



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«Лицей № 8»**

ул. Крупской, 10 В, г. Красноярск, 660062, тел.(8-391)217-80-26, 217-80-29

E-mail: lyc8@mailkrsk.ru

ОГРН 1022402148438, ОКПО 56904334, ИНН/КПП 2463024482\246301001



Утверждаю
директор МБОУ Лицей №8

Е.И. Богуславская

Программа деятельности по профилактике суицида
«Рука в руке»

2022 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Содержание проблемы и обоснование необходимости ее решения программными методами

Семье и отдельной личности в период жизненных кризисов свойственно искажение субъективного образа мира, т.е., представлений и отношении к себе и к миру в целом. Суицидальные мысли и фантазии в этот момент очень распространены. Почему же подростки, молодежь видят в самоубийстве единственный выход из затруднительного положения? Суициды были всегда, но в наше время число таких случаев растет и растет, особенно среди подростков. Почему?

Психологический смысл подросткового суицида – крик о помощи, стремление привлечь внимание к своему страданию. Настоящего желания нет, представление о смерти крайне неотчетливо, инфантильно. Смерть представляется в виде желательного длительного сна, отдыха от невзгод, способа попасть в иной мир, так же она видится средством наказать обидчиков.

По данным отчёта Детского фонда ООН за последние годы значительно увеличилось число суицидальных попыток и завершённых самоубийств среди молодежи и даже детей. 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 в семье, чёрствости 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 дети. Также причиной суицида может быть алкоголизм и наркомания родителей, индивидуальные психологические особенности обучающегося, внутрличностный конфликт. 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.

Необходимо иметь ввиду, что конфликтная ситуация ребенка или подростка может складываться из незначительных, мимолетных, по мнению взрослых, неурядиц.

Повышенная острота восприятия – черта, характерная для всех молодых людей, поэтому все то, что кажется «глупостью» взрослым, может иметь для подростков решающее значение. С годами суицид «молодеет»: о суициде думают, пытаются покончить с собой и кончают совсем еще дети. Дети не осознают необратимость смерти, у них еще нет жизненного опыта, осведомленности о пределах границы между жизнью и смертью. Со стороны же близких людей выявляется преступная черствость, проявляющаяся в непонимании причин и механизмов детского суицида. А халатность в таких вопросах и надежда «на авось» приводят зачастую к гибели ребенка, которой можно было избежать даже с помощью банального «разговора по душам»

В тоже время для подростка с его максимализмом, эгоцентричностью, неумением прогнозировать свою жизнь, создают ощущение безысходности, порождают чувство отчаяния, одиночества. Это делает конфликтную ситуацию суицидоопасной для подростка, совершенно неожиданно для окружающих его взрослых.

Подростков упрекают, стыдят, наказывают. Родители, а также учителя применяют различные меры воздействия на подростка. Подобная неадекватная оценка душевного состояния депрессивного подростка создает тяжелейшие конфликтные ситуации. Психотравмирующая ситуация, возникшая на фоне отсутствия контактов, свойственная

депрессивному, обостряет чувство душевного одиночества, создает ощущение безысходности и толкает на самоубийство. Именно в этот момент ребенок не должен быть один. Своевременная психологическая помощь, участие, оказанное подросткам в трудной жизненной ситуации, помогут избежать трагедий.

Основные задачи и цели программы

Цель:

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:

- Изучение теоретических аспектов проблемы с позиции различных наук (философии, физиологии, психологии, социологии, педагогики) и использование информации в работе с педагогами и родителями.
- Выявление детей, нуждающихся в незамедлительной помощи и защите и оказание экстренной первой помощи, обеспечение безопасности ребенка, снятие стрессового состояния.
- Изучение особенностей психолого-педагогического статуса каждого учащегося с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих в психическом состоянии, общении, развитии и обучении.
- Создание системы психолого-педагогической поддержки учащихся разных возрастных групп в воспитательно-образовательном процессе, так и в период трудной жизненной ситуации.
- Привлечение различных государственных органов и общественных объединений для оказания помощи и защиты законных прав и интересов ребенка.
- Привитие существующих в обществе социальных норм поведения, формирование детского милосердия, развитие ценностных отношений в социуме.
- Формирование позитивного образа Я, уникальности и неповторимости не только собственной личности, но и других людей.

Основные направления деятельности

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

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 аутоагрессии и саморазрушения следует отнести к формам девиантного поведения (поступки или действия человека, не соответствующие официально установленным или фактически сложившимся в данном обществе нормам).

Суицидальная попытка – это целенаправленное оперирование средствами лишения себя жизни, не закончившееся смертью.

