации:

- тренинги;
- развивающие занятия;
- индивидуальные и групповые коррекционные занятия;
- консультации обучающихся и родителей/ законных представителей.

6. Профилактическое направление

Задача – предупреждение девиантного и делинквентного поведения, алкоголизма и наркомании, социальной дезадаптации обучающихся, а также возникновения суицидального поведения у подростков и молодежи.

Содержание:

- формирование ценности жизни и здоровья;
- ориентирование обучающихся на здоровый образ жизни;
- развитие навыков здорового образа жизни;
- пропаганда общечеловеческих ценностей и толерантности;
- формирование и развитие коммуникативных навыков.

Формы реализации:

- лекции, семинары, тренинги, классные часы;
- мастер-классы, тренинги для педагогов и родителей/ законных представителей;
- мониторинг отношений внутри педагогического коллектива, комфортности образовательной среды;
- индивидуальные беседы с обучающимися, педагогами, родителями/ законными представителями.

7. Консультационное направление

Задача – оказание помощи обучающимся, педагогам и родителям по вопросам организации психолого-педагогического сопровождения профилактики суицидального поведения обучающихся.

Содержание:

- консультирование обучающихся по вопросам, связанным с обучением, развитием, личностным и профессиональным становлением, ценности жизни и здоровья, особенностям взаимоотношений со взрослыми и сверстниками;
- консультирование руководителей и педагогов по вопросам развития, обучения, воспитания и образования обучающихся;
- консультирование родителей и членов семей по вопросам воспитания, семейных и межличностных взаимодействий.

Формы реализации:

- групповые консультации (по плану);
- консультации по запросу.

8. Просветительское направление

Задача – повышение уровня психологических знаний и психологической культуры всех участников образовательного процесса, формирование у субъектов психологического сопровождения потребности в самопознании, саморазвитии, самосовершенствовании.

Содержание:

- распространение психологических знаний;
- формирование психологической культуры.

Формы реализации:

- педагогические советы;
- родительские собрания;
- тематические вечера;

- дискуссионные клубы;
- тренинги;
- классные часы.

Программа психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса, направленного на профилактику суицидального поведения обучающихся, включает в себя несколько профилактических уровней: общей, первичной, вторичной и третичной профилактики.

Уровни профилактики суицидального поведения обучающихся в техникуме

1 Уровень - Общая профилактика

Цель: повышение групповой сплоченности студенческого и педагогического коллективов, оптимизация психологического климата в техникуме.

Таблица 1

Алгоритм работы на этапе общей профилактики суицидального поведения обучающихся в техникуме

Педагог-психолог	Зам. директора по ВР, соц.педагог	Классный руководитель	Воспитатели общежития
1. Изучение и анализ социально - психологического портрета вновь прибывшего в техникум контингента	1. Составление социального паспорта	1. Изучение и составление социальной карты на обучающихся групп	1. Изучение и составление социального портрета обучающихся, проживающих в общежитии
2. Информирование педагогического коллектива и руководителей техникума о результатах психологического обследования вновь прибывшего контингент	2. Корректировка плана воспитательной работы техникума (если требуется)	2. Реализация программы адаптации студентов нового набора, изучение вновь прибывшего контингента, предупреждение дезадаптации в новых учебных условиях.	Организация воспитательной и досуговой работы в общежитии с учетом рекомендаций психолога
		Организация учебной и воспитательной работы в группе с учетом рекомендаций психолога	
3. Индивидуальная работа с классными руководителями первых курсов по анализу социально-психологического портрета групп, выдача рекомендации по взаимодействию с обучающимися группы.	3. Организация работы кружков, спортивных секций	3. Организация активной деятельности, содействие активизации личностных ресурсов	Привлечение студентов к участию в работе кружков и спортивных секций, в подготовку и проведение внеурочных и внеучебных мероприятий.
		Привлечение студентов к участию в работе кружков и спортивных секций, в подготовку и проведение воспитательных и досуговых мероприятий.	
4. Наблюдение за развитием адаптационного периода в учебных группах	4. Контроль реализации программы адаптации обучающихся нового набора	4. Формирование с обучающимися доверительных отношений путем бесед с целью установления более близкого контакта и оказания помощи и поддержки	
5. Мероприятия на сплочение учебных групп и построения эффективного командного взаимодействия.	5. Организация работы совета профилактики, совета классных руководителей групп, старостата	5. Включение в планы воспитательной работы мероприятия по сплочению коллектива группы и их реализация	5. Организация работы совета общежития, проведение досуговых мероприятий
		Организация работы органов студенческого самоуправления	

6. Проведение мероприятий по оптимизации психологического климата в техникуме	6. Организация сотрудничества с субъектами профилактики по сопровождению несовершеннолетних	6. Проведение мероприятий по оптимизации психологического климата в студенческом коллективе (групповых и индивидуальных); создание психологически безопасной и комфортной среды, способствующей хорошему настроению, высокой работоспособности, психогигиеническому комфорту.
7. Организация заседания комиссии по урегулированию конфликтов, внедрение технологий и программ примирительных встреч; - обучение медиаторов (волонтеров) из числа обучающихся оказанию помощи сверстникам; - Организация сотрудничества и социального партнерства с общественными объединениями, религиозными и другими организациями с целью профилактики суицидального поведения - Привлечение государственных органов для оказания помощи и защиты законных прав и интересов несовершеннолетних.	7. Организация бесед, диспутов по темам: - развитие уверенности в себе - навыков успешного взаимодействия с окружающими - конструктивные стратегии выхода из конфликтных ситуаций; - способы преодоления проблем; - безопасный интернет; - моя семья; - первая любовь; - здоровый образ жизни и др.	
8. Организация работы, направленной на раннее выявление и профилактику семейного неблагополучия, социально опасного положения и трудной жизненной ситуации.		

2 Уровень - Первичная профилактика суицидального поведения.

