


Приложение №1
к постановлению
Комиссии по делам несовершеннолетних
и защите их прав
городского округа Зарайск
№ 1 от 13 января 2022 г.

Утверждаю
Председатель Комиссии по делам
несовершеннолетних и защите их прав
городского округа Зарайск

«13» января 2022 г.

ПРОГРАММА

«Профилактика суицидального поведения несовершеннолетних в городском округе Зарайск Московской области»

1. Пояснительная записка

Программа «Профилактика суицидального поведения несовершеннолетних в городском округе Зарайск Московской области» (далее – Программа) составлена на основе программы «Профилактика суицидального поведения несовершеннолетних в Московской области», утвержденной Постановлением Московской областной комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав № 8 от 24.12.2022 г. (приложение № 3). Программа предназначена для организации профилактической и коррекционной работы по предотвращению суицидальных попыток среди обучающихся муниципальных общеобразовательных организаций городского округа Зарайск, государственных профессиональных образовательных организаций, расположенных на территории городского округа Зарайск, подведомственных Министерству образования Московской области (далее – образовательные организации), создания и поддержания психологических условий, обеспечивающих полноценное психическое и личностное развитие каждого ребенка.

Целевая аудитория: обучающиеся образовательных организаций, их родители/законные представители, педагогические работники.

Ожидаемые результаты:

создание условий, благоприятных для укрепления нравственного и психического здоровья обучающихся (психологического благополучия и психического здоровья обучающихся);

своевременная профилактика и решение проблем, возникающих в психическом состоянии, общении, развитии и обучении;

организация психолого-социально-педагогического консультирования обучающихся, родителей, педагогов;

повышение психологической компетентности родителей в области воспитания и взаимодействия с подростком;

обеспечение социально-педагогической поддержки семьи в формировании личности несовершеннолетнего;

формирование позитивного «образа Я», уникальности и неповторимости собственной личности и личностей других людей;

усвоение обучающимися существующих в обществе социальных норм поведения.

2. Обоснование программы

Представленная Программа разработана в соответствии с Комплексом мер до 2025 года по совершенствованию системы профилактики суицида среди несовершеннолетних, утвержденным распоряжением Правительства Российской Федерации от 26.04.2021 № 1058-р; пунктом 4.3. раздела IV протокола координационного совещания по вопросам проведения профилактических мероприятий по предупреждению суицидального поведения несовершеннолетних, раннего выявления признаков кризисного состояния, совершенствования межведомственного взаимодействия от 23 марта 2021 г. № Д07-13/07п от 09.04.2021 (письмо Департамента государственной политики в сфере защиты прав детей Министерства просвещения Российской Федерации от 21.04.2021 № 07-2180).

Содержание программы определяется требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего и Федерального и государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее – ФГОС). Стандарт ориентирован на становление личностных характеристик выпускника («портрет выпускника школы»). ФГОС содержит ряд важнейших личностных характеристик, формирующих портрет выпускника. В соответствии с ФГОС личностные результаты освоения основной образовательной программы должны отражать принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек.

Психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса, направленное на профилактику суицидального поведения обучающихся включает в себя:

- выявление и предупреждение возникновения проблем развития личности;

- профилактику рискованного поведения, помощь в решении актуальных задач социализации (учебные трудности, нарушения эмоционально-волевой сферы, проблемы со сверстниками, педагогами и родителями);

- формирование бережного, ответственного и компетентного отношения к физическому и психическому здоровью, как собственному, так и других людей.

Актуальность мероприятий в рамках данной программы подтверждают статистические данные о распространении в подростковой и молодежной среде различных социально-негативных явлений и связанных с ними последствий, которые приобретают устойчивый характер и являются социально значимой проблемой нашего общества. Проблема эффективного предупреждения аутодеструктивного поведения может быть решена только при объединении усилий различных ведомств, выступающих в качестве субъектов формирования здорового образа жизни и профилактики на основе активного и эффективного межведомственного взаимодействия.

Программа разработана в соответствии с перечнем законодательных и нормативных правовых актов, регулирующих профилактику суицидального поведения несовершеннолетних.

3. Нормативное правовое обеспечение Программы

Федеральный закон № 124-ФЗ от 24.07.1998 «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;

Федеральный закон № 120-ФЗ от 24.06.1999 «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних»;

Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2010 № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию»;

Постановление Правительства Российской Федерации от 26.10.2012 № 1113 «О единой автоматизированной информационной системе «Единый реестр, доменных имен, указателей страниц сайтов в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и сетевых адресов, позволяющей идентифицировать сайты в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», содержащие информацию, распространение которой в Российской Федерации запрещено»;

Кодекс Российской Федерации № 195-ФЗ от 30.12.2001 «Об административных правонарушениях»;

Комплекс мер до 2025 года по совершенствованию системы профилактики суицида среди несовершеннолетних, утвержденным распоряжением Правительства Российской Федерации от 26.04.2021 № 1058-р;

Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.05.2003 № 03-51-102ин/22-03 «О мерах по усилению профилактики суицида среди детей и подростков»;

Распоряжение Министерства образования Московской области от 28.08.2010, № Р-550 «О проведении индивидуальной профилактической работы обучающимися в муниципальных общеобразовательных организациях Московской области, государственных образовательных организаций Московской области, подведомственных Министерству образования Московской области».

4. Цель и задачи Программы

Цель Программы: предупреждение суицидального поведения обучающихся к образовательных организаций посредством консолидации усилий всех субъектов профилактической работы (администрация образовательной организации, педагоги-психологи, социальные педагоги, классные руководители, педагоги-предметники, родители/законные представители), учреждений, межведомственного взаимодействия (комиссия по делам несовершеннолетних и защите их прав городского округа Зарайск Московской области, подразделение по делам несовершеннолетних ОМВД России по городскому округу Зарайск Московской области, управление образования администрации городского округа Зарайск, МБУ «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Семья», ГБУЗ МО «Зарайская ЦРБ», Зарайское управление социальной защиты населения Министерства социального развития Московской области и другие).

