

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ НОВОСИБИРСКОГО РАЙОНА НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ  
ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ «ВЕРХ-ТУЛИНСКИЙ»**

УТВЕРЖДАЮ:

Директор Центра образования  
«Верх-Тулинский»

Н.И. Уксусова

2024г



**ПРОГРАММА**

**по профилактике суицидального и саморазрушающего  
поведения  
«Выбери жизнь»**

Срок реализации - 2024-2025 учебный год.

с. Верх-Тула

2024г.

## **1. Пояснительная записка**

Данная Программа направлена на обеспечение организации деятельности психолога по профилактике суицидального и саморазрушающего поведения, составлена с учетом требований Федерального государственного образовательного стандарта и содержат описание модели профилактической работы по предотвращению рисков суицида и суицидальных намерений среди обучающихся общеобразовательных организаций.

При реализации данной программы поддерживается приоритет прав и интересов ребенка в соответствии с Конституцией Российской Федерации.

### **1.1. Нормативно-правовые документы, на основании которых разработана рабочая программа:**

- Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989) (вступила в силу для СССР 15.09.1990);
- Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных Законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 N 6-ФКЗ, от 30.12.2008 N 7-ФКЗ, от 05.02.2014 N 2-ФКЗ, от 21.07.2014 N 11-ФКЗ);
- Административный кодекс РФ (ст. 164 "О правах и обязанностях родителей");
- Уголовный кодекс РФ (ст. 117 «Истязание», ст. 110 «Доведение до самоубийства», ст. 131-134 «О преступлениях сексуального характера»);
- Семейный кодекс Российской Федерации от 29.12.1995 N 223-ФЗ;
- Закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 28 декабря 2010 г. №2106);
- Федеральный закон от 24.06.1999 года №120 – ФЗ «Об основах системы профилактики безопасности и правонарушений несовершеннолетних»;
- Федеральный закон от 24 июля 1998 г. N 124-ФЗ "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации" (с изменениями и дополнениями);
- Федеральный Закон РФ от 24 июня 2010 г. №436 «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию»;
- Методические рекомендации по профилактике суицидального поведения детей и подростков в ОУ Министерства образования и науки РФ от 18.01.16 №7-149;
- Письмо Минобрнауки России от 18.01.2016 № 07-149 "О направлении методических рекомендаций по профилактике суицида".

### **1.2. Место и роль профилактики суицидального и саморазрушающего поведения в психолого-педагогическом сопровождении**

Суицид- это глобальная и трагическая проблема для мирового сообщества. Проблема суицида привлекает внимание психологов, социологов, психиатров многих стран мира. По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), общее количество смертей от суицида с каждым годом стремительно возрастает.

В условиях современного общества процент детских и подростковых самоубийств растет, что порождает необходимость детального изучения причин, мотивов, ситуаций проявления суицидальных попыток и способов профилактики. Одной из главных целей школьного образования является создание и поддержание психологических условий, обеспечивающих полноценное психическое и личностное развитие каждого ребенка.

Наметившийся в последние года в Российской Федерации рост психических расстройств и связанных с этим последствий в виде увеличения депрессивных состояний, алкоголизма, наркомании, а также суицидов и т.п заставляют задуматься о мерах не только по лечению этих явлений, но и об эффективной профилактике.

Особое внимание в этой ситуации следует обратить на проведение профилактических мероприятий в образовательных учреждениях по предупреждению суицидальных действий детей и подростков. Ведь именно школьники являются наиболее уязвимыми к стрессовым ситуациям в силу неустойчивости своей психики, отсутствия эмоциональной поддержки со стороны взрослых. И порой их протест, вплоть до суицидальных действий- это всего лишь способ обратить на себя внимание, которого в большинстве случаев им не хватает.

Одной из самых напряженных остается в нашей стране ситуация по самоубийствам среди подростков. По данным ВОЗ, около 20% самоубийств в мире приходится на подростковый и юношеский возраст. По числу случаев суицида среди молодых людей Россия входит в пятерку лидеров. По разным оценкам, мы занимаем первое или четвертое место. Так, по заявлению Уполномоченного при президенте РФ по правам ребенка, согласно статистике, на 100 тыс. молодых людей в возрасте 15-19 лет приходится почти 20 случаев суицида, что превышает мировой показатель в 2,7 раза. Врачи констатируют, что из каждых 100 тысяч детей в возрасте 10-14 лет 2,5 кончают с собой, а из подростков 15-19 лет — 16,3. Среднемировая величина почти в три раза ниже.

Самоубийства в Российской Федерации являются важной социальной проблемой национального масштаба. Уровень самоубийств в нашей стране остаётся одним из самых высоких в мире.

