

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Гимназия №8»**

Рассмотрено на педагогическом совете протокол №8 от 30.09.2022г.	«Согласовано» заместитель директора по ВР _____ О.В.Прасол 30.09.22г.	«Утверждаю» Директор МБОУ «Гимназия №8» Н.С.Сазонова _____ приказ № 215 от 30.08.22г
--	---	---

**Программа
профилактики суицидального поведения
«Моя жизнь - моя ценность»**

Составитель: Зуева Е.В.
педагог - психолог

Сроки реализации программы:

01.09.2022г. – 29. 05.2023г

Рубцовск, 2022г

Пояснительная записка
Нормативно-правовое обеспечение программы:

Основной перечень **федерального и регионального** уровней

- Конституция РФ,
- Федеральный закон от 21.11.2011 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»,
- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа»,
- Письмо от 24.06.1999 № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних»,
- Письмо Минобразования России от 26.01.2000 №22-06-86 «О мерах по профилактике суицида среди детей и подростков»,
- Письмо Минобразования РФ от 29 мая 2003г. №03-51-102ин/22-03 «О мерах по усилению профилактики суицида детей и подростков»,
- Инструктивное письмо Министерство образования и науки Российской Федерации и Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки от 20.09.2004 № 01-130/07-01,
- Совместный приказ департамента здравоохранения Новосибирской области и департамента образования Новосибирской области от 07.04.2010 г. №674/616

Программа разработана с учетом рекомендаций Типовой модели психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса, направленного на профилактику суицидального поведения обучающихся

Семье и отдельной личности в период жизненных кризисов свойственно искажение субъективного образа мира, т.е., представлений и отношений к себе и к миру в целом. Суицидальные мысли и фантазии в этот момент очень распространены. По данным отчёта Детского фонда ООН за последние годы значительно увеличилось число суицидальных попыток и завершённых самоубийств среди молодежи и даже детей. Уровень самоубийств среди российских подростков в настоящее время является одним из самых высоких в мире. Самоубийство подростков занимает третье место среди ведущих причин смертельных случаев и четвертое среди основных причин потенциальной потери жизни. Анализ материалов уголовных дел показывает, что 62% всех самоубийств несовершеннолетними совершается из-за конфликтов и неблагополучия: боязни насилия со стороны взрослых, бестактного поведения и конфликтов со стороны учителей, одноклассников, друзей, чужестранности 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, внутриличностный конфликт и т.д.

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

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

Задачи программы:

1. Выявление детей, нуждающихся в незамедлительной помощи и защите и оказание экстренной первой помощи, обеспечение безопасности ребенка, снятие стрессового состояния.
2. Изучение особенностей психолого-педагогического статуса каждого учащегося с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих в психическом состоянии, общении, развитии и обучении.
3. Создание системы психолого-педагогической поддержки учащихся разных возрастных групп в воспитательно-образовательном процессе школы так и в период трудной жизненной ситуации.
4. Выявление детей, нуждающихся в незамедлительной помощи и защите и оказание экстренной первой помощи, обеспечение безопасности ребенка, снятие стрессового состояния;
5. Формирование позитивного образа Я, уникальности и неповторимости не только собственной личности, но и других людей.

Участники программы: - учащиеся школы; - педагоги; - родители

Сроки реализации программы: 2022 – 2023 годы

Основные направления деятельности:

1. Работа с детьми и подростками;
2. Работа с педагогами;
3. Работа с родителями.

Принципы реализации программы:

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

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

Уровни реализации программы:

- общая профилактика (обеспечение вовлечения всех учащихся в жизнь школы и предупреждение их школьных трудностей и социальной дезадаптации);

На этом этапе отдельных мероприятий, посвященных тематике самоубийств, нет. Все мероприятия направлены на содействие адаптации ребенка и взрослого в образовательном учреждении.

- специальная профилактика (выявление и сопровождение всех учащихся, нуждающихся в особом педагогическом внимании, проведение с ними работы на индивидуальном уровне)

Важные понятия и характеристики

Основные понятия (гlossарий)

Адаптация социальная — постоянный процесс активного, приспособления к условиям среды социальной, а также результат этого процесса. Социальная адаптация идет непрерывно.

Адаптивное поведение — это приспособительное поведение человека. Оно характеризуется сознательным включением человека в деятельность, активным и добросовестным отношением к делу, проявлением инициативы и высоким эмоциональным самочувствием. Адаптивное поведение воспитывается в процессе и посредством обучения. Успешность его формирования зависит от отношения личности к себе, т.е. самооценки, от отношений между учителем и учеником, от отношений детей в коллективе.