Цель: предупреждение потенциально возможных ситуаций, связанных с суицидальной проблематикой в техникуме

Таблица 2

Алгоритм работы на этапе первичной профилактики суицидального поведения обучающихся в техникуме

Педагог-психолог	Заместитель директора по ВР, соц.педагог	Классный руководитель	Воспитатели общежития
1. Информирование педагогов и родителей в области распознавания маркеров суицидального риска, путях действия в кризисных ситуациях.	1. Организация сотрудничества и социального партнерства с субъектами профилактики, общественными объединениями и организациями	1. Повышение компетентности в предупреждении и решении проблем суицидального поведения обучающихся	1. Осуществление мероприятий по ограничению доступа к возможным средствам суицида
2. Углубленная психологическая диагностика, с целью выявления обучающихся группа «риска»	2. Составление списка обучающихся, входящих в группу «риска»	2. Информирование педагога-психолога и заместителя директора по ВР техникума о выявлении факторов суицидального риска у обучающихся	
3. Консультирование обучающихся, по необходимости с привлечением специалистов центров	3. Проведение инструктажа сотрудников общежития о порядке оперативного информирования в случае суицидального поведения подростка	3. Оперативное информирование заместителя директора по ВР и психолога по выявленным психотравмирующим ситуациям в группе	3. Оперативное информирование заместителя директора по ВР и психолога по выявленным психотравмирующим ситуациям в общежитии
4. Проведение индивидуальных и групповых занятий (целевые группы)	4. Организация контроля посещаемости занятий и пропусков без уважительной причины, оказание помощи в освоении образовательных профессиональных программ		
5. Разработка и	5. Реализация программ индивидуального психолого-педагогического		

реализация программ индивидуального психолого-педагогического сопровождения	сопровождения несовершеннолетних, состоящих в группе суицидального риска
6. Работа с семьей подростка, попавшего в трудную жизненную ситуацию или испытывающего кризисное состояние	6. Взаимодействие с семьей подростка с учетом рекомендаций психолога. Организация работы с родителями по профилактике суицидального поведения несовершеннолетних.
7. Разработка информационных буклетов для родителей и педагогов (как распознать острое кризисное состояние, пути действия).	7. Широкое распространение информации среди обучающихся и их родителей о «Телефонах доверия», Акция «Телефон доверия в моем мобильном»; Информирование родителей о возможности направить сообщение в роскомнадзор о наличии в сети Интернет противоправной информации способов совершения самоубийства, а также призывах к совершению самоубийства.

3 Уровень - Вторичная профилактика суицида

Цель: предотвращение суицидальных действий, снятие острого кризиса.

Таблица 3

Алгоритм работы на этапе вторичной профилактики суицидального поведения обучающихся в техникуме

Педагог-психолог	Педагогические работники и администрация техникума
<p>Первоочередные (начальные) задачи при незначительном риске суицида:</p> <ul style="list-style-type: none"> - предлагает эмоциональную поддержку - прорабатывает суицидальные чувства - фокусирует внимание на сильных сторонах - направляет к психотерапевту - устанавливает долгосрочные отношения <p>Задачи при наличии риска средней степени</p> <ul style="list-style-type: none"> - предлагает эмоциональную поддержку - прорабатывает суицидальные чувства - укрепляет желание жить (через амбивалентные чувства) - обсуждает альтернативы суициду - направляет к психиатру как можно скорее - связывается с семьей, друзьями <p>Задачи при наличии высокого риска суицида</p> <ul style="list-style-type: none"> - не оставляет ни на минуту одного - при возможности удаляет орудия самоубийства - немедленно связывается с психиатром или опытным врачом, вызывает «скорую помощь» и организывает госпитализацию - информирует семью <p>Для педагогов организует индивидуальные и групповые консультации, целью которых будет разработка стратегии взаимодействия с данным обучающимся на период преодоления кризисной ситуации.</p> <p>Для родителей — индивидуальные консультации.</p>	<p>Необходимо привести обучающегося к педагогу-психологу в случае, если вы заметили изменения в поведении, такие как:</p> <ul style="list-style-type: none"> - снижение активности (апатия) - участвовавшие прогулы - избегание общения с людьми - злоупотребление спиртным и наркотиками - изменение режима дня (ночное бодрствование и сон днем) - повышенная конфликтность, раздражительность не свойственная ранее - резкое изменение настроения (слезы, веселость, эйфория) - высказывание мыслей о суициде, философствование по поводу загробной жизни, прослушивание музыки на тему смерти - уход в неформальные группы (эмо, готы и др.) - состоит в закрытых группах смерти сети-интернет; <p>Отчисление студентов группы суицидального риска, без консультации педагога-психолога недопустимо.</p>

4 Уровень - Третичная профилактика

Цель: организация и проведение мероприятий, снижающих последствия и уменьшающие вероятность парасуицида, социальная и психологическая реабилитация суицидента и его социального окружения.

В первую очередь адресатом этого профилактического уровня становятся обучающиеся, совершившие попытку суицида. Важно серьезно относиться к подобным действиям, так как при условии сохранения источника боли (фрустрации, конфликта и т.п.) обучающийся может предпринять вторую попытку «бегства» от проблемы.

При организации третичных профилактических мероприятий в техникуме после совершения фатального суицида большое значение имеет помощь знакомым самоубийцы в преодолении боли и для предотвращения подражания и имитации. Социальное окружение суицидента как правило, испытывает вину после случившегося, считая, что не услышали зов о помощи, не смогли предотвратить самоубийство.

Цель подобных диалогов — дать возможность юношам и девушкам (педагогам, включенным в ситуацию) поговорить об умершем, снять запрет на обсуждение причин самоубийства, предотвратить его последующую идеализацию и романтизацию.