В связи с этим, острота и актуальность проблемы суицидального поведения требует от учителей, педагогов-психологов, социальных педагогов и всех должностных лиц образовательной организации понимания сущности этого явления, умения своевременного распознавания признаков суицидальных намерений и организации профилактической работы, формирование, сохранение и укрепление психического здоровья воспитанников- одно из приоритетных направлений в работе образовательного учреждения, в реализации которого важное место отводится профилактической работе по выявлению и предупреждению кризисных состояний обучающихся и коррекции неадаптивных установок, приводящих к их развитию.

### **1.3. Цели и задачи программы**

**Цель** программы: организация профилактической работы по предупреждению суицидальных действий среди подростков среди подростков; сохранение и укрепление психического здоровья школьников в общеобразовательном учреждении.

**Задачи:**

- проведение комплекса мероприятий для выявления обучающихся группы лиц, склонных к суицидальному поведению и их комплексное психолого-педагогическое сопровождение (выявление причины склонности, психокоррекция поведения);
- Изучать особенности психолого-педагогического статуса школьников «группы риска» с целью установления проблем в личностной, эмоционально-волевой сфере и конструктивного решения.
- Организовать социально- психолого- педагогическое сопровождение

обучающихся с суицидальным поведением и их семьи.

- Выбатывать у воспитанников навыки контроля и самоконтроля в отношении неадаптивных социально-психологических установок

- Разработка и проведение психологических мероприятий и проектов, направленных на профилактику суицидального и саморазрушающего поведения учащихся общеобразовательного учреждения;

- осуществление психологического просвещения учащихся, педагогов, родителей (законных представителей) в области профилактики, причин, признаков и опасностей суицидального и саморазрушающего поведения;

- разработка психологических рекомендаций для учащихся, родителей и педагогов по устранению суицидального и саморазрушающего поведения учащихся общеобразовательного учреждения;

- повышение уровня самооценки, уровня социально – психологической адаптации детей и подростков.

- формирование осознанного и ответственного отношения к своей жизни и здоровью у учащихся общеобразовательного учреждения;

- оформление и ведение документации по реализации программы (планы работы, протоколы, журналы, психологические заключения и отчеты).

#### **1.4. Приоритетные направления и содержание деятельности психологического сопровождения**

В современных условиях предупредить суицидальное и саморазрушающее поведение учащихся возможно только при реализации системного подхода. Системный подход включает в себя следующие направления деятельности психолога.

1. **Профилактика** – предупреждение возникновения явлений дезадаптации, суицидального и саморазрушающего поведения обучающихся, разработка конкретных рекомендаций педагогическим работникам, родителям по оказанию помощи в вопросах воспитания, обучения и развития с учетом возникшей ситуации, возрастных и индивидуальных особенностей учащихся.

2. **Диагностика** (индивидуальная и групповая) - выявление явлений и признаков дезадаптации, суицидального и саморазрушающего поведения обучающихся и их психического состояния, которые должны быть учтены в процессе сопровождения, с целью выстраивания индивидуальной траектории работы с ребенком.

3. **Консультирование** (индивидуальное и групповое) - оказание помощи и создание условий для предупреждения и коррекции дезадаптации, суицидального и саморазрушающего поведения, способности выбирать и действовать по собственному усмотрению, обучаться новому поведению; информирование всех участников образовательной деятельности по вопросам, связанным с особенностями образовательного процесса для данной категории детей с целью создания адаптивной среды, позволяющей обеспечить полноценную интеграцию и личностную самореализацию в образовательной организации.

4. **Развивающая и коррекционная работа** (индивидуальная и групповая) - формирование потребности в новой модели поведения, возможности ее приобретения и реализации в жизни.

5. **Психологическое просвещение участников образовательного процесса** - формирование потребности в психологических знаниях, желания использовать их в интересах собственного развития; создание условий для полноценного личностного развития и самоопределения обучающихся на каждом возрастном этапе, а также в своевременном предупреждении возможных нарушений в становлении личности и развитии интеллекта.

6. **Организационно-методическая работа** - разработка и внедрение психологических программ и проектов, направленных на развитие универсальных учебных действий, преодоление отклонений в социальном и психологическом здоровье и профилактику асоциальных явлений (наркомании, социального сиротства, насилия в семье и др.), трудностей в адаптации, обучении и воспитании, нарушений в поведении, задержек и отклонений в развитии обучающихся; оформление и ведение документации (планы работы, протоколы, журналы, психологические заключения и отчеты).

**Основные объекты деятельности в рамках реализации программы:**

- подростки, ставшие на путь социальной дезадаптации, но имеющие ближайшие перспективы её преодоления.
- учащиеся, нуждающиеся в срочной психоэмоциональной поддержке.
- неблагополучные семьи.