Задачи Программы:

1. Создание в образовательной организации благоприятного климата, позволяющего конструктивно взаимодействовать всем субъектам профилактики на основе своих полномочий и профессиональных компетенций.

2. Оперативное информирование субъектов образовательной организации по вопросам организации и осуществления профилактики суицидального поведения обучающихся (семинары, практикумы, курсы повышения квалификации, советы, совещания и другие).

3. Активное просвещение и оперативное информирование родителей/законных представителей обучающихся по вопросам профилактики суицидального поведения в условиях образовательной организации (знакомство с маркерами кризисного состояния обучающегося, алгоритмы действия в ситуациях суицидального риска, контакты для обращения за помощью и пр.).

4. Своевременное выявление обучающихся группы риска суицидального поведения (в том числе в остром кризисном состоянии) посредством использования адекватного диагностического инструментария (социально-психологическое тестирование, карты наблюдений, мониторинг аккаунтов обучающихся в социальных сетях, мониторинг посещаемости занятий в образовательной организации и пр.) и построение на этой основе индивидуальных маршрутов психолого-педагогического сопровождения.

5. Организация и проведение мероприятий по развитию жизнестойкости и формированию копинг-стратегий на массовом, групповом и индивидуальном уровне, используя ресурсы органов здравоохранения, психолого-педагогических центров, внутренних дел и пр.

5. Принципы, на базе которых реализуется Программа:

принцип системности – предполагает разработку и проведение программных профилактических мероприятий на основе системного анализа актуальной, социальной, наркотической ситуации и статистики суицидов в городском округе Зарайск, в образовательной среде конкретной образовательной организации; включение в профилактическую работу специалистов различных социальных практик, работающих в рамках межпрофессионального и межведомственного взаимодействия;

принцип стратегической целостности – определяет единую стратегию профилактической деятельности, обуславливающую основные стратегические направления и конкретные мероприятия, и акции;

принцип многоаспектности – предполагает формирование у детей и взрослых различных прочных навыков и стратегий адаптивного поведения. Средо-центрированный аспект – формирование систем социальной поддержки (то есть системы социальных институтов, направленных на профилактическую и реабилитационную активность); аспектов профилактической деятельности: личностно-центрированного, поведенчески-центрированного, средо-центрированного. Личностно-центрированный аспект – это система воздействий, направленных на позитивное развитие ресурсов личности.

принцип ситуационной адекватности – означает соответствие профилактических действий реальной социально-экономической, социально-

психологической, наркологической ситуации и статистики суицидов в стране и регионе;

принцип динамичности – предполагает обеспечение непрерывности, целостности, динамичности, постоянства, развития и усовершенствования профилактической деятельности;

принцип эффективного использования ресурсов участников профилактики – означает партнерское межведомственное взаимодействие между государственными и общественными структурами с использованием системы социальных заказов;

принцип легитимности – предполагает реализацию профилактической деятельности на основе принятия ее идеологии и доверительной поддержки большинством населения, не нарушая права человека.

6. Содержание программы

Программа реализуется по следующим направлениям:

- информационно-просветительское;
- диагностическое;
- профилактическое.

В рамках каждого из направлений осуществляется работа со следующими субъектами профилактики в условиях образовательной организации: обучающимися, родителями (законными представителями) несовершеннолетнего, педагогическим коллективом (педагоги-предметники, классные руководители, социальные педагоги, педагоги-психологи, администрация).

I. Информационно-просветительское направление.

1. Работа с обучающимися.

Информирование осуществляется классными руководителями, педагогами-психологами, социальными педагогами и привлеченными специалистами в рамках урочной и внеурочной деятельности и может затрагивать следующие вопросы:

возможность получения психологической помощи в случае возникновения у обучающихся трудностей эмоционального характера, переживаний несовершенства и несостоятельности собственной личности, несоответствия внешности современным стандартам красоты; проблем со своей половой идентичностью, сексуальностью, школьной дезадаптацией, конфликтами с семьей и привычным окружением и пр. (контакты служб психологической помощи, телефоны доверия и пр.);

стратегия поведения в ситуации обнаружения суицидальных намерений кого-то из сверстников;

правовая ответственность за последствия буллинга, распространение запрещенной информации в социальных сетях и пр.

2. Работа с родителями (законными представителями).

Информирование осуществляется администрацией, педагогами-психологами, социальными педагогами и привлеченными специалистами в рамках родительских собраний и может затрагивать следующие вопросы:

цели, особенности и результаты социально-психологического тестирования с целью формирования позитивного отношения к данной процедуре, как ключевой, в рамках выявления обучающихся группы риска;

основные признаки кризисного состояния ребенка и возможности получения психологической помощи в трудных жизненных ситуациях, способах взаимодействия образовательной организации с системами и службами профилактики (контакты служб психологической помощи, адреса медицинских учреждений, телефоны доверия, сайты для получения необходимой информации);

ответственность родителей за неисполнение или ненадлежащее исполнение родителями/иными законными представителями несовершеннолетних обязанностей по содержанию, воспитанию, обучению, защите прав и интересов несовершеннолетних.

информация о рисках употребления психоактивных веществ.

3. Работа с педагогическим коллективом образовательной организации.

Информирование осуществляется администрацией, педагогами-психологами, социальными педагогами и привлеченными специалистами и может затрагивать следующие вопросы:

алгоритм организации и осуществления профилактической работы в образовательной организации;

алгоритмы поведения педагогического коллектива в ситуации суицидального происшествия с обучающимся образовательной организации;

основные маркеры кризисного состояния обучающихся;

деструктивные сообщества, в том числе суицидального характера, в которые могут быть вовлечены обучающиеся.