Если самоубийство официально признается причиной смерти, тогда в уведомлении о причине смерти в студенческой среде (особенно задающих вопросы) должно звучать слово «самоубийство», а не «несчастный случай» или «неизвестная причина смерти». Однако ни в коем случае не должно быть упоминания средств совершения самоубийства.

В психотравмирующей ситуации при выраженных признаках психологического неблагополучия экстренная психологическая помощь должна оказываться как обучающимся, пережившим травматическое событие, и их родителям, так и в виде психологической поддержки, педагогам, руководителям колледжа.

Возможные реакции окружающих на известие о произошедшем суициде:

- Шоковые состояния, связанные с тревогой, растерянностью.
- Тревожно-фобические реакции (содержательно связанные и не связанные с событием).
- Подавленность, тоска, чувство вины.
- Агрессия, раздражение.
- Актуализация старых, непроработанных проблем.
- Усиление антивитаальных переживаний и аутоагрессивного поведения.
- Психосоматические реакции (вегетативные реакции, нарушения работы желудочно-кишечного тракта, сердечно-сосудистой системы, проблемы с дыханием).

Алгоритм работы на этапе третичной профилактики суицидального поведения обучающихся в техникуме

Педагог-психолог	Педагогические работники и администрация техникума
<ol style="list-style-type: none"> 1. Определение типа постсуицидального состояния несовершеннолетнего. 2. На основании результата разработка шагов социально-психологического сопровождения (в том числе необходимость обращения к врачам). 3. Участие в работе ПМПК по суицидальному случаю. 4. Организация групповой работы с одноклассниками суицидента (дебрифинг). 5. Включение друзей суицидента в групповую работу с целью восстановления навыков адаптации (коммуникативный тренинг или тренинг фрустрационной толерантности). 6. Организация консультаций для включенных в случай педагогов, родителей и сверстников. 7. Мониторинг состояния несовершеннолетнего (методы опроса, наблюдения и интервью). 8. В случае необходимости, психолог участвует в психологическом обеспечении траурных мероприятий, что позволяет оценить эмоциональное состояние участников церемонии и оказать им экстренную психологическую помощь. 9. В целях локализации распространения слухов психологу необходимо совместно с администрацией техникума подготовить грамотно составленную информацию по происшествию. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Сообщить психологу о происшествии. Информировать психолога об особенностях суицида. 2. Администрации техникума содействовать психологу в немедленном выявлении обучающихся и педагогических работников, состоящих с суицидентам в близких отношениях. 3. При проведении следственных мероприятий на территории техникума необходимо психологическое сопровождение участников образовательной среды, задействованных в этих мероприятиях. 4. Администрации учреждения обеспечить явку на консультацию к педагогу-психологу обучающихся и педагогических работников, состоящих с суицидентам в близких отношениях. 5. В 1-2 день после известия о происшествии организовать групповое занятие в группе, которой учился суицидент. Ведущий группы психолог. Участвует педагог, классный руководитель, социальный педагог, зав.отделением. 6. Педагогу, классному руководителю, в чьих группах обучающиеся, состоящие с суицидентом в близких отношениях, вести целенаправленное наблюдение за их эмоциональным состоянием в течение 2 месяцев. 7. Друзьям и обучающимся должно быть разрешено посещение похорон, но ограничить их участие во избежание вторичной психологической травматизации. 8. Недопустимо уверять в причастности к самоубийству окружающих подростков. 9. Продолжать работу с друзьями суицидента на протяжении всего срока, пока они нуждаются в помощи, поддерживая в них надежду на облегчение в будущем. 10. Недопустимо принятие каких-либо

	мер по отношению к друзьям суицидента (отчисление, выселение из общежития).
--	---

Групповое обсуждение травматического события позволяет оценить наличие явной или потенциальной угрозы для жизни как для самого человека, находящегося в кризисном состоянии, так и его окружения, упорядочить полученную информацию, выстроить последовательность произошедших событий (абсолютный хаос в порядок).

Обучающиеся во время проводимой психологом беседы могут лучше понять произошедшее, понять погибшего (его проблемы, «пусковые» факторы, послужившие последней каплей, глубину отчаяния, его чувства), отреагировать свои чувства, повысить взаимопонимание и доверие между обучающимися, адаптироваться после случившегося, формировать позитивное будущее, вернуть чувство самообладания, утраченное равновесие. На равновесие влияют несколько взаимодополняющих факторов: реалистическое восприятие события; наличие адекватной поддержки (социальных ресурсов); адекватный механизм разрешения проблемы. Следует не избегать пугающего опыта, а находить ресурс для преодоления и дальнейшего развития (стали взрослее, ответственнее).

Важно информировать обучающихся об имеющихся экстренных и кризисных психологических службах в городе, области, телефонах доверия (рассказать, для чего они существуют, как работают, оставить их номера телефонов). После группового занятия, на основе наблюдения и беседы, педагог-психолог приглашает нуждающихся в психологической помощи на индивидуальную консультацию с целью уточнения степени воздействия травматического события и преодоления его.

9. ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Интегративным результатом реализации Программы профилактики суицидального поведения должно стать создание комфортной развивающей образовательной среды, обеспечивающей высокое качество образования, духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, а также гарантирующей охрану и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся.

В результате обучения в техникуме у выпускников должны быть сформированы следующие личностные результаты (ЛР):

- признание высокой ценности жизни во всех ее проявлениях;
- уважение к личности и ее достоинству, доброжелательное отношение к окружающим, нетерпимость к любым видам насилия и готовность противостоять им;
- уважение к ценностям семьи, признание ценности здоровья, своего и других людей, оптимизм в восприятии мира;
- потребность в самовыражении и самореализации, социальном признании;
- умение вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения и принятия;
- умение конструктивно решать конфликты; готовность и способность к выполнению моральных норм;
- умение строить жизненные планы с учетом конкретных социально-исторических, политических и экономических условий.

Достижение данных результатов способствует обеспечению психологического и социального благополучия обучающихся, развитию их личностного потенциала и предупреждению различных форм суицидального поведения.

10. СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Письмо Минобрнауки России от 18.01.2016 № 07-149 «О направлении методических рекомендаций по профилактике суицида».
2. Письмо Минобрнауки России от 14 января 2013 года № 08-13 «О типовой модели психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса, направленного на профилактику суицидального поведения обучающихся».
3. Асламазова Л.А. Организация мероприятий по профилактике суицидального поведения несовершеннолетних в образовательных организациях: Методические рекомендации для специалистов образовательных организаций, осуществляющих профилактику суицидального поведения несовершеннолетних Л.А. Асламазова, Н.В. Гриценко, А.Н. Сафонова // – Майкоп: издатель А.А. Григоренко, 2016.
4. Артамонова Е.Г. Подростки «цифрового поколения»: штрихи к портрету // Образование личности. – 2017. - № 4. – с.28-34.
5. Алгоритм действий для педагогов по раннему выявлению и реагированию на деструктивное поведение несовершеннолетних, проявляющееся под воздействием информации негативного характера, распространяемой в сети Интернет. – М.: ФГБУ «Центр защиты прав и интересов детей», 2020. – 31с.
6. Визель Т.Г. Девиантное поведение подростков. Теории и эксперименты // Т.Г. Визель, Л.В. Сенкевич, В.А. Янышева, А.К. Железнова. - Тула, 2007.
7. Ворсина О.П. Суицидальное поведение детей и подростков: Методические рекомендации //О.П. Ворсина, С.В. Дианова, Е.П. Чернигова. - Иркутск, 2014.
8. Методические рекомендации по профилактике суицидального поведения учащихся образовательных организаций: сборник материалов /авторы-сост. 2-ого издания: О.О. Олифер, М.Ю. Бондарева, Садовская Т.А., Сунцова А.А., Беляк Н.В. – Хабаровск: КГБОУ «Краевой центр психолого-медико-социального сопровождения», 2015. – 168с. Издание 2-ое дополненное.

-

**ПЛАН РАБОТЫ
ПО ПРОФИЛАКТИКЕ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ
В ГБПОУ «ЮЖНОУРАЛЬСКИЙ ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЙ ТЕХНИКУМ»
НА 2023/2024 УЧЕБНЫЙ ГОД**

№ п/п	Содержание работы	Сроки исполнения	Ответственные
I. Организационно-методическое обеспечение			
1.	Исследование социального статуса обучающихся и их семей (проведение социально – педагогического мониторинга, составление социального паспорта)	сентябрь – октябрь 2022	Педагог-психолог, социальные педагоги
2.	Исследование психологического климата в семье, изучение личных дел обучающихся, посещение на дому обучающихся, относящихся к «группе риска», находящихся в социально опасном положении	в течение года	Педагог-психолог, социальные педагоги, классные руководители
3.	Изучение социально-психологического климата, уровня адаптации в студенческих группах (наблюдение на уроках и во внеурочной среде)	в течение года	Классные руководители, педагог-психолог, социальные педагоги
4.	Проведение психологического обследования обучающихся с целью определения динамики их психологического состояния, уровня конфликтности, нервно-психической неустойчивости и социальной изоляции (с использованием диагностического инструментария: тест Личко ПДО, опросник Айзенка, опросника «Склонности к отклоняющемуся поведению» по методике А.Н. Орла, опросник суицидального риска в модификации Т.Н. Разуваевой и пр.), составление заключений для проведения психолого-педагогического консилиума (приложение 1, 4)	октябрь-ноябрь 2022 апрель – май 2023	Педагог-психолог
5	Проведение областного социально-психологического тестирования обучающихся на предмет немедицинского употребления психотропных веществ и деструктивного поведения	октябрь 2022	Педагог-психолог
6.	По итогам психологического обследования обучающихся проведение педагогических консилиумов для выявления «группы риска» и обучающихся, находящихся в социально опасном положении	ноябрь 2022 май 2023	Классные руководители, педагог-психолог, социальные педагоги

6.	Посещение обучающихся «группы риска», находящихся в социально-опасном положении по месту проживания, в общежитии техникума	в течение года	Классные руководители, педагог-психолог, социальные педагоги
7.	Организация контроля и учета несовершеннолетних, не посещающих или систематически пропускающих занятия по неуважительным причинам, своевременное информирование ОПДН (приложение 7)	постоянно	педагог-психолог, социальные педагоги, классные руководители
8.	Информирование полиции, прокуратуры, ОПДН, КДН и ЗП, органа опеки и попечительства о выявленных случаях дискриминации, физического и психического насилия, оскорбления, грубого обращения с несовершеннолетними	постоянно	педагог-психолог, социальные педагоги, классные руководители
9.	Формирование банка данных, методической литературы, материалов по профилактике подросткового суицида	в течение года	Педагог-психолог
10.	Размещение информации о работе телефонов доверия, служб, способных оказать помощь в сложной ситуации, на стендах и официальном сайте техникума	в течение года	Педагог-психолог
11.	Организация работы вкладки педагога-психолога на сайте техникума. Мониторинг социальных сетей ВКонтакте на предмет принадлежности к деструктивным группам	в течение года	Педагог-психолог
12.	Работа комиссии урегулирования конфликтных ситуаций среди обучающихся, обучающихся и родителей, обучающихся и педагогических работников	в течение года	педагог-психолог социальные педагоги воспитатели общежития
II. Работа с обучающимися			
13.	Исследование уровня адаптации обучающихся 1-ых курсов в рамках подготовки к психолого-педагогическому консилиуму	октябрь-ноябрь 2022	Педагог-психолог
14.	Тренинговые занятия, направленные на пропаганду осознанного поведения в сети Интернет и на повышение медиабезопасности «Безопасность в сети Интернет»	ноябрь-декабрь 2022	Педагог-психолог
15.	Классные часы, дискуссии с обучающимися: «О проблеме суицида среди несовершеннолетних», обзор документов Уголовный кодекс РФ (ст.117 «Истязание», ст.110 «Доведение до самоубийства», ст.131-134 о преступлениях сексуального характера), для родителей: административный кодекс РФ (ст.164 «О правах и обязанностях родителей»), нормативные документы о профилактике безнадзорности и правонарушений	ноябрь 2022 апрель 2023	Педагог-психолог