Антисуицидальный потенциал личности — комплекс личностных установок, ценностей, характерологических особенностей, препятствующих формированию суицидального поведения или реализации суицидальных действий.

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

Дидактогения — негативное психическое состояние учащегося, вызванное нарушением

педагогического такта со стороны учителя (воспитателя). Выражается в повышенном нервно-психическом напряжении, страхах, подавленном настроении и т.п. Отрицательно сказывается на деятельности учащихся, затрудняет общение. В основе возникновения дидактогении лежит психическая травма, полученная учеником по вине педагога. Этим объясняется близость симптоматики дидактогении и неврозов у детей, причем дидактогения нередко перерастает в невроз, и в этом случае может возникнуть необходимость в специальном лечении, в частности методами психотерапии.

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

Кризисная психотерапия — набор психотерапевтических приемов и методов, направленных на помощь людям, находящимся в состоянии социально-психологической дезадаптации, обусловленной реакцией на тяжелый стресс, и предназначенных для предотвращения саморазрушительных форм поведения и, в первую очередь, попыток самоубийства (суицидальных попыток).

Негативные отклонения в поведении — система поступков или отдельные поступки, противоречащие принятым в обществе нормам и проявляющиеся в виде несбалансированности психических процессов, неадаптивности, нарушении процесса самоактуализации или в виде отклонения от нравственного и эстетического контроля за собственным поведением.

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

Отклоняющееся (девиантное) поведение (лат. *deviatio* — отклонение) — поступок, деятельность человека, социальное явление, не соответствующие установившимся в данном обществе нормам (стереотипам, образцам) поведения (правонарушения, преступность, пьянство, наркомания, самоубийство, проституция и др.).

Подростковая дезадаптация проявляется в затруднениях в усвоении социальных ролей, учебных программ, норм и требований социальных институтов (семьи, школы и т.д.).

Суицид — умышленное самоповреждение со смертельным исходом, (лишение себя жизни).

Психологический смысл суицида чаще всего заключается в отреагировании аффекта, снятии эмоционального напряжения, ухода от той ситуации, в которой оказывается человек. Люди, совершающие суицид, обычно страдают от сильной душевной боли и находятся в состоянии стресса, а также чувствуют невозможность справиться со своими проблемами.

Суицидальное поведение – это проявление суицидальной активности, выражающейся в мыслях, намерениях, высказываниях, угрозах, попытках, покушениях. Суицидальное поведение встречается как в норме (без психопатологии), так и при психопатиях и при акцентуациях характера – в последнем случае оно является одной из форм девиантного поведения при острых аффективных или патохарактерологических реакциях.

Суицидальное поведение как девиация – это отклоняющееся от различных норм ситуационные поведенческие реакции. Психические состояния, нарушения в развитии личности, приводящие к дезадаптации подростка в социуме и нарушению самоактуализации, принятию себя в силу сложившихся неадекватных паттернов поведения.

Суицидент – человек, совершивший попытку суицида, либо демонстрирующий суицидальные наклонности. Суициденты, как правило, соответствуют дезадаптивному уровню психического здоровья, когда не решаются внутренние проблемы, нарушен баланс между внешним и внутренним миром.

Основное содержание направлений реализации программы

Информационно-аналитическое направление

Задача — психологическое сопровождение образовательного процесса, направленного на профилактику суицидального поведения обучающихся на основании данных мониторинга, наблюдений за психофизиологическим и эмоциональным состоянием учащихся 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 ученика школы;
- выявление образовательных потребностей участников образовательного процесса;
- систематизация психолого-педагогических материалов;
- сбор, накопление, анализ и обобщение психолого-педагогической информации.

Формы реализации:

- ведение личных дел обучающихся;
- хранение, обработка и интерпретация результатов индивидуальных и групповых обследований учащихся;
- ведение документации психолого-педагогической службы;
- планирование диагностической, коррекционной и развивающей работы;
- обеспечение участников образовательного процесса необходимыми документами и информацией учебного и справочного характера.

Диагностическое направление

Задача — получение своевременной и достоверной информации об индивидуально-психологических особенностях учащихся, выявление возможностей, интересов, способностей и склонностей детей, определение причин нарушений в обучении, поведении и развитии учащихся с применением пакета психологических скрининговых методик для экспресс-выявления детей группы риска по суицидальному поведению в условиях образовательных учреждений.