II. Диагностическое направление.

1. Работа с обучающимися

Диагностические мероприятия осуществляются педагогами-психологами, классными руководителями, социальными педагогами и связаны со следующими направлениями:

выявление обучающихся группы риска деструктивного, в том числе суицидального поведения посредством наблюдения (фиксация изменений в карте наблюдения не менее 2 раз в год);

выявление рискованных социально-психологических условий (социально-психологическое тестирование начало учебного года);

выявление обучающихся, которые не посещают или систематически пропускают по неуважительным причинам занятия в образовательной организации (ежедневный мониторинг);

мониторинг аккаунтов социальных сетей обучающихся группы риска (карта наблюдения за активностью обучающегося в социальных сетях заполняется не менее 2 раз в год);

плановые диагностические исследования, проводимыми педагогом-психологом образовательной организации, которые помогут собрать дополнительную информацию об обучающихся группы риска суицидального поведения (диагностика адаптации к школе (1, 5, 10 классы); выявление группы детей, испытывающих различные трудности в обучении; диагностика уровня готовности учащихся к переходу с одной ступени обучения на другую; мониторинг личностных особенностей школьников в период возрастных кризисов.

III. Профилактическое направление.

1. Работа с обучающимися.

Содержание мероприятий, реализуемых педагогами-предметниками, классными руководителями, педагогами-психологами, социальными педагогами и привлеченными специалистами в рамках урочной и внеурочной деятельности может затрагивать следующие сферы и вопросы:

формирование специальных личностных конструктов и стратегий противостояния ситуациям манипуляции;

формирование навыков жизнестойкости и совладающего поведения в трудной ситуации;

самореализация в социуме (занятия по интересам, участие в школьных, муниципальных, зональных, областных мероприятиях);

формирование представлений о ближней и дальней жизненных перспективах;

формирование ценности жизни и здоровья;

популяризация общечеловеческих ценностей и толерантности;

формирование и совершенствование коммуникативных навыков.

Примеры воспитательных мероприятий, направленных на развитие компонентов жизнестойкости (серия классных часов):

«Жизнестойкий человек, как им стать?» Подробно обсуждается сущность жизнестойкости, ее компоненты, примеры жизнестойкого поведения художественных героев, деятелей науки, искусства, спорта;

«Как успешно общаться и налаживать контакты». Классный руководитель представляет подросткам информацию о сущности и способах развития коммуникативных способностей и умений, педагог-психолог проводит коммуникативный тренинг;

«Учимся принимать решения». Классный час в виде семинара, на котором обучающиеся обмениваются информацией о социальной активности, компетентности, социальной смелости и решительности, о необходимости их нравственной направленности; педагог-психолог предлагает способы развития данных характеристик;

«Мои жизненные планы». Обсуждается важность жизненных смыслов и целей, осознанности жизни, обучающиеся упражняются в постановке тактических и стратегических жизненных целей, в выборе средств их достижения, обучаются технике жизненного анализа;

«Хорошо ли быть уверенным в себе?» Проводится в форме диспута. Обсуждаются позитивные и негативные стороны завышенной самооценки; педагог-психолог проводит тренинг уверенности в себе;

«Зачем быть социально-компетентным человеком?» Рассматривается сущность социальной компетентности, обучающиеся выполняют упражнения на ее развитие, обучаются способам поиска и использования социальной информации;

«Умеете ли Вы отдыхать?» Обучение подростков релаксационным приемам;

«В чем ценность жизни?» Обсуждение с подростками жизненных целей, ценностей и смыслов, жизненных ситуаций людей с разными жизненными смыслами, целями и ценностями;

«Как успешно преодолевать трудности?» Представляется информация о волевых качествах и их развитии, их обязательной нравственной направленности, обсуждение примеров успешного преодоления трудностей; встреча с человеком, проявившим свою жизнестойкость в трудной ситуации.

2. Работа с родителями (законными представителями) направлена на реализацию следующих направлений:

повышение уровня психологических знаний и психологической культуры в сфере воспитания детей,

расширение спектра родительских моделей поведения, способствующих гармонизации отношений с детьми;

развитие жизнестойкости родителей как основа профилактики суицидального поведения детей;

консультирование родителей обучающихся «группы риска суицидального поведения», в ходе реализации плана индивидуально-профилактической работы;

повышение компетентности родителей в сфере контроля активности собственных детей в сети Интернет, представляющей угрозу жизни и (или) здоровью, в том числе к причинению вреда своему здоровью.

3. Работа с педагогическим коллективом. Содержание деятельности включает спектр мероприятий, направленных на повышение или изменение квалификации педагогических работников и представителей администрации в сфере организации и осуществления профилактической работы в образовательной организации (курсы повышения квалификации и переподготовки, семинары, вебинары, заседания методических объединений, конференции и пр.), а также создание в образовательной организации благоприятного климата, позволяющего конструктивно взаимодействовать всем субъектам профилактики на основе своих полномочий и профессиональных компетенций.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Наименование мероприятий	Сроки исполнения	Ответственные	Отметка об исполнении
<i>1. Информационно-просветительское направление</i>				
<i>1. Работа с педагогическим коллективом</i>				
1	Отчет о реализации плана	сентябрь	Директор,	

	профилактики суицидов за прошедший год: анализ, выводы		заместитель директора по ВР, педагог-психолог	
2	Составление плана деятельности по профилактике суицидов на новый учебный год и формирование совета профилактики, назначение координатора профилактической работы	сентябрь	Директор, заместитель директора по ВР, педагог-психолог	
3	Подготовка справочно-информационных и методических материалов профилактической тематики для педагогов, родителей и детей (алгоритмы профилактики, чек-листы, маркеры кризисного состояния)	сентябрь - май	Заместитель директора по ВР, педагог-психолог, социальный педагог	
4	Обновление информационных стендов, сайта, пополнение библиотечных фондов методическими пособиями по профилактике суицидального поведения обучающихся	сентябрь	Социальный педагог, педагог-психолог, библиотекарь, системный администратор	
5	Информирование об алгоритмах организации и осуществления профилактической работы в образовательной организации («Алгоритм помощи семье и ребенку «5 шагов», АСОУ – 2021), поведения педагогического коллектива в ситуации суицидального происшествия с обучающимся образовательной организации, основных маркерах кризисного состояния обучающихся	сентябрь-октябрь	Директор, заместитель директора по ВР, педагог-психолог,	
<i>2. Работа с родителями</i>				
6	Родительские собрания (общешкольные и классные), информирующие о различных аспектах профилактики суицидального поведения	сентябрь - май	Директор, заместитель директора по ВР, педагог-психолог	
<i>3. Работа с обучающимися</i>				
7	Мероприятия, направленные на информирование обучающихся о возможности получения психологической помощи	сентябрь - май	Классные руководители, педагог-психолог, социальный педагог	
8	Мероприятия, направленные на	сентябрь - май	Классные	

