

ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ
администрации г. Полярные Зори с подведомственной территорией
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА ПОЛЯРНЫЕ ЗОРИ
«ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА № 3 ИМЕНИ Д.К. БУЛГАНИНА»

П Р И К А З

29.12.2020

№ 421

Об утверждении программы профилактики
суицидального поведения обучающихся
МБОУ ООШ №3 на 2021-2025 годы

С целью предотвращения суицидальных попыток среди обучающихся разных возрастных групп в МБОУ ООШ №3 и на основании решения педагогического совета (протокол №5 от 05.11.2020 года)

П Р И К А З Ы В А Ю:

1. Утвердить программу (далее Программа) профилактики суицидального поведения обучающихся МБОУ ООШ №3 на 2021-2025 годы (Приложение)
2. Заместителю директора по ВР Садиловой Т.А.:
 - 2.1 довести содержание данной Программы до сведения педагогических работников в срок до 31.01.2021 года;
 - 2.2 проводить анализ реализации Программы на заседаниях МО классных руководителей, МС, педагогических советах.
3. Классным руководителям и учителям-предметникам при планировании воспитательной работы в классах руководствоваться данной Программой.
4. Контроль за исполнением данного приказа возложить на заместителя директора по ВР Садилову Т.А.

Директор МБОУ ООШ № 3

Л.С. Орлова

С приказом ознакомлена:

Т.А. Садилова

Программа профилактики суицидального поведения обучающихся МБОУ ООШ №3 на 2021 – 2025 годы

Пояснительная записка

1. Содержание проблемы и обоснование необходимости её решения программными методами

Семье и отдельной личности в период жизненных кризисов свойственно искажение субъективного образа мира, т.е. представлений и отношения к себе и 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 данных показывает, что основными причинами суицидального поведения детей являются:

- сложные взаимоотношения и конфликты с педагогами,
- социально-психологическое состояние,
- межличностные отношения,
- неблагоприятные семейно-общественные условия жизни детей,
- отсутствие поддержки в морально-духовном росте и понимания проблем ребенка со стороны родителей.

Серьезную обеспокоенность сегодня вызывает снижение возрастной границы среди детей, совершающих самоубийство.

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.

В этой связи необходимо проведение работы педагогического коллектива по профилактике суицидального поведения учащихся школы.

2. Основные цели и задачи программы

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

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

Поставленная цель достигается за счёт решения следующих **задач**:

- 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.

3. Принципы реализации программы:

- Принцип ценности личности, заключающийся в самоценности каждого участника образовательного процесса.
- Принцип уникальности личности, состоящий в признании индивидуальности каждого участника образовательного процесса.
- 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.

4. 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.
- Профилактическая работа со всеми учащимися школы.
- Работа с неблагополучными семьями.
- Просветительская работа с родителями учащихся.

5. Содержание основных понятий.

Покушение на самоубийство – это однородная деятельность человека, не закончившаяся летальным исходом по различным обстоятельствам.

Социализация – двуединый процесс: с одной стороны, это *внешнее* для человека влияние на него со стороны общества его социальных институтов и общественной атмосферы, нравственных норм и культурных ценностей, образа жизни людей; с другой – это *внутреннее*, личностное освоение каждым человеком такого влияния в процессе социального становления.

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

Суицид – самоубийство, намеренное лишение себя жизни. Самоубийство и примыкающий к нему более широкий ряд феноменов агрессии 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.

6. Ожидаемый результат.

Организованная таким образом работа позволит осуществлять социальную и психологическую защиту детей, снизить количество детей с девиантным поведением и избежать суицидальных попыток, организовать работу по оптимизации взаимоотношений в детско-родительской среде. Также позволит продуманно планировать готовность действовать в острых кризисных ситуациях, периодах преодоления последствий ситуаций кризиса, пост кризисного сопровождения

О мерах профилактики суицида среди детей и подростков.

Изучение проблемы суицида среди молодежи показывает, что в целом ряде случаев подростки решались на самоубийство в целях обратить внимание родителей, педагогов на свои проблемы и протестовали таким страшным образом против бездушия, безразличия, цинизма и жестокости взрослых. Решаются на такой шаг, как правило, замкнутые, ранимые по характеру подростки от ощущения одиночества, собственной ненужности стрессов и утраты смысла жизни. Своевременная психологическая поддержка, доброе участие, оказанное подросткам в трудной жизненной ситуации, помогли бы избежать трагедии. Напряжения, ухода от той ситуации, в которой волей -неволей он оказывается.