**1.5. Основные психолого-педагогические мероприятия по профилактике суицидального и саморазрушающего поведения**

**Первый уровень** – общая профилактика.

*Цель* – повышение уровня психологического климата и групповой сплоченности в школе.

***Мероприятия:***

Создание общих школьных программ психологического здоровья, здоровой среды в школе, так чтобы дети чувствовали заботу, уют, любовь.

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 разных возрастных групп в воспитательно-образовательном процессе так и в период трудной жизненной ситуации (составление программы или плана работы по профилактике суицидального поведения учащихся).

- Психологическое просвещение среди родителей в первую очередь через выступления на родительских собраниях, лекториях, конференциях, через информирование на сайте гимназии.

- Привлечение различных государственных органов и общественных объединений для оказания помощи и защиты законных прав и интересов ребенка.

- Формирование позитивного образа Я, уникальности и неповторимости не только

собственной личности, но и других людей на различных уроках и занятиях по психологии.

• Привитие существующих в обществе социальных норм поведения, формирование детского милосердия, развитие ценностных отношений в социуме.

**Второй уровень** – первичная профилактика

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

## **Мероприятия**

### ***1. Диагностика суицидального поведения***

*Задачи педагога-психолога на данном этапе:*

- 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.

***2. Индивидуальные и групповые занятия*** по обучению проблем-разрешающего поведения, поиска социальной поддержки, ее восприятия и оказания, повышению самооценки, развитию адекватного отношения к собственной личности, эмпатии.

*Задачи педагога-психолога на данном этапе:*

- 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.
- Работа с семьей ребенка, попавшего в трудную жизненную ситуацию или испытывающего кризисное состояние.

***3. Просветительские мероприятия - классные часы, круглые столы, стендовая информация.***

*Задачи педагога-психолога на данном этапе:*

- Изучение теоретических аспектов проблемы с позиции различных наук (философии, физиологии, психологии, социологии, педагогики) и использование информации в работе с педагогами и родителями.
- Повышение осведомленности персонала, родителей и учащихся о признаках возможного суицида, факторах риска и путях действия в этой ситуации.

С педагогами проводится психологическое просвещение в вопросах психологического здоровья самих педагогов, а также дезадаптивного поведения детей и подростков, в том числе суицидального, дается информация о мерах профилактики суицида среди детей и подростков.

Родителей знакомим с информацией о причинах, факторах, динамике суицидального поведения, даются рекомендации, как заметить надвигающийся суицид, что делать, если у ребенка замечены признаки суицидального поведения.

С детьми о суициде вести беседы необходимо с позиции их 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. Именно поэтому подростки должны быть осведомлены о том, что суицид это

уход, уход от решения проблемы, от наказания и позора, унижения и отчаяния, разочарования и утраты, отвергнутости и потери самоуважения... словом, от всего того, что составляет многообразие жизни, пусть и не в самых радужных ее проявлениях. Прежде чем оказать помощь другу, который собирается совершить суицид, важно располагать основной информацией о суициде и о суицидентах. Особенно важно быть в курсе дезинформации о суициде, которая распространяется гораздо быстрее, чем информация достоверная. Дети должны получить достоверную информацию о суициде, которую необходимо знать для оказания эффективной помощи оказавшемуся в беде другу или знакомому.

**4. Разработка плана действий в случае самоубийства**, в котором должны быть процедуры действия при выявлении учащегося группы риска, действия при угрозе самоубийства и после самоубийства.

*Задачи педагога-психолога на данном этапе:*

- Включение созданной системы психолого-педагогической поддержки учащихся разных возрастных групп в воспитательно-образовательном процессе (составленной программы или плана работы по профилактике суицидального поведения учащихся) в общий план действий.
- Определение своей позиции и перечня конкретных действий при выявлении учащегося группы риска, при угрозе учащегося закончить жизнь самоубийством, и после самоубийства.

**Третий уровень** – вторичная профилактика

*Цель* - Предотвращение самоубийства.

**Мероприятия**

**1. Оценка риска самоубийства.**

Оценка риска самоубийства происходит по схеме: крайняя (учащийся имеет средство совершения самоубийства, выработан четкий план), серьезная (есть план, но нет орудия осуществления) и умеренная (вербализация намерения, но нет плана и орудий).

*Задачи педагога-психолога на данном этапе:*

- Педагог-психолог может взять на себя роль того, кто мог бы отговорить самоубийцу от последнего шага или выступить в роли консультанта того, кто решился вступить в контакт с учащимся, который грозит покончить жизнь самоубийством, отговорить самоубийцу от последнего шага.