Суицидальное поведение – волевые действия личности, конечной целью которых является покушение на самоубийство или сам акт самоубийства. Является следствием социально – психологической дезадаптации личности в условиях микросоциального климата.

Суицидальные замыслы – это активная форма проявления суицидальности, т.е. тенденция к самоубийству, глубина которой нарастает параллельно степени разработки плана её реализации.

Суицидальный риск – склонность человека к совершению действий, направленных на собственное уничтожение.

Суицидент – человек, совершивший самоубийство или покушение на самоубийство.

Толерантность – способность человека принимать других людей такими, каковы они есть, сосуществовать и взаимодействовать с ними.

Принципы реализации программы

— Принцип ценности личности, заключающийся в самооценности ребенка.

— Принцип уникальности личности, состоящий в признании индивидуальности ребенка.

— Принцип приоритета личностного развития, когда обучение выступает не как самоцель, а как средство развития личности каждого ребенка.

— Принцип ориентации на зону ближнего развития каждого ученика.

— Принцип эмоционально-ценностных ориентаций учебно-воспитательного процесса.

Этапы программы

Первый этап.

Цель — повышение групповой сплоченности в школе.

Мероприятия.

- Создание общей школьной программы психического здоровья.
- Организация внеклассной воспитательной работы. Разработка эффективной модели взаимодействия школы и семьи, а также школы и всего сообщества. Учащиеся, чувствуя, что учителя к ним справедливы, что у них есть близкие люди в школе, ощущающие себя частью школы, гораздо реже думают или пытаются совершить самоубийство.

Задачи педагога-психолога на данном этапе:

- Изучение особенностей психолого-педагогического статуса каждого учащегося с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих в психическом состоянии, общении, развитии и обучении.
- Создание системы психолого-педагогической поддержки учащихся (составление плана работы по профилактике суицидального поведения учащихся).

Второй этап.

Цель — выделение групп суицидального риска; сопровождение детей, подростков и их семей группы риска с целью предупреждения самоубийств.

Мероприятия

1. Диагностика суицидального поведения
2. Оценка риска самоубийства, оповещение администрации, родителей.

Задачи педагога-психолога на данном этапе:

- Выявление детей, нуждающихся в помощи и защите.
- Работа с семьей ребенка, попавшего в трудную жизненную ситуацию или испытывающего кризисное состояние.
- Обеспечение безопасности ребенка, снятие стрессового состояния.

Третий этап

Цель – укрепление психического здоровья учащихся, оказание профилактической помощи родителям по проблеме подросткового суицида.

Мероприятия

1. Классные часы, часы психолога, индивидуальные и групповые развивающие занятия с учащимися по повышению самооценки, развитию адекватного отношения к собственной личности, эмпатии.

2. Индивидуальные и групповые беседы, консультации, родительские собрания, лектории для родителей и педагогов по данной теме.

Задачи педагога-психолога на данном этапе:

- Повышение осведомленности персонала, родителей и учащихся о признаках возможного суицида, факторах риска и путях действия в этой ситуации.
- Изучение теоретических аспектов проблемы с позиции различных наук (философии, физиологии, психологии, социологии, педагогики) и использование информации в работе с педагогами и родителями.
- Формирование позитивного образа Я, уникальности и неповторимости не только собственной личности, но и других людей.
- Привитие существующих в обществе социальных норм поведения.

Ожидаемый результат

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

Система профилактики суицидального поведения в школе

Ситуация проявления суицида, как одного из вариантов поведения, может возникнуть у учащихся в сложившейся для них экстремальной ситуации, поэтому профилактическая работа должна проводиться систематически.

Профилактика самоубийств (суицида) – своевременное диагностирование и соответствующее лечение, активная эмоциональная поддержка человека, находящегося в депрессии, поощрение его положительной направленности с целью облегчения негативной ситуации.

Нормативными документами по профилактике суицидальных явлений в лицее являются Закон «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних», письмо Министерства образования «О мерах по профилактике суицида среди детей и подростков».

Цель профилактической деятельности школы — создание в Лицее благоприятного социально-психологического климата, способствующего укреплению психического и психологического здоровья учащихся.

Задачи:

- укрепление социальной защищенности учащихся;
- выявление причин, способствующих проявлению суицидального поведения;
- совершенствование организации профилактических мероприятий по предупреждению суицидов;
- развитие социальной активности учащихся;
- вовлечение учащихся в социально полезную деятельность;
- активное привлечение учащихся в деятельность органов ученического самоуправления;
- организация работы информационных групп из числа юношей и девушек по принципу «равный обучает равного»;
- активное привлечение учащихся для участия в волонтерской деятельности.