Больше всего самоубийств регистрируется весной, когда человеческие несчастья контрастируют с цветением окружающей природы. Тусклые краски зимы в какой-то мере гармонируют с душевной подавленностью, но между мрачными переживаниями «Я» и яркими днями весны возникает явный контраст. Исторически неврозы весной отождествлялись с издревле существовавшими празднованиями сева, сопровождавшимися весельем и радостью. Резкое несоответствие весеннего радующегося мира и отчаянного состояния души может провоцировать самоубийства. Как писал американский поэт Томас Эллиот, «Апрель — самый жестокий месяц». Уровень суицидов в апреле выше примерно на 120%, чем среднегодовой.

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.

При изучении суицидального поведения следует различать следующие типы:

Демонстративное поведение.

При демонстративном поведении способы суицидального поведения чаще всего проявляются в виде *порезов вен, отравления неядовитыми лекарствами, изображения повешения*

Аффективное суицидальное поведение.

При аффективном суицидальном поведении чаще прибегают к *попыткам повешения, отравлению токсичными и сильнодействующими препаратами.*

Истинное суицидальное поведение.

При истинном суицидальном поведении чаще прибегают к *повешению.*

Предсуицидальный синдром.

Психологический симптомокомплекс, свидетельствующий о надвигающемся суицидальном акте, т. е. этап суицидальной динамики, длительность которого составляет от нескольких минут до нескольких недель и месяцев, наблюдается чаще у старших подростков и взрослых в случае наличия тенденции к суицидальным актам в сложных ситуациях.

Дети - суициденты чаще лишены родительского внимания и заботы, в 75 % их родителей разведены или проживают отдельно, часто дети проживают в интернатах или с приемными родителями.

Как заметить надвигающийся суицид. признаками эмоциональных нарушений являются:

Внешний вид и поведение	<ul style="list-style-type: none">• Тоскливое выражение лица (скорбная мимика)• Гипопомия• Амимия• Тихий монотонный голос• Замедленная речь• Краткость ответов• Отсутствие ответов• Ускоренная экспрессивная речь• Патетические интонации• Причитания• Склонность к нытью• Общая двигательная заторможенность
-------------------------	--

	<ul style="list-style-type: none"> • Бездеятельность, адинамия • Двигательное возбуждение
Эмоциональные нарушения	<ul style="list-style-type: none"> • Скука • Грусть • Уныние • Угнетенность • Мрачная угрюмость • Злобность • Раздражительность • Ворчливость • Брюзжание • Неприязненное, 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
Психические заболевания	<ul style="list-style-type: none"> • Депрессия • неврозы, характеризующиеся беспричинным страхом, внутренним напряжением и тревогой • маниакально-депрессивный психоз • шизофрения
Оценка жизни собственной	<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)

	<ul style="list-style-type: none"> • 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"> • Улучшение состояния к вечеру • Ухудшение состояния к вечеру

Психодиагностика суицидального поведения.

Почти каждый, кто всерьез думает о самоубийстве, так или иначе, дает понять окружающим о своем намерении. Самоубийства часто не возникают внезапно, импульсивно, непредсказуемо или неизбежно. Они являются последней каплей в чаше постепенно ухудшающейся адаптации. Среди тех, кто намерился совершить суицид, от 70 до 75 % тем или иным образом раскрывают свои стремления. Иногда это будут едва уловимые намеки; часто же угрозы являются легко узнаваемыми. Очень важно, что 3/4 тех, кто совершает самоубийства, посещают врачей, психологов, педагогов, работников социальных служб, до этого по какому-либо поводу в течение ближайших недель и месяцев. Они ищут возможности высказаться и быть выслушанными. Однако очень часто врачи, соцработники и семья не слушают их.

Суицидальными людьми, в целом, часто руководят амбивалентные чувства. Они испытывают безнадежность, и в то же самое время надеются на спасение. Часто желания за и против суицида настолько уравновешены, что если близкие в эти минуты проявят теплоту, заботу и проницательность, то весы могут наклониться в сторону выбора жизни. Поэтому очень важно знать во время беседы с суицидальным человеком об особых ключах и предостерегающих признаках самоубийства.

Различают склонности к суицидальному поведению в зависимости от типа личности. Так, приводится статистика, что в 36% суициды совершают истероиды, в 33% - инфантильные эмоционально лабильные субъекты, и в 13% - у субъектов отмечались астенические черты.

Диагностика предсуицидального синдрома имеет важное профилактическое значение. Лица, находящиеся в предсуицидальном периоде, нуждаются в индивидуальной, групповой и (или) семейной психотерапии. Особую практическую значимость имеет анализ факторов, удерживающих детей от самоубийства. К их числу относят отсутствие психических заболеваний, протекающих с депрессивными расстройствами; лучшая интегрированность в семье; когнитивное функционирование, не достигшее уровня конкретного или формального мышления, наличие культуральных и духовно-религиозных факторов, делающих суицид менее приемлемым или табулирующих его, проведение индивидуализированной терапии, направленной на купирование травматизации и избирательно адресующейся к слабым сторонам акцентуированной или психотической личности (сенситивность, склонность к депрессивным состояниям у шизоидов и циклоидов).