	несовершеннолетних, о защите их прав и т.п.		
16.	Профилактическая акция в рамках Всемирного дня предотвращения самоубийств (10 сентября 2022 г.) «Сделаем жизнь цветной»	сентябрь 2022	Педагог-психолог, социальные педагог
17.	Тренинговые занятия по профилактике суицидального поведения «Как прекрасен этот мир» для обучающихся 1-3 курсов	октябрь 2022 июнь 2023	Педагог-психолог
18.	Тренинговые занятия по профилактике суицидального поведения «Жизнь прекрасна» для обучающихся 1-2 курсов, для обучающихся, проживающих в общежитии	ноябрь 2022 март 2023	Педагог-психолог
19.	Тренинговые занятия по профилактике конфликтных форм поведения «Тренинг бесконфликтного поведения» для обучающихся 1-3 курсов, для обучающихся, проживающих в общежитии	сентябрь 2022 январь 2023 апрель 2023	Педагог-психолог
20.	Тренинговые занятия по профилактике агрессивных форм поведения «Берем агрессию под контроль» для обучающихся 1-2 курсов	февраль 2023	Педагог-психолог
21.	Проведение тренинговых занятий на групповое сплочение «Мы одна команда» с обучающимися 1-го курса, с обучающимися, проживающими в общежитии	октябрь 2022	Педагог-психолог
22.	Проведение «Недели психологии»	апрель 2023, по отдельному плану	Педагог-психолог
23.	Проведение недели правовых знаний	ноябрь 2022, по отдельному плану	Педагог-психолог
24.	Социально - психологические тренинги «Саморазвитие личности», «Жизнь по собственному выбору», «Люди, значимые для меня», «Как справиться с плохим настроением», «Мотивы наших поступков» и т.д.	в течение года	Педагог-психолог
25.	Вовлечение обучающихся в спортивные секции, творческие объединения (волонтерское движение, студенческое самоуправление), в кружки, секции и другие творческие объединения, работающие по месту жительства обучающихся	в течение года	педагог-организатор, преподаватели физической культуры, воспитатели общежития
26.	Профилактические беседы с обучающимися, проживающими в общежитии по профилактике суицидального поведения: «Конструктивное разрешение конфликтов»; «Стресс и стрессовые ситуации» и пр.	1 раз в семестр	педагог-психолог
27.	Составление и реализация индивидуальных планов профилактической работы с обучающимися «группы риска», состоящими на учете в ОПДН	в течение года	Педагог-психолог
28.	Организация трудоустройства и отдыха несовершеннолетних, состоящих на различных	в течение года	педагог-психолог, социальные педагоги

	видах учета, детей сирот, из малообеспеченных семей, многодетных, а также подростков находящихся в социально опасном положении, трудной жизненной ситуации		
III. Работа с родителями (законными представителями)			
29.	Выступление на родительских собраниях по вопросам профилактики эмоционального неблагополучия, суицидальных намерений у подростков, обеспечения безопасности несовершеннолетних по следующим темам: «Конфликты с собственным ребенком и пути их решения»; «Первые проблемы подросткового возраста»; «Почему ребенок не хочет жить?»; «Ложь и правда о суициде» для родителей (законных представителей) обучающихся (приложение 2, 3, 5, 6)	в течение года	педагог-психолог, социальные педагоги
30.	Проведение индивидуальных и групповых консультаций по вопросам оказания социальной, правовой, медицинской помощи для нуждающихся семей	в течение года	педагог-психолог, социальные педагоги
31.	Консультативная психологическая помощь семьям и подросткам в целях предупреждения у обучающихся нервно-психических расстройств, профилактики суицидов	в течение года	Педагог-психолог, социальные педагоги
32.	Проведение консультативной помощи родителям (законным представителям) во время подготовки и проведения экзаменов	май 2023	Педагог-психолог
33.	Разработка и распространение памяток для родителей (законных представителей) по профилактике суицидального поведения	в течение года	Педагог-психолог
IV. Работа с педагогическим коллективом, обмен педагогическим опытом			
34.	Рассмотрение вопросов профилактики суицидального поведения на Советах профилактики, педагогических советах	1 раз в квартал	педагог-психолог
35.	Подготовка методических материалов для классных руководителей учебных групп, воспитателей общежития, родителей по профилактике суицидального поведения	1 раз в квартал	Педагог-психолог
36.	Разработка и издание информационно-образовательных материалов (брошюры, буклеты, памятки) по вопросам суицидального поведения среди молодежи в помощь классным руководителям групп, воспитателям общежития	1 раз в квартал	Педагог-психолог
37.	Выступление на инструктивно-методических совещаниях классных руководителей и воспитателей общежития по вопросу суицидального поведения среди молодежи	1 раз в квартал	педагог-психолог, социальные педагоги