Профилактическая работа строится со всеми участниками образовательного процесса. Для профилактики суицидальных мыслей, намерений и попыток целесообразно выделить следующие основные принципы деятельности:

Формировать «позитивное восприятие» окружающего мира.

В целом продолжительность и качество жизни связаны с такими чертами человека, как оптимизм и жизнерадостность. Наполеон Хилл: «Неудачи учат нас, а не ставят перед нами заграждения. В каждом отрицательном моменте заложены семена столь же существенных положительных моментов. Всего лишь одна, но хорошая идея, подкрепленная действием, способна обратить неудачу в успех. Ваши ошибки — это не Вы».

Принципиальный подход к «позитивному мышлению» заключается в переориентации восприятия окружающего мира, формировании оптимистичных тенденций в характере подростка.

Нужно научиться переключать психическую энергию подростка с деструктивного на конструктивное направление.

Например, вместо пустых переживаний типа «Ах, ну почему она меня не любит?» или «За что мне такое несчастье?» следует переформулировать проблему в вопрос «Что я должен предпринять, для того, чтобы она меня полюбила?» или «Что мне нужно от этой жизни, чтобы я чувствовал себя счастливым?».

Найти зону наибольшего проявления интересов и увлечений подростка и направьте туда его внимание, время и энергию.

Формы работы: объединения дополнительного образования разного направления, вовлечение в общественные дела, внеклассные массовые мероприятия и др.

Формировать антисуицидальные факторы личности подростка.

Ребенок – обычно довольно точное отражение той семьи, в которой он растет и развивается. Семья во многом определяет круг его интересов и потребностей, взглядов и ценностной ориентации, что, несомненно, значимо в урегулировании конфликта. Работа с семьей важнейшая составная часть профилактики суицида.

Направления работы с родителями по профилактике суицида:

- Систематическое разностороннее педагогическое просвещение родителей, т.е. ознакомление их как с основами теоретических знаний, так и с практикой работы с учащимися.
- Привлечение родителей к активному участию в учебно-воспитательном процессе.
- Формирование у родителей потребности в самообразовании.

Ежегодные мероприятия

Месяц	Мероприятие	Ответственный
Сентябрь	4 классы Тренинг «Умеем ли мы общаться»	Психолог
	5 классы Семинары «Что такое агрессия?»	Психолог
	Родительские собрания 5 классы «Адаптация в средней школе»	Психолог, зам по ВР
	Родительские собрания 8-9 классы «Особенности подросткового кризиса»	Психолог, зам по ВР
Октябрь	Семинар-тренинг для педагогов по теме: «Взаимодействие семьи и школы»	Психолог
	Семинары «Что такое агрессия?» 6 классы	Психолог

	Тренинги для агрессивных детей	Психолог
	Тренинги эффективности для родителей учащихся 4-х классов	Психолог
	Тренинговые занятия «Профилактика вредных привычек» 9 классы	Психолог
Ноябрь	Семинары «Что такое агрессия?» 7 классы	Психолог
	Родительские собрания 11 классы «Подготовка к экзаменам, как справляться со стрессом»	Психолог
	Родительские собрания 6-7 классы «переходный возраст, сопровождение кризиса»	Психолог
	Семинар с участием клуба медиаторов «Конфликты в школе «как их разрешать»»	Психолог, клуб ШСМ
	Круглый стол 11 классы	Психолог, классные руководители, зам. по УВР
	Круглый стол 5 классы	Психолог, классные руководители, зам. по УВР
Декабрь	5-7 тренинги для детей с компьютерной зависимостью	Психолог
	Классный час «Ценность жизни, как справляться с трудностями»	Психолог, классные руководители, зам. по УВР
	Круглый стол 6 классы	Психолог, классные руководители, зам. по УВР
	Круглый стол 9 классы	Психолог, классные руководители, зам. по УВР
Январь	5 классы Развивающие занятия «Как жить дружно»	Психолог
Февраль	Родительские собрания «Возрастные особенности: интересы и предпочтения восьмиклассников»	Психолог
Март	9-11 Тренинг на снятие тревожности	Психолог
	Тренинговые занятия «Профилактика вредных привычек» 11 классы	Психолог
Апрель	6-11 классы Тренинг «Толерантность»	Психолог
	Тренинг эффективности для родителей учащихся 6 классов	Психолог
Май	9-11 классы Тренинг «Радость жизни»	Психолог
	Классный час «Ценность жизни, как справляться с трудностями»	Психолог, классные руководители