	информирование обучающихся о стратегиях поведения в ситуации обнаружения суицидальных намерений кого-то из сверстников		руководители, педагог-психолог, социальный педагог	
9	Мероприятия, направленные на информирование обучающихся о правовой ответственности за последствия буллинга, распространение запрещенной информации в социальных сетях и пр.	сентябрь - май	Классные руководители, педагог-психолог, социальный педагог, инспектор ОДН	

II. Диагностическое направление

10	Мониторинг выявления и учета несовершеннолетних, не посещающих или систематически пропускающих по неуважительным причинам занятия в образовательных организациях	ежедневно в течение учебного года	Директор, заместитель директора по ВР, педагог-психолог, классный руководитель	
11	Проведение и анализ результатов социально-психологического тестирования	сентябрь-ноябрь	Педагог-психолог, заместитель директора по ВР	
12	Выявление и учет обучающихся с признаками суицидального поведения (карта наблюдений)	сентябрь-февраль	Классные руководители, педагог-психолог	
13	Мониторинг аккаунтов обучающихся в социальных сетях	сентябрь – май (еженедельно)	Классные руководители, заместитель директора по ВР	

III. Профилактическое направление

1. Работа с педагогическим коллективом

14	Подготовка планов индивидуальной работы с несовершеннолетними с выраженным риском	октябрь	Педагог-психолог	
15	Консультирование классных руководителей по результатам социально-психологического тестирования	ноябрь-декабрь	Педагог-психолог, специалисты центра «Ариадна», специалисты центра «Семья»	
16	Сбор, обобщение и анализ информации о детях и семьях, находящихся в трудной жизненной ситуации и/или состоящих на различных видах профилактического учета	сентябрь-май	Классные руководители, социальный педагог	
17	Обучение педагогов проведению индивидуальных и групповых	октябрь-декабрь	Классные руководители,	

	мероприятий профилактического характера с учетом рекомендаций специалистов и врачей-психиатров		педагог-психолог, социальный педагог	
18	Педагогический совет в форме тренинга, который направлен на формирование благоприятного климата в коллективе	октябрь, февраль	Заместитель директора по ВР, педагог-психолог, социальный педагог	
<i>2. Работа с обучающимися</i>				
19	Мероприятия по формированию культуры здорового образа жизни	В соответствии с планом воспитательной работы	Классные руководители, педагог-психолог, социальный педагог	
20	Мероприятия, направленные на профорientацию и жизненное самоопределение	ежемесячно	Классные руководители, педагог-психолог, социальный педагог	
21	Педагогическое наблюдение с учетом маркеров отклоняющегося поведения	ежемесячно	Классные руководители, педагог-психолог	
22	Индивидуальная работа с детьми, имеющими «повышенную рискогенность социально-психологической условий»	В соответствии с планом инд. работы	Педагог-психолог	
23	Мероприятия по формированию жизнестойкости у несовершеннолетних	ежемесячно	Классные руководители, педагог-психолог	
<i>3. Работа с родителями</i>				
24	Мероприятия по повышению уровня психологических знаний и психологической культуры в сфере воспитания детей	сентябрь-май	Директор, заместитель директора по ВР, педагог-психолог, социальный педагог	
25	Мероприятия, направленные на расширение спектра родительских моделей, способствующих гармонизации отношений с детьми	сентябрь-май	педагог-психолог, социальный педагог	
26	Мероприятия по развитию жизнестойкости родителей. Организация консультационной помощи специалиста-психиатра	сентябрь-май	педагог-психолог, социальный педагог, врач-психиатр	

27	Консультирование родителей обучающихся группы риска суицидального поведения в ходе реализации плана индивидуально-профилактической работы	сентябрь-май	Директор, заместитель директора по ВР, педагог-психолог, социальный педагог	
28	Мероприятия по повышению компетентности родителей в сфере контроля активности собственных детей в сети Интернет	сентябрь-май	Директор, заместитель директора по ВР, педагог-психолог, социальный педагог	

В плане указываются мероприятия (федеральные, региональные, муниципальные, школьные) для каждой образовательной организации.

Алгоритм
по предупреждению суицидального поведения обучающихся
в общеобразовательных учреждениях городского округа Зарайск
Московской области

В образовательных организациях деятельность по профилактике суицидального поведения проводится на основе рекомендаций Всемирной Организации Здравоохранения в соответствии с уровнями суицидального риска и Алгоритма по предупреждению суицидального поведения обучающихся в образовательных организациях Московской области, утвержденного Постановлением Московской областной комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав № 8 от 24.12.2022 г. (приложение № 3).

Профилактические действия на 1-ом уровне носят характер общей профилактики асоциального поведения и направлены на предупреждение дезадаптационного и деструктивного поведения всех учащихся. Основной целью данного уровня является повышение групповой сплоченности в образовательной организации, вовлечение учащихся в создание общих школьных проектов и программ, направленных на укрепление психического здоровья, здоровой среды в школе, организацию внеклассной воспитательной работы, разработку эффективной модели взаимодействия школы и семьи, а также общеобразовательного учреждения с субъектами профилактики городского округа Зарайск Московской области.

Просветительская работа, проводимая специалистами, психологами, медиками, социальными педагогами, позволяет повысить осведомленность школьников педагогов и родителей о причинах суицидального поведения, способах совладания и ресурсах психолого-социальной поддержки. Поскольку частыми причинами суицидального поведения среди подростков являются нарушения межличностных отношений в школе, необходимо принять меры по вовлечению учащихся в социально-значимые виды деятельности, организации школьного самоуправления, формированию установок у учащихся на самореализацию в социально-одобряемых сферах жизнедеятельности (культуре, спорте, искусстве, науке и др.).