38.	Оказание методической помощи классным руководителям, преподавателям и воспитателям общежития по профилактике суицидального поведения (по запросу)	в течение года	педагог-психолог, социальные педагоги
39.	Участие и выступление в городских и областных мероприятиях, направленных на формирование ценностей и смысла человеческой жизни, взаимопомощи, взаимовыручки	в течение года	педагог-психолог социальные педагоги воспитатели общежития
40.	Анализ проделанной работы в течение года, подготовка документации по итогам работы, планирование на следующий учебный год	1 раз в полугодие	педагог-психолог, социальные педагоги
V. Межведомственное взаимодействие			
41.	Организация взаимодействия со специалистами КДН и ЗП, ОПДН МВД России по г. Южноуральску, Областного наркологического диспансера г. Челябинска, МУ «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» г. Южноуральска, Областной центр диагностики и консультирования г. Челябинск, Научно-исследовательский центр мониторинга и профилактики деструктивных проявлений в образовательной среде ЧИРПО	в течение года	педагог-психолог социальные педагоги воспитатели общежития
42.	Организация совместной работы инспекторов ОПДН, социальных педагогов Отделения помощи семье и детям МБУ «Центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей» г. Южноуральска, классных руководителей по патронажу семей подростков, состоящих на учете в полиции и внутреннем педагогическом учете, а также семей, находящихся в социально опасном положении и трудной жизненной ситуации	По мере необходимости	Педагог-психолог, социальные педагоги, кл. руководители, Специалисты служб

Таблица диагностических методик для выявления несовершеннолетних с признаками суицидального поведения

Скрининг – диагностика суицидального риска	Методы диагностики личностных особенностей несовершеннолетнего и его дезадаптации		Исследование ценностно-смысловой сферы личности	Диагностика ДРО как фактора суицидального поведения подростков
1. Опросник «Предварительная оценка состояния психического здоровья» (Н.В. Краснов)	1. Карта наблюдений (Д. Стотт)	1. Многофакторный личностный опросник (Р. Кеттелл) (форма С)	1. Методика диагностики смысложизненных ориентаций (Дж. Крамбо, Л. Махолик)	1. Анкета «Моя семья»
2. Карта риска суицида (Л.Б. Шнейдер)	2. Методика определения склонности к отклоняющемуся поведению (А.Н. Орел)	2. Методика «Индиктор копинг-стратегий» (Д. Амирхан)	2. Методика изучения ценностных ориентаций (М. Рокич)	2. Методика диагностики родительского отношения (ОРО) (А.Я. Варга, В.В. Столин)
3. Тест выявления суицидального риска у детей (А.А. Кучер, В.П. Костюкевич)	3. Цветовой тест (М. Люшер)	3. Опросник способов Совладания (Р. Лазарус, С. Фолкман)	3. Тест смысложизненных ориентаций (Д.А. Леонтьева)	3. Методика «Детско-родительские отношения подростков» (ДРОП) (П. Трояновская)
4. Опросник суицидального риска (Т.Н. Разуваева)	4. Патохарактерологический диагностический опросник (ПДО) (А.Е. Личко, Н.Я. Иванов)	4. Методика диагностики показателей и форм агрессии (А. Басс, А. Дарк)		4. Методика «Взаимодействие родитель-ребёнок» (ВРР) (И.М. Марковская) (вариант для подростков и их родителей)
5. Методика определения степени риска совершения суицида (И.А. Погодин)	5. Опросник депрессии (А. Бек)	5. Тест фрустрационной толерантности (С. Розенцвейг)		5. Опросник «Подростки о родителях» (ПОР) (Л.И. Вассерман, И.А. Горьковская, Е.Е. Ромицина)
6. Карта «Факторы наличия кризисной ситуации у обучающегося»	6. Методика «Нарисуй историю» (Р. Сильвер)	6. Шкала тревоги (Ч.Д. Спилбергер)		
	7. Опросник социально-психологической адаптации (К. Роджерс, Р. Даймонд)	7. Методика диагностики уровня школьной тревожности (Б.Н. Филлипс)		

Рекомендации взаимодействия с несовершеннолетним, если он склонен к суицидальному поведению или имел в прошлом попытки суицида

1. Не отталкивайте его, если он решил разделить с вами свои проблемы, даже если вы потрясены сложившейся ситуацией. Помните, что подростки с суицидальными наклонностями редко обращаются за помощью к профессионалам.
2. Доверьтесь своей интуиции, если вы чувствуете суицидальные наклонности в данном подростке. Не игнорируйте предупреждающие знаки.
3. Не предлагайте того, чего не в состоянии гарантировать. Например, «конечно, твоя семья тебе поможет».
4. Дайте знать, что хотите ему помочь, но не видите необходимости в том, чтобы хранить все в секрете, если какая-то информация может повлиять на его безопасность.
5. Сохраняйте спокойствие и не осуждайте.
6. Говорите искренне. Постарайтесь определить, насколько серьезна угроза. Знайте, что вопросы о суицидальных мыслях не всегда приводят к попыткам покончить счеты с жизнью. На самом деле подросток может почувствовать облегчение от осознания проблемы.
7. Постарайтесь узнать, есть у него план действий. Конкретный план - знак реальной опасности.
8. Убедите подростка в том, что непременно есть такой человек, к которому можно обратиться за помощью.
9. Не предлагайте упрощенных решений типа «Все, что Вам сейчас необходимо, так это хорошо выспаться, на утро Вы почувствуете себя лучше».
10. Покажите подростку, что хотите поговорить о чувствах, что не осуждаете его за эти чувства.
11. Помогите подростку управлять кризисной ситуацией и дайте понять, что сильный стресс мешает полностью осознать ситуацию. Ненавязчиво посоветуйте найти некое решение.
12. Помогите найти людей или места, которые могли бы снизить переживаемый стресс. При малейшей возможности действуйте так, чтобы несколько уменьшить давление.
13. Помогите подростку понять, что присутствующее чувство опасности не будет длиться вечно.

Антисуицидальные факторы личности

Антисуицидальные факторы личности – это сформированные положительные жизненные установки, психологические особенности человека, а также душевные переживания, препятствующие осуществлению суицидальных намерений. Чем большим количеством антисуицидальных, жизнеутверждающих факторов обладает человек, в частности, подросток, тем сильнее его «психологическая защита» и внутренняя уверенность в себе, тем прочнее его антисуицидальный барьер.