Содержание:

- диагностика особенностей личности и поведения ребенка;
- 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:

- обеспечение адаптации к школе, выявление группы детей, испытывающих различные трудности в обучении, поведении и самочувствии;
- мониторинг личностных и поведенческих проблем младших школьников;
- диагностика уровня готовности учащихся к переходу из одной ступени обучения в другую;
- мониторинг адаптации учащихся к обучению в следующей ступени;
- мониторинг личностных особенностей школьников в период возрастных кризисов.

Коррекционно-развивающее направление

Задача — обеспечение продуктивного психического развития и становления личности, реализация возрастных и индивидуальных возможностей развития, а также личностного роста и профессионального самоопределения; ослабление, снижение или устранение отклонений в физическом, психическом и нравственном развитии школьников, профилактика риска суицидального поведения.

Содержание:

- коррекция межличностных отношений в классах;
- содействие преодолению дезадаптивных периодов в жизни школьников;

- формирование социально-поведенческих навыков;
- реализация специальных психолого-педагогических программ сопровождение детей, входящих в группу особого психологического внимания: «Учимся ценить жизнь!», «Здоровый образ жизни!», «Избавимся от страхов и тревоги», «Победим свои фобии», «Помоги себе сам», «Каждый друг другу психотерапевт» и др.;
- коррекция познавательных процессов: внимания, памяти, мышления.

Формы реализации:

- тренинговая работа с учащимися;
- развивающие занятия;
- индивидуальные и групповые коррекционные занятия;
- консультации ребенка и родителей.

Профилактическое направление

Задача — предупреждение девиантного и деликвентного поведения, алкоголизма и наркомании, социальной дезадаптации детей и подростков, а также возникновения суицидального поведения у подростков и молодежи.

Содержание:

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

Формы реализации:

- лекции, семинары, тренинги для школьников, классные часы;
- мастер-классы, тренинги для педагогов и родителей;
- мониторинг отношений внутри школьных коллективов, комфортности образовательной среды;
- индивидуальные беседы с учениками, педагогами, родителями.

Консультационное направление

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

Содержание:

- консультирование школьников по вопросам, связанным с обучением, развитием, личностным и профессиональным самоопределением, ценности жизни и здоровья, особенностям взаимоотношений со взрослыми и сверстниками;

- консультирование руководителей и педагогов образовательного учреждения по вопросам развития, обучения, воспитания и образования детей и подростков;
- консультирование родителей и членов семей по вопросам воспитания, семейных и межличностных взаимодействий.

Формы реализации:

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

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;
- психолого-педагогический консилиум;
- родительские собрания;
- тематические вечера;
- дискуссионные клубы;
- классные часы.

Социально-диспетчерское направление

Задача — обеспечение получения детьми, их родителями и педагогами социально-психологической помощи, выходящей за рамки компетенции школьной психологической службы с целью предупреждения возникновения проблем развития личности, профилактики рискованного поведения, организации помощи ребенку и его семье в решении актуальных задач социализации (учебные трудности, нарушения эмоционально-волевой сферы, проблемы с выбором образовательного и профессионального маршрута, взаимоотношениями со сверстниками, педагогами и родителями).

Содержание:

- мониторинг социально-психологических проблем учеников, родителей и педагогов;
- организация междисциплинарного (разные дисциплины и учебные предметы) и межведомственного взаимодействия (педагогика, психология, медицина, физиология, этика, культура), поддержание контактов со

специализированными медицинскими, социальными, медицинскими учреждениями с целью профилактики детского суицида и рискованного поведения подростков и молодежи.

Форма реализации: направление субъектов образовательного процесса в специализированные учреждения при выявлении социально-психологических и медицинских проблем.