**2. Оповещение соответствующего учреждения психического здоровья** (психиатрическая клиника), запрос помощи. Оповещение родителей.

**3. Разбор случая со школьным персоналом**, который был включен в работу, так чтобы он мог выразить свои чувства, переживания, внести предложения относительно стратегий и плана работы.

**Четвертый уровень** – реабилитация и профилактика рецидива

*Цель* - Снижение последствий и уменьшение вероятности дальнейших случаев, социальная и психологическая реабилитация суицидентов.

## **Мероприятия**

**1. Оповещение**, возможность проконсультироваться с психологом, внимание к эмоциональному климату в школе и его изменению.

*Задачи педагога-психолога на данном этапе:*

Оказание экстренной первой помощи, снятие стрессового состояния у очевидцев происшествия (дети, подростки, персонал школы).

**2. Глубинная психотерапевтическая коррекция**, обеспечивающая профилактику образования конфликтно-стрессовых переживаний в дальнейшем.

*Задачи педагога-психолога на данном этапе* должны быть определены и требуют проработки. В целом, данная работа – уровень медицинских психологов, психотерапевтов.

Утверждено  
Решением Педагогического совета  
\_\_\_\_\_ 20\_\_ г

## 2. Календарное планирование

№ п/п	Название работы	Категория сопровождения	Условия проведения	Специалисты	Срок проведения	Предполагаемый результат
<b>Организационно-методическая деятельность</b>						
1	Создание плана по профилактике на учебный год. Согласование и утверждение годового плана.	-	- педагогический совет	педагог-психолог, директор, заместители директора,	август-сентябрь	утвержденный годовой план по профилактике
2	Организационная и методическая подготовка к проведению психолого-педагогических мероприятий: материал для семинаров и родительских собраний, индивидуальных и групповых консультаций, диагностический инструментарий, развивающие программы, информационные листовки (буклеты)	все категории		педагог-психолог, зам. директора по ВР, классные руководители	в течение учебного года	материалы для психолого-педагогических мероприятий
№ п/п	Название работы	Категория сопровождения	Условия проведения	Специалисты	Срок проведения	Предполагаемый результат

4	Оформление документации: - обработка и анализ результатов диагностических исследований (групповых и индивидуальных); - обобщение полученных результатов, оформление заключений по итогам индивидуальной и групповой диагностики	учащиеся ОУ, родители учащихся		педагог-психолог	в течение учебного года	заключения по итогам диагностики,
<b>№ п/п</b>	<b>Название работы</b>	<b>Категория сопровождения</b>	<b>Условия проведения</b>	<b>Специалисты</b>	<b>Срок проведения</b>	<b>Предполагаемый результат</b>
<b>Просветительская деятельность</b>						
5	Выступления на педагогических советах и семинарах с целью повышения психолого-педагогической компетентности педагогов в части признаков и причин саморазрушающего и суицидального поведения	педагогический коллектив ОУ	педагогический совет, семинар	педагог-психолог, зам. директора по ВР	в течение учебного года	повышение психолого- педагогической компетентности педагогов ОУ
6	Выступления на родительских собраниях с целью повышения психолого-педагогической компетентности родителей (законных представителей) по вопросам признаков и причин саморазрушающего и суицидального поведения	родители учащихся ОУ	родительские собрания	педагог-психолог, зам. директора по ВР, классные руководители	в течение учебного года	повышение психолого- педагогической компетентности родителей
	компетентности родителей (законных представителей) по вопросам признаков и причин саморазрушающего и суицидального поведения					учащихся ОУ
10	Оформление информационного стенда педагога-психолога	Учащиеся, родители, педагоги ОУ		педагог-психолог	в течение учебного года	оформленный информационный стенд педагога-психолога; увеличение доступа актуальной психолого-педагогической информации
<b>№ п/п</b>	<b>Название работы</b>	<b>Категория сопровождения</b>	<b>Условия проведения</b>	<b>Специалисты</b>	<b>Срок проведения</b>	<b>Предполагаемый результат</b>
<b>Профилактическая деятельность</b>						

11	Профилактические занятия с обучающимися средней школы для предупреждения суицидального и саморазрушающего поведения среди учащихся (развитие навыков улучшения своего психоэмоционального состояния, саморефлексии, проблем-разрешающего поведения, способности доверия педагогам и обращения за помощью)	учащиеся средней школы	профилактические занятия	педагог-психолог, классные руководители	в течение учебного года	отсутствие/снижение суицидального и саморазрушающего поведения у учащихся; развитие мотивационной и коммуникационной сфер, устойчивость мотивации к жизни и разрешению собственных проблем безопасными способами;
12	Профилактика буллинга среди учащихся	учащиеся начальной