Администрациям образовательных организаций, педагогам-психологам, социальным педагогам необходимо направить пристальное внимание и установить контроль за стилем общения учителей с учащимися в целях предотвращения случаев оскорбления, унижения, психологического и физического насилия со стороны педагогов. Взаимоотношения с учащимися должны строиться на основе уважения, убеждения, спокойном, доброжелательном тоне общения.

Необходимо учитывать наличие взаимосвязи между попытками самоубийств подростков и другими формами отклоняющегося поведения (побегами из дома, прогулами школы, ранним курением, мелкими правонарушениями, конфликтами с родителями, алкоголизацией, наркотизацией, сексуальными эксцессами и т.д.).

Второй уровень (незначительная степень суицидального риска) предполагает работу с несовершеннолетними, у которых нет твердых планов или подготовки к нанесению вреда своему здоровью, суицидальные намерения неочевидны, но идеи присутствуют, в прошлом суицидальные попытки не отмечены, но присутствуют факторы суицидального риска:

- травмы черепа или мозговые инфекции с дальнейшей хорошей компенсацией состояния (возрастные кризы, при соматогениях и психогениях);
- различные формы дисгармоничного развития – с бурными проявлениями акселерации, чертами инфантилизма, патологическим течением возрастных кризов;
- отклонения в поведении, гиперконформные и подверженные эффекту группомыслия;
- высоконравственные устои с тенденциями к идеализации чувственных и сексуальных отношений, т.е. с признаками гиперсоциальности.

Целью данного уровня является выявление детей, с признаками возможной суицидальной направленности, испытывающих социальную напряженность в группе сверстников, имеющих заниженную самооценку. Характер кризисной ситуации подростков на этом уровне связан с недостаточностью самоидентичности, находящей проявления в сложных межличностных отношениях и приводящей к ситуации отвержения. Желание обрести целостную картину себя через отношение значимых других лишь увеличивают неопределенность и напряжение, которые, в свою очередь, приводят к разрыву отношений с референтной группой, поэтому необходимо сопровождение детей, подростков и их семей.

Деятельность специалистов образовательной организации на данном этапе должна быть направлена на:

- факторы риска суицидального поведения, имеющиеся у ребенка;
- биологические, психосоциальные (особенности психолого-педагогического статуса каждого учащегося с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих в психическом состоянии, общении, развитии и обучении), психические и ситуативные условия;
- степень проявления суицидальной симптоматики;
- особенности поведения в стрессовой ситуации;
- особенности импульсивности и самоконтроля;
- формирование позитивного образа Я.

Эффективным методом работы на данном этапе будут групповые занятия и занятия в мини-группах по обучению проблем-разрешающего поведения, поиска социальной поддержки, ее восприятия и оказания, повышению самооценки, развитию адекватного отношения к собственной личности, развития эмпатии.

Задачами педагога-психолога на данном этапе является:

- Сопровождение детей и подростков группы риска по суицидальному поведению с целью предупреждения самоубийств: терапия кризисных состояний, формирование адаптивных копинг-стратегий, способствующих позитивному принятию себя подростками и позволяющих эффективно преодолевать критические ситуации существования. Помощь в преодолении несоответствия самооценки «Я – концепции» и поиске референтной группы, помощь в выстраивании пространственно-временных представлений;
- Работа с семьей ребенка, попавшего в трудную жизненную ситуацию или испытывающего кризисное состояние;

- Повышение осведомленности персонала, родителей обучающихся о признаках возможного суицида, факторах риска и путях действия в этой ситуации;
- Выявление детей, нуждающихся в незамедлительной помощи и защите;
- Работа с семьей ребенка, попавшего в трудную жизненную ситуацию или испытывающего кризисное состояние;
- Оказание экстренной первой помощи, обеспечение безопасности ребенка, снятие стрессового состояния.

С педагогами проводится просветительская работа в вопросах дезадаптивного поведения детей и подростков, в том числе суицидального. Родителей необходимо познакомить с информацией о причинах, факторах, динамике суицидального поведения, снабдить рекомендациями, как заметить надвигающийся суицид, что делать, если у ребенка замечены признаки суицидального поведения. С детьми о суициде вести беседы необходимо с позиции возможности оказания ими помощи товарищу, который оказался в трудной жизненной ситуации. Известно, что подростки в трудной ситуации чаще всего обращаются за помощью и советом к своим друзьям, чем к взрослым. Прежде чем оказать помощь другу, который собирается уйти из жизни, важно располагать информацией об особенностях взаимодействия с потенциальным суицидентом. Дети должны получить достоверную информацию о суициде, которую необходимо знать для оказания эффективной помощи, оказавшемуся в беде другу или знакомому и знать, к кому обратиться за помощью в острой ситуации, а также знать телефон службы доверия.

Третий уровень (умеренная степень суицидального риска) – предполагает наличие суицидальных попыток в прошлом потенциального суицидента, наличие идей и твердых планов, при наличии мотивации улучшить свое психоэмоциональное состояние и статус в группе сверстников, при этом присутствуют суицидальные намерения. Этот уровень предполагает индивидуальную работу с детьми, проявляющими признаки демонстративного или шантажно-суицидального поведения. Профилактическая работа на этом уровне направлена на улучшение адаптации, снижение вероятности развития антивитальных переживаний и аутоагрессивного поведения. Научение подростков распознавать признаки надвигающейся беды, дает возможность им использовать навык оказания помощи по телефонам горячей линии или телефонов доверия.

На данном этапе немаловажно будет диагностировать смысловую направленность демонстрируемого несовершеннолетним поведения:

«протестное» или из чувства мести. Возникает из-за наличия конфликта с целью отрицательного воздействия на стрессовый объект с яркими проявлениями враждебности и агрессивности;

«призыв» - пассивная реакция привлечения внимания к проблемам, поиск помощи для изменения ситуации;

избегание наказания;

самонаказание (часто сопровождается депрессией).

Целью работы на данном уровне будет оценка риска возможности самоубийства:

- крайняя (учащийся имеет средство совершения самоубийства, выработан четкий план);
- серьезная (есть план, но нет орудия осуществления);
- умеренная (вербализация намерения, но нет плана и орудий).