К антисуицидальным факторам личности относят:

- эмоциональную привязанность к значимым родным и близким;
- выраженное чувство долга, обязательность;
- концентрацию внимания на состоянии собственного здоровья, боязнь причинения себе физического ущерба;
- учёт общественного мнения и избегание осуждения со стороны окружающих, неприятие(осуждение) суицидальных моделей поведения;
- убежденность о неиспользованных жизненных возможностях;
- наличие жизненных, творческих, семейных и других планов, замыслов.

Особенности поведения, свидетельствующие о наличии суицидальных мыслей:

- Смерть и самоубийство как постоянная тема разговоров.
- Предпочтение траурной или скорбной музыки.
- Раздача личных вещей, упаковка вещей, составление завещаний.
- Фантазии на тему о своей смерти.
- Интерес, проявляющийся косвенно или прямо к возможным средствам самоубийства (отравляющие вещества и т. п.).
- Приобретение средств для совершения суицида.
- Приведение в порядок дел, внезапное завершение долгосрочных дел.
- Написание прощальных писем.
- Странное для окружающих «прощальное» поведение с людьми.
- Несвойственная молчаливость или высказывания со скрытым вторым смыслом, связанным со смертью, символические высказывания.
- Особый интерес к тому, что происходит с человеком после смерти.
- Проявление признаков депрессии.

Особенности психоэмоционального состояния:

- Пониженное настроение, глубокая печаль.
- Резкие перепады настроения, повышенная эмоциональная чувствительность и эмоциональная лабильность, раздражительность, слабость, плаксивость.
- Потеря аппетита; переедание.
- Повышенная сонливость; бессонница.
- Снижение энергетического тонуса организма, усталость, недомогание.
- Апатия, потеря интереса к вещам, людям и ситуациям, ранее вызывавшим активный интерес.
- Социальная самоизоляция, отход от друзей, семьи, молчаливость.
- Негативный фон отношения к себе: чувства вины, стыда, растерянности.
- Пессимистическое отношение к будущему, негативное восприятие прошлого.

К словесным признакам относятся:

- Высказывание тяжелых самообвинений, жалобы на собственную беспомощность, безнадежность.
- Прямые высказывания типа «Я не могу этого выдержать», «Я не хочу жить», «Я хочу умереть и умру», «Нет смысла жить дальше».
- Косвенные высказывания типа «Ничего, скоро вы отдохнете от меня», «Он очень скоро пожалеет о том, что отверг меня», «Ничего, скоро все это закончится для меня». Конечно, при этом необходимо учитывать контекст высказывания.
- Прямо и явно говорить о смерти: «Я собираюсь покончить с собой»; «Я не могу так дальше жить».
- Косвенно намекать о своем намерении: «Я больше не буду ни для кого проблемой»; «Тебе больше не придется обо мне волноваться».
- Обилие шуток на тему самоубийства.

Диагностическая работа по выявлению дезадаптации и риска суицидального поведения.

Психологическому уровню эффективности адаптации соответствуют следующие критерии

№	Успешная адаптация	Дезадаптация
1	Эмоциональный комфорт; высокая степень удовлетворённости отношениями с окружающими, социальным статусом, основными формами деятельности, реализацией основных потребностей, самореализацией и пр.	Эмоциональный дискомфорт, низкая степень удовлетворённости отношениями с окружающими, социальным статусом, основными формами деятельности, реализацией основных потребностей, самореализацией и пр.
2	Низкий уровень ситуативной и личностной тревожности	Высокий уровень ситуативной и личностной тревожности
3	Самопринятие, адекватные самооценка и уровень притязаний	Неприятие себя, неадекватные самооценка и уровень притязаний
4	Отсутствие тенденций к невротизации и депрессии	Выраженные невротизация и депрессия
5	Ощущение включённости в деятельность группы	Субъективное ощущение одиночества
6	Высокая степень интеграции со средой, включенность в деятельность группы	Низкая степень интеграции (вплоть до дезинтеграции) со средой
7	Высокий социальный и социометрический статус, высокая эмоциональная экспансивность	Низкий социальный и социометрический статус, низкий уровень эмоциональной экспансивности
8	Самостоятельность в принятии решений, отстаивание своего мнения	Зависимость, конформность
9	Наличие глубоких личностных контактов, широкий круг общения	Отсутствие глубоких личностных контактов, ограниченный круг общения
10	Умение обеспечить свои основные потребности	Неумение обеспечить свои основные потребности
11	Социальная активность	Социальная пассивность, замкнутость
12	Высокие работоспособность и успешность деятельности	Низкие работоспособность и успешность деятельности (иногда – вплоть до дезорганизации)
13	Достаточные коммуникативные навыки, построение отношений с окружающими на основе взаимоуважения, адекватность поведенческих паттернов.	Недостаточные коммуникативные навыки, использование малоадаптивных паттернов поведения (конфликтность, агрессивность, необоснованные лидерские устремления).
14	Относительная стабильность эмоциональной сферы, адекватность аффективных реакций	Быстрая смена настроения, эмоциональная неустойчивость, неадекватность аффективных реакций, чаще – доминирование астенического и депрессивного эмоционального фона
15	Соматическое благополучие	Жалобы на состояние здоровья, быструю утомляемость, нарушение аппетита и т.д.

Развенчание мифов

Предупреждению суицидальных явлений, спасению жизни обучающихся мешают имеющиеся у некоторых педагогических работников представления, мифы-стереотипы на сущность данного феномена.