Роль педагога в работе с суицидальными детьми

Многие будут правы, если скажут: такие дети нуждаются в помощи специалистов. Нагружать неискушенного педагога работой с суицидентами - значит поставить его в сложную ситуацию: помочь нужно, но нет необходимых знаний. Начнем с того, что отведем педагогу свою роль в работе с такими подростками. Эту роль можно обозначить так: помощь в своевременном выявлении таких детей и первичная профилактика.

Помощь педагога в заблаговременном выявлении таких детей может выразиться в том, что часто общаясь с ребенком, он может увидеть признаки проблемного состояния: напряжение, апатию, агрессивность и т.п.

Педагог может обратить внимание школьного фельдшера, родителей, администрации школы на этого подростка. Старшему подростку он может предложить разъяснительную беседу, в которой пояснит, что видит его состояние и советует обратиться к психологу, психотерапевту, так как оно требует работы специалиста.

Даже такая роль педагога приносит свои плоды. Важно лишь педагогу вложить в такую работу немного искреннего сочувствия и душевного тепла.

Рекомендации для учителей и психологов

1. Наблюдайте за изменениями в поведении ребенка, пережившего стрессовую ситуацию. В первые недели обычно отмечаются тенденция к уходу, агрессивность, гнев, нервозность, замкнутость, невнимательность. Относитесь к этому с терпением, никогда не показывайте своего удивления. Не действуйте вопреки ребенку.

2. Если ребенок хочет поговорить, найдите время выслушать его. Это не всегда легко сделать, и все же попытайтесь. Объясните ребенку, что вы хотите поговорить с ним, выберите удобное для этого время. При разговоре слушайте не только ушами, но и глазами, сердцем. Обнимите ребенка, возьмите его за руку. Прикосновение имеет для ребенка огромное значение. Это позволяет ребенку почувствовать, что вы заботитесь о нем и в любое время готовы помочь ему.

3. Старайтесь быть в контакте с родителями. Ребенок быстро почувствует связь между вами и его семьей, и это создаст у него ощущение безопасности. Обсуждайте с родителями изменения в поведении ребенка, в его привычках.

Что можно сделать для того, чтобы помочь

- Подбирайте ключи к разгадке суицида.
- Примите суицидента как личность.
- Установите заботливые взаимоотношения.
- Будьте внимательным слушателем.
- Не спорьте.
- Не предлагайте неоправданных утешений.
- Предложите конструктивные подходы.
- Вселяйте надежду.
- Не оставляйте человека одного в ситуации высокого суицидального риска.
- Обратитесь за помощью к специалистам.

Циклограмма мероприятий по реализации программы:

Содержание работы	Сроки	Ответственный
Совместная работа с педагогическим коллективом		
Выявление и реабилитация несовершеннолетних и их семей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации.	В течение года	Кл. руководители Зам. директора по ВР
Составление базы данных по социально-неблагополучным семьям.	сентябрь	Зам. директора по ВР
Проведение индивидуальных профилактических мероприятий с семьями социального риска.	В течение года	Кл. рук-ли Зам. директора по ВР
Оказание посильной юридической помощи семьям, находящимся в трудной жизненной ситуации.	По запросу	Зам. директора по ВР
Информационная и организационно - посредническая помощь семьям, находящимся в социально – опасном положении: содействие в получении статуса многодетной, малоимущей семьи, помощь в оформлении опеки над несовершеннолетним.	В течение года (по запросу)	Зам. директора по ВР