Профилактическая деятельность специалистов образовательной организации на этом уровне направлена на оказание консультативной помощи и выведение подростка из «проблемного коридора», расширение границ его деятельности, включение в творческие группы по интересам с учетом особенностей развития и проявлений акцентуаций характера. Должна проводиться работа с представлениями о временных перспективах и построении жизненных планов несовершеннолетнего. Оповещение соответствующего учреждения психического здоровья (психиатрическая клиника), запрос о помощи в тесном контакте с родителями.

Особое внимание должно быть направлено на эмоциональный климат в школе и классе.

4 уровень (высокий риск суицидального риска) содержит - наличие четких и твердых планов причинения себе вреда. Подростком продуманы средства для осуществления задуманного. Были попытки суицида в прошлом. Индивидуум проявляет когнитивную жесткость и отсутствие временных перспектив, отвергает предлагаемую социальную поддержку. Работа в образовательной организации предполагает деятельность по нейтрализации стрессового состояния у сверстников и возможных очевидцев происшествий (дети, подростки, персонал школы), а также одноклассников, членов группы по интересам и т.д.), купирования возможных случаев копированных самоубийств. Программы профилактики на этой стадии должны быть направлены на усиление личностных ресурсов (формирование навыков решения проблем, саморегуляции поведения, повышение самооценки, формирование круга социальной поддержки).

Основные методы, которые могут быть использованы в данной работе в школе:

- Работа с классом и в малых группах, так как это обеспечивает большую безопасность участников. При этом желательно, чтобы состав группы все время менялся;

- Мини-лекция как форма подачи новой информации. Требования: лекция должна быть короткой, предусматривающей обратную связь, простой, понятной и проиллюстрированной;

- Столкновение мнений (дискуссия), что включает в себя обмен взглядами на какую-либо тему, связанную с поиском решения определенной проблемы;

- Использование в ходе занятий ролевых игр, то есть инсценировка коротких сюжетов на выбранную тему. Этот метод облегчает понимание других людей, позволяет попробовать свои силы в различных ситуациях, развивает способность решать проблемы;

- Беседы и коллективные обсуждения. И для детей, и для взрослых хорошо и уместно использование вспомогательных видео материалов (иллюстрации, видео фильмы, таблицы).

Для предотвращения суицидов у детей учителя, педагоги-психологи, социальные педагоги должны:

вселять в детей уверенность в свои силы и возможности;

внушать им оптимизм и надежду;

проявлять сочувствие и понимание;

осуществлять контроль за поведением ребенка, анализировать его отношения со сверстниками.

5 уровень – клинический, предполагает работу медицинского персонала с несовершеннолетним, предпринявшим попытку суицида и не предусматривает проработку школьными специалистами. Но человек, оказавшийся рядом с потенциальным суицидентом, в кризисный момент в ожидании профессиональной медицинской помощи, должен знать, как правильно себя вести.

В психотравмирующей ситуации, при выраженных признаках психологического неблагополучия, экстренная помощь должна оказываться и детям, пережившим травматическое событие и их родителям и педагогам и администрации образовательной организации.

Если в школе произошел случай суицида, то специалист Центра психологической помощи или психолог школы проводит беседу с классом, осуществляя диагностику психофизиологического состояния учащихся. Это поможет выстроить последовательность событий, оценить уровень угрозы, повысить взаимопонимание и доверие между одноклассниками, обрести утраченное равновесие, адаптироваться и отрефлексировать случившееся. Также психологом оказывается индивидуальная помощь, которая предполагает установление эмоционального контакта с собеседником, помогает снять ощущение безысходности, установить последовательность событий, которые привели к кризисной ситуации, начать планирование действий по преодолению кризиса.

В заключение следует отметить, что в организации профилактической работы необходимо учитывать разнообразные взаимосвязанные факторы, обуславливающие генезис девиантного поведения вообще и суицидального в частности. А именно:

индивидуальный фактор, действующий на уровне психофизиологических предпосылок, которые затрудняют социальную и психологическую адаптацию индивида;

педагогический фактор, проявляющийся в дефектах школьного и семейного воспитания;

психологический фактор, раскрывающий неблагоприятные особенности взаимодействия индивида со своим ближайшим окружением в семье, на улице, в коллективе и который, прежде всего, проявляется в активно-избирательном отношении индивида к предпочитаемой среде общения, к нормам и ценностям своего окружения, к психолого-педагогическим воздействиям семьи, школы, общественности к саморегулированию своего поведения;

социальный фактор, определяющийся социальными, экономическими, политическими и т.п. условиями существования общества.

Алгоритм
по предупреждению суицидального поведения обучающихся
в общеобразовательных учреждениях городского округа Зарайск
Московской области

В образовательных организациях деятельность по профилактике суицидального поведения проводится на основе рекомендаций Всемирной Организации Здравоохранения в соответствии с уровнями суицидального риска и Алгоритма по предупреждению суицидального поведения обучающихся в образовательных организациях Московской области, утвержденного Постановлением Московской областной комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав № 8 от 24.12.2022 г. (приложение № 3).

Профилактические действия на 1-ом уровне носят характер общей профилактики асоциального поведения и направлены на предупреждение дезадаптационного и деструктивного поведения всех учащихся. Основной целью данного уровня является повышение групповой сплоченности в образовательной организации, вовлечение учащихся в создание общих школьных проектов и программ, направленных на укрепление психического здоровья, здоровой среды в школе, организацию внеклассной воспитательной работы, разработку эффективной модели взаимодействия школы и семьи, а также общеобразовательного учреждения с субъектами профилактики городского округа Зарайск Московской области.

Просветительская работа, проводимая специалистами, психологами, медиками, социальными педагогами, позволяет повысить осведомленность школьников педагогов и родителей о причинах суицидального поведения, способах совладания и ресурсах психолого-социальной поддержки. Поскольку частыми причинами суицидального поведения среди подростков являются нарушения межличностных отношений в школе, необходимо принять меры по вовлечению учащихся в социально-значимые виды деятельности, организации школьного самоуправления, формированию установок у учащихся на самореализацию в социально-одобряемых сферах жизнедеятельности (культуре, спорте, искусстве, науке и др.).