№	Мифы-стереотипы	Факты
1.	Самоубийства совершаются в основном психически ненормальными людьми.	Это самый распространенный миф. Исследования показывают, что 90-95% человек из числа лишивших себя жизни были практически здоровыми людьми.
2.	Самоубийство невозможно предотвратить. Если человек решил покончить с собой, то никто и ничто не сможет его остановить.	Кризисный период имеет определенную продолжительность, и мысль о суициде у подавляющего числа людей является лишь временной. В этом периоде человек нуждается в душевной теплоте, помощи и поддержке.
3.	Не существует никаких признаков, которые указывали бы на то, что человек решил на самоубийство.	Самоубийству, как правило, предшествует необычное для данного человека поведение. Педагогические работники должны знать данные признаки и уметь видеть «знаки беды», т.е. действия и высказывания, которые служат своеобразным сигналом о готовности к суициду.
4.	Человек, который говорит о самоубийстве, никогда его не совершит.	Большинство людей, совершивших самоубийство, накануне сообщили о своих намерениях друзьям, близким, педагогам, врачам, но их либо не понимали, либо не предавали значения соответствующим высказываниям.
5.	Решение о самоубийстве приходит внезапно, без предварительной подготовки.	Анализ суицидов среди обучающихся показал, что суицидальный кризис может длиться несколько недель и даже месяцев. Да, решение может быть быстрым (от нескольких минут до часов), но фон (база) создается месяцами (неделями).
6.	Если человек совершил попытку самоубийства, он никогда этого не повторит снова.	Если человек совершил неудачную попытку самоубийства, то риск повторной попытки очень высок. Причем наибольшая ее вероятность – в первые один-два месяца после суицида.
7.	Стремление к самоубийству передается по наследству.	Это утверждение никем не доказано. Если в семье были случаи самоубийства или попыток самоубийства, то вероятность их совершения другими членами семьи действительно возрастает. Хотя фатальной зависимости здесь нет.
8.	Если человек говорит о самоубийстве – он пытается привлечь к себе внимание.	Часто говорящие о самоубийстве переживают психическую боль и хотят поставить о ней в известность значимых людей.
9.	Разговоры о суициде могут способствовать его совершению.	Разговор о самоубийстве не является причиной, но может быть первым шагом его предупреждения.

**Анкета для родителей для проведения социологического опроса
с целью изучения отношения родителей к суицидальному поведению в обществе**

1. Возраст _____ Пол: муж жен (нужное подчеркнуть)
2. Возраст Вашего ребенка _____ пол _____
3. Участвуете ли Вы в жизни своего ребенка (совместное время препровождение)?
- а) Каждый день
б) Два, три раза в неделю
в) По запросу ребенка
4. Как Вы считаете, понимаете ли Вы своего ребенка?
- а) Да б) Нет На сколько процентов? 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%
5. Как часто, ваш ребенок находится в ситуации эмоционального напряжения, беспомощности, потери интереса, апатии, чувства потерянности, глубокой печали?
- а) Никогда
б) Редко
в) Иногда
г) Часто
д) Всегда
6. Высказывал ли Ваш ребенок в слух мысли («Все безнадежно и бессмысленно», «Всем было бы лучше без меня!», «Ненавижу всех...», «Вы не понимаете меня!» и т.д.) о попытках причинения себе вреда?
- а) Никогда
б) Редко
в) Иногда
г) Часто
д) Всегда
7. Есть ли друзья у Вашего ребенка?
- а) Мало
б) Как у всех
в) Много
8. Рассказывал ли Вам ваш ребенок о попытках совершения суицида сверстниками?
- а) Никогда
б) Рассказывал
9. Есть ли у Вас возможность беседовать со своим ребенком по душам?
- а) Да б) Нет
- Как часто? (нужное подчеркнуть)
- а) Каждый день
б) Два, три раза в неделю
в) По мере возникновения проблем
10. Знаете ли Вы, что планирует Ваш ребенок, о чем мечтает?
- а) Да б) Нет
11. По вашему мнению, чувствует ли Ваш ребенок себя счастливым?
- а) Никогда
б) Редко
в) Иногда
г) Часто
д) Всегда
12. Как Вы думаете, что толкает людей на то чтобы покончить жизнь самоубийством?
-
13. По вашему мнению, люди имеют право убить себя? Почему?
-
14. На сколько процентов Вы любите жизнь? Спасибо!

КАРТА

психолого-педагогического сопровождения обучающегося

Ф.И. _____ дата рождения _____

Тел. _____

Дата начала контроля _____ причина _____

Место жительства _____

Семейная ситуация (тел.) _____

Успеваемость _____

Статус в группе _____

Сфера интересов _____

Результаты диагностических исследований _____

Рекомендации специалистам:

№	Специалист	Направления работы с несовершеннолетним	ознакомлен
1	Педагог-психолог	Диагностика, инд.и групп. занятия по преодолению сложных жизненных ситуаций, по укреплению и развитию ресурсной сферы (развитии навыков асертивного поведения и саморегуляции, повышение самооценки, обретение жизненных целей и ценностей).	
2	Социальный педагог	Наблюдение, контроль эмоционального фона, выявление фактов семейного неблагополучия, содействие успешной адаптации, формирование круга социальной поддержки, формирование навыков решения жизненных проблем.	
3	Классный руководитель	Наблюдение, контроль эмоционального фона, выявление фактов семейного неблагополучия, содействие успешной адаптации в группе и общешитии, включение во внеучебную деятельность, развитие навыков поведения в конфликтных ситуациях, формирование установки на ЗОЖ, уверенности в собственных силах, активной жизненной позиции	
4	Воспитатели		

Рекомендации родителям: _____

Дата окончания контроля (причина) _____

План профилактических и коррекционно-развивающих мероприятий

Мероприятие	Цель, форма работы	Специалист/ дата проведения
Индивидуальная работа с обучающимся (диагностика, консультации, беседы, инд. коррекционно-развивающая работа)		

Мероприятие	Цель, форма работы	Специалист/ дата проведения
Групповая работа с обучающимися (в коллективе группы, в целевой группе и др.)		

Мероприятие	Цель, форма работы	Специалист/ дата проведения
Работа с семьей (консультации, беседы)		

Мероприятие	Цель, форма работы	Специалист/ дата проведения
Работа Совета профилактики или Антискрипической команды (в случаях необходимости)		

Результативность профилактической и коррекционно-развивающей работы