ПЛАН ПРОГРАММНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

Содержаниеработы	Сроки	Ответственные
Подготовительный этап		
Выявление неблагополучных детей и семей. Методы: • индивидуальные беседы, наблюдение • анкетирование Составление списков.	Постоянно	Зам.директора по ВР, Педагог- Психолог, Соц.-педагог, Кл. руководители
Исследования социального статуса семей учащихся. Составление социального паспорта класса.	Сентябрь- Октябрь	Кл.руководители Соц.педагог
Планирование мероприятий по профилактике суицидального поведения	Сентябрь	Зам. Директора по УВР, Соц.педагог, Педагог-психолог
Формирование социально-психологических карт индивидуального сопровождения обучающихся «группы риска «		Зам. Директора по УВР, Соц.педагог, Педагог-психолог
Основной этап		
Тематические классные часы. Цикл бесед «Я люблю жизнь».	Сентябрь	Кл.руководители.
Выявление учащихся, склонных к суицидальному поведению.	Сентябрь – октябрь (в течении года)	Кл.руководители. Психолог.
Индивидуальные беседы с родителями (по выявленным результатам).	В течение года	Кл.руководители, Педагог-психолог
Определение личностных отклонений подростковоговозраста. Диагностика предрасположенности личности к конфликтномуобщению.	По запросу	Кл.руководители, Педагог-психолог, Соц.педагог
Социально-психологическое тестирование	Сентябрь-октябрь	Кл.руководители, Педагог-психолог, Соц.педагог
Психологические классные часы: «Как научиться жить без драки» -2-4 класс «Я – уникальная и неповторимая личность» (5-6 класс, цель: формирование позитивного отношения к другим людям(толерантности) «Мир глазами агрессивного человека» (7-8 класс) «Подросток и конфликты» (8-9 класс) «Проблема отцов и детей в современном обществе» (8-9класс) «Расскажи мне обо мне» 8-9 класс	Ноябрь Декабрь	Кл.руководители, Педагог-психолог

«Стресс в жизни человека. Способы борьбы со стрессом» (7-9 класс)		
Правовые классные часы: «Уголовная и административная ответственность несовершеннолетних» (7-9 классы); «Права и обязанности учащихся школы» (5-7 классы); «Умей сказать «нет»» (5-9 классы);	Январь Февраль	Кл.руководители, Соц. Педагог.
«Вредные и полезные привычки» (5-9 классы)	В течение года	Классные руководители
Формирование у учащихся позитивного образа (беседы)	В течение года	Классные руководители
Психолого-педагогическая поддержка выпускников в период подготовки к ОГЭ и ЕГЭ	Январь -апрель	Педагог-психолог
Заключительный этап		
Тематические классные собрания	В течение года	Кл. руководители, психолог
Цикл родительских собраний по предупреждению детского суицида «Как прекрасен этот мир...» 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»; «Капля никотина убивает верблюда»; «Серьезный мир несерьезных подростков»; «Про «Это»...» (подростковая сексуальность); «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»;	В течение года Зам. директора по ВР Педагог-психолог Соц. Педагог	

«Правовые основы семейного воспитания: права и обязанности родителей и детей»; «Курение и статистика»; «Давайте будем учиться вместе со своими детьми» Дискуссионный клуб для родителей «От отчаяния к надежде».		
Проведение индивидуальных профилактических мероприятий с семьями социальногориска. (Группа риска)	В течение года	Кл.руководители Соц. педагог
Подведение итогов по реализации программы	Декабрь	Зам. директора по ВР Педагог-психолог Соц. Педагог

Список литературы

1. А.Г.Абрумова Профилактика суицидального поведения. Методические рекомендации. М., 1980.
2. Алиев И.А. Актуальные проблемы суицидологии. - Баку –1987г.,289с.
3. Арефьева Т. Социологический этюд. М., 1998. 205с.
4. Манелис Н. Психологический климат в классе // Школьный психолог, 2001, №10, 12, 16, 19.
5. Дюркгейм Э. Самоубийство. Социологический этюд // М.: Мысль, 1994г.,480с.
6. Красненкова И.П. Качество веры как решающий аргумент в решении проблемы преодоления сознательного суицида. // "Идея смерти в российском менталитете". – СПб: Изд-во "Русский гуманитарный христианский институт", 1999г.
7. Сладков Л.С. Плюс минус жизнь. М.: Молодая гвардия, 1990г.,269с.
8. Трегубов Л, Вагин Ю. Эстетика самоубийства. - Пермь, 1993г., 319с.
9. Осипова О.С. Девиантное поведение: благо или зло?// Социс.-1998.-№ 9.
10. Смедович С.Г. «Самоубийство в зеркале статистики»//Сицис.,1990, №4.
11. Ланцова Л.А., Шурупова М.Ф. Социологическая теория девиантного поведения// Социально-политический журнал. – 1993.-№4.
12. Иванов В.Н. Девиантное поведение: причины и масштабы//Социальнополитический журнал.-1995.№2.
13. Горин К. Самоубийство...Убийство? // Газета "Аргументы и факты" - 1996- № 17.
14. Гуревич П.С. О жизни и смерти// Жизнь земная и последующая. Сборник. М.,Политиздат,1991.