Администрациям образовательных организаций, педагогам-психологам, социальным педагогам необходимо направить пристальное внимание и установить контроль за стилем общения учителей с учащимися в целях предотвращения случаев оскорбления, унижения, психологического и физического насилия со стороны педагогов. Взаимоотношения с учащимися должны строиться на основе уважения, убеждения, спокойном, доброжелательном тоне общения.

Необходимо учитывать наличие взаимосвязи между попытками самоубийств подростков и другими формами отклоняющегося поведения (побегами из дома, прогулами школы, ранним курением, мелкими правонарушениями, конфликтами с родителями, алкоголизацией, наркотизацией, сексуальными эксцессами и т.д.).

Второй уровень (незначительная степень суицидального риска) предполагает работу с несовершеннолетними, у которых нет твердых планов или подготовки к нанесению вреда своему здоровью, суицидальные намерения неочевидны, но идеи присутствуют, в прошлом суицидальные попытки не отмечены, но присутствуют факторы суицидального риска:

- травмы черепа или мозговые инфекции с дальнейшей хорошей компенсацией состояния (возрастные кризы, при соматогениях и психогениях);
- различные формы дисгармоничного развития – с бурными проявлениями акселерации, чертами инфантилизма, патологическим течением возрастных кризов;
- отклонения в поведении, гиперконформные и подверженные эффекту группомыслия;
- высоконравственные устои с тенденциями к идеализации чувственных и сексуальных отношений, т.е. с признаками гиперсоциальности.

Целью данного уровня является выявление детей, с признаками возможной суицидальной направленности, испытывающих социальную напряженность в группе сверстников, имеющих заниженную самооценку. Характер кризисной ситуации подростков на этом уровне связан с недостаточностью самоидентичности, находящей проявления в сложных межличностных отношениях и приводящей к ситуации отвержения. Желание обрести целостную картину себя через отношение значимых других лишь увеличивают неопределенность и напряжение, которые, в свою очередь, приводят к разрыву отношений с референтной группой, поэтому необходимо сопровождение детей, подростков и их семей.

Деятельность специалистов образовательной организации на данном этапе должна быть направлена на:

- факторы риска суицидального поведения, имеющиеся у ребенка;
- биологические, психосоциальные (особенности психолого-педагогического статуса каждого учащегося с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих в психическом состоянии, общении, развитии и обучении), психические и ситуативные условия;
- степень проявления суицидальной симптоматики;
- особенности поведения в стрессовой ситуации;
- особенности импульсивности и самоконтроля;
- формирование позитивного образа Я.

Эффективным методом работы на данном этапе будут групповые занятия и занятия в мини-группах по обучению проблем-разрешающего поведения, поиска социальной поддержки, ее восприятия и оказания, повышению самооценки, развитию адекватного отношения к собственной личности, развития эмпатии.

Задачами педагога-психолога на данном этапе является:

- Сопровождение детей и подростков группы риска по суицидальному поведению с целью предупреждения самоубийств: терапия кризисных состояний, формирование адаптивных копинг-стратегий, способствующих позитивному принятию себя подростками и позволяющих эффективно преодолевать критические ситуации существования. Помощь в преодолении несоответствия самооценки «Я – концепции» и поиске референтной группы, помощь в выстраивании пространственно-временных представлений;
- Работа с семьей ребенка, попавшего в трудную жизненную ситуацию или испытывающего кризисное состояние;

- Повышение осведомленности персонала, родителей обучающихся о признаках возможного суицида, факторах риска и путях действия в этой ситуации;
- Выявление детей, нуждающихся в незамедлительной помощи и защите;
- Работа с семьей ребенка, попавшего в трудную жизненную ситуацию или испытывающего кризисное состояние;
- Оказание экстренной первой помощи, обеспечение безопасности ребенка, снятие стрессового состояния.

С педагогами проводится просветительская работа в вопросах дезадаптивного поведения детей и подростков, в том числе суицидального. Родителей необходимо познакомить с информацией о причинах, факторах, динамике суицидального поведения, снабдить рекомендациями, как заметить надвигающийся суицид, что делать, если у ребенка замечены признаки суицидального поведения. С детьми о суициде вести беседы необходимо с позиции возможности оказания ими помощи товарищу, который оказался в трудной жизненной ситуации. Известно, что подростки в трудной ситуации чаще всего обращаются за помощью и советом к своим друзьям, чем к взрослым. Прежде чем оказать помощь другу, который собирается уйти из жизни, важно располагать информацией об особенностях взаимодействия с потенциальным суицидентом. Дети должны получить достоверную информацию о суициде, которую необходимо знать для оказания эффективной помощи, оказавшемуся в беде другу или знакомому и знать, к кому обратиться за помощью в острой ситуации, а также знать телефон службы доверия.

Третий уровень (умеренная степень суицидального риска) – предполагает наличие суицидальных попыток в прошлом потенциального суицидента, наличие идей и твердых планов, при наличии мотивации улучшить свое психоэмоциональное состояние и статус в группе сверстников, при этом присутствуют суицидальные намерения. Этот уровень предполагает индивидуальную работу с детьми, проявляющими признаки демонстративного или шантажно-суицидального поведения. Профилактическая работа на этом уровне направлена на улучшение адаптации, снижение вероятности развития антивитальных переживаний и аутоагрессивного поведения. Научение подростков распознавать признаки надвигающейся беды, дает возможность им использовать навык оказания помощи по телефонам горячей линии или телефонов доверия.

На данном этапе немаловажно будет диагностировать смысловую направленность демонстрируемого несовершеннолетним поведения:

«протестное» или из чувства мести. Возникает из-за наличия конфликта с целью отрицательного воздействия на стрессовый объект с яркими проявлениями враждебности и агрессивности;

«призыв» - пассивная реакция привлечения внимания к проблемам, поиск помощи для изменения ситуации;

избегание наказания;

самонаказание (часто сопровождается депрессией).