Проведение рейдов «Поддержка» по семьям учащихся группы риска.	ежемесячно	Кл.рук-ли Зам. директора по ВР
Заседание Совета по профилактике	1 раз в четверть, остальное время по мере необходимости	Зам. директора по ВР
Участие в организации оздоровления и отдыха во внеурочное время детей из неблагополучных и малообеспеченных семей.	Каникулярное время	Зам. директора по ВР
Организация работы с педагогами по профилактике профессионального выгорания.	В течение года	Зам. директора по ВР
Проведение занятий из повышения эмоциональной устойчивости педагога	Один раз в четверть	психолог
Информирование педагогов по теме «Возрастные психолого-педагогические особенности подростков»	сентябрь	Зам. директора по ВР, психолог
Информирование педагогов по теме «Причины подросткового суицида. Роль взрослых в оказании помощи подросткам в кризисных ситуациях»	В течение года	Зам. директора по ВР, психолог
Повышение психолого-педагогической компетенции всех участников УВП.	В течение года	Зам директора по ВР.
Работа с обучающимися		
Психологические классные часы: <ul style="list-style-type: none"> • «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.) • «Подросток и конфликты» (8-9 класс) • «Проблема отцов и детей в современном обществе» 8-9 классы.) • «Стресс в жизни человека. Способы борьбы со стрессом» (8-9 класс) • «Способы саморегуляции эмоционального состояния» (9 класс) 	В течение года (по запросу)	Кл. рук-ли, психолог, родители.
Классные часы по безопасной работе в сети Интернет - «Безопасность в сети Интернет», - Игромания – это серьезно» - «Развлечения и безопасность в Интернете», - «Темная сторона Интернета» - «Как обнаружить ложь и остаться правдивым в Интернете», «Остерегайся мошенничества в Интернете» Беседы на уроках информатики : «Безопасность при работе в Интернете», «О личной безопасности в Интернет», «Сетевой этикет», «Этика сетевого общения», «Форумы и чаты в Интернет» Организация и проведение конкурса детских работ: «Мой безопасный Интернет» с номинациями: Плакат, рисунок.	В течение года	Классные руководители
Правовые классные часы:	В течение года	Зам. директора по

<ul style="list-style-type: none"> • «Уголовная и административная ответственность несовершеннолетних» (7-9 классы); • «Права и обязанности учащихся школы» (5-7 классы); • «Пивной фронт. За кем победа?» (7-9 классы); • «Умей сказать «нет»» (5-9 классы); • «Вредные и полезные привычки» (5-9 классы) 	(по запросу)	ВР
Коммуникативный мини-тренинг «Сердце» (1 класс; цель: снятие тревоги первых дней и месяцев школьной жизни, смягчение процесса адаптации)	сентябрь	Кл. рук-ль, психолог
Занятие «У нас новенький!» (2-4 класс, цель: организация взаимодействия между детьми для знакомства и принятия нового ученика коллективом класса)	сентябрь	Кл. рук-ль, психолог
Игра «Две планеты» для учащихся 5-х классов (цель: обучение позитивному восприятию себя и другого человека)	октябрь	Кл. рук-ль, психолог
Игра «Друзья» для учащихся 2-3 классов (цель: развитие эмпатии, понимания другого, обучение сотрудничеству)	октябрь	Кл. рук-ль, психолог
Акция «Письмо матери» (цель: гармонизация детско-родительских отношений)	ноябрь	Зам.директора по ВР Кл. рук.
Тренинг «Быть уверенным – это здорово!» (цель: формирование навыков уверенного поведения и умения противостоять давлению) 9 класс	декабрь	Кл. рук-ль, психолог
Психолого-педагогическая поддержка выпускников в период подготовки к ГИА	Март-апрель	Кл. рук-ль, психолог
Открытие от одиночества (цель: формирование чувства уверенности в собственных силах, способности справиться с жизненными проблемами самостоятельно, развитие эмпатии)	апрель	Кл. рук-ль, психолог
Комплексная программа первичной профилактики наркозависимости, алкоголизма и табакокурения	По запросу	Кл. рук-ль, психолог, мед. работник
Организация внеурочной занятости обучающихся, привлечение их к занятиям в учреждениях дополнительного образования.	В течение года	Классные руководители
Работа с родителями		
Родительские собрания, лектории: <ul style="list-style-type: none"> • «Безопасность детей в сети Интернет» • «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 лошадь»; 	По плану, по запросу	Психолог, Зам. директора по ВР

<ul style="list-style-type: none"> • «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»; • «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» • Психолого-педагогическое консультирование родителей (законных представителей) по вопросам проблемных (конфликтных) взаимоотношений с детьми. 		
--	--	--

Диагностика

Учащиеся

Исследование социального статуса	ежегодно	Психолог, кл. рук-ль
Исследование уровня адаптации (1, 5 классы)	ноябрь	Психолог, кл. рук-ль
Исследование уровня тревожности(1,5,9 кл)	февраль	Психолог, кл. рук-ль
Исследование уровня агрессии (7,8 кл)	по запросу	Психолог, кл. рук-ль
Определение склонности к девиантному поведению	по запросу	Психолог, кл. рук-ль

Родители

Диагностика родительского отношения в случаях проблемных (конфликтных) взаимоотношений с детьми	по запросу	Психолог, кл. рук-ль
---	------------	-------------------------

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575862

Владелец Орлова Лидия Сергеевна

Действителен с 25.02.2021 по 25.02.2022