Целью работы на данном уровне будет оценка риска возможности самоубийства:

- крайняя (учащийся имеет средство совершения самоубийства, выработан четкий план);
- серьезная (есть план, но нет орудия осуществления);
- умеренная (вербализация намерения, но нет плана и орудий).

Профилактическая деятельность специалистов образовательной организации на этом уровне направлена на оказание консультативной помощи и выведение подростка из «проблемного коридора», расширение границ его деятельности, включение в творческие группы по интересам с учетом особенностей развития и проявлений акцентуаций характера. Должна проводиться работа с представлениями о временных перспективах и построении жизненных планов несовершеннолетнего. Оповещение соответствующего учреждения психического здоровья (психиатрическая клиника), запрос о помощи в тесном контакте с родителями.

Особое внимание должно быть направлено на эмоциональный климат в школе и классе.

4 уровень (высокий риск суицидального риска) содержит - наличие четких и твердых планов причинения себе вреда. Подростком продуманы средства для осуществления задуманного. Были попытки суицида в прошлом. Индивидуум проявляет когнитивную жесткость и отсутствие временных перспектив, отвергает предлагаемую социальную поддержку. Работа в образовательной организации предполагает деятельность по нейтрализации стрессового состояния у сверстников и возможных очевидцев происшествий (дети, подростки, персонал школы), а также одноклассников, членов группы по интересам и т.д.), купирования возможных случаев копированных самоубийств. Программы профилактики на этой стадии должны быть направлены на усиление личностных ресурсов (формирование навыков решения проблем, саморегуляции поведения, повышение самооценки, формирование круга социальной поддержки).

Основные методы, которые могут быть использованы в данной работе в школе:

- Работа с классом и в малых группах, так как это обеспечивает большую безопасность участников. При этом желательно, чтобы состав группы все время менялся;
- Мини-лекция как форма подачи новой информации. Требования: лекция должна быть короткой, предусматривающей обратную связь, простой, понятной и проиллюстрированной;
- Столкновение мнений (дискуссия), что включает в себя обмен взглядами на какую-либо тему, связанную с поиском решения определенной проблемы;
- Использование в ходе занятий ролевых игр, то есть инсценировка коротких сюжетов на выбранную тему. Этот метод облегчает понимание других людей, позволяет попробовать свои силы в различных ситуациях, развивает способность решать проблемы;
- Беседы и коллективные обсуждения. И для детей, и для взрослых хорошо и уместно использование вспомогательных видео материалов (иллюстрации, видео фильмы, таблицы).

Для предотвращения суицидов у детей учителя, педагоги-психологи, социальные педагоги должны:

вселять в детей уверенность в свои силы и возможности;

внушать им оптимизм и надежду;

проявлять сочувствие и понимание;

осуществлять контроль за поведением ребенка, анализировать его отношения со сверстниками.

5 уровень – клинический, предполагает работу медицинского персонала с несовершеннолетним, предпринявшим попытку суицида и не предусматривает проработку школьными специалистами. Но человек, оказавшийся рядом с потенциальным суицидентом, в кризисный момент в ожидании профессиональной медицинской помощи, должен знать, как правильно себя вести.

В психотравмирующей ситуации, при выраженных признаках психологического неблагополучия, экстренная помощь должна оказываться и детям, пережившим травматическое событие и их родителям и педагогам и администрации образовательной организации.

Если в школе произошел случай суицида, то специалист Центра психологической помощи или психолог школы проводит беседу с классом, осуществляя диагностику психофизиологического состояния учащихся. Это поможет выстроить последовательность событий, оценить уровень угрозы, повысить взаимопонимание и доверие между одноклассниками, обрести утраченное равновесие, адаптироваться и отрефлексировать случившееся. Также психологом оказывается индивидуальная помощь, которая предполагает установление эмоционального контакта с собеседником, помогает снять ощущение безысходности, установить последовательность событий, которые привели к кризисной ситуации, начать планирование действий по преодолению кризиса.

В заключение следует отметить, что в организации профилактической работы необходимо учитывать разнообразные взаимосвязанные факторы, обуславливающие генезис девиантного поведения вообще и суицидального в частности. А именно:

индивидуальный фактор, действующий на уровне психобиологических предпосылок, которые затрудняют социальную и психологическую адаптацию индивида;

педагогический фактор, проявляющийся в дефектах школьного и семейного воспитания;

психологический фактор, раскрывающий неблагоприятные особенности взаимодействия индивида со своим ближайшим окружением в семье, на улице, в коллективе и который, прежде всего, проявляется в активно-избирательном отношении индивида к предпочитаемой среде общения, к нормам и ценностям своего окружения, к психолого-педагогическим воздействиям семьи, школы, общественности к саморегулированию своего поведения;

социальный фактор, определяющийся социальными, экономическими, политическими и т.п. условиями существования общества.

Алгоритм предупреждения суицидального поведения детей

Информирование педагогов и специалистов о признаках суицидального поведения

Анализ социально-психологической ситуации в детском коллективе, индивидуальная диагностика, наблюдение, опросы с целью определения степени риска

Определение факторов, определяющих наличие степени суицидальных рисков несовершеннолетних

Оценка угрозы суицидальных действий

Выбор стратегии действий в зависимости от выявленной степени угрозы суицида, имеющих внешних и внутренних ресурсов несовершеннолетнего

При наличии суицидальных мыслей:

- активное слушание, исследование мотивов;
- фокусирование внимания на сильных сторонах личности ребенка, на особенностях его самооценки и «Я-концепции», о его представлениях о будущем.

При наличии суицидальных намерений:

- составление плана конструктивных действий по выходу из проблемной ситуации, с привлечением специалистов;
- поиск эмоциональной поддержки в референтной группе;
- укрепление желания жить, с развитием представлений о временных перспективах.

При наличии плана суицида:

- направление на консультацию к психиатру
- психотерапевтическая работа с эмоциональной сферой несовершеннолетнего;
- поиск альтернативных способов решения проблемной ситуации на основе межведомственного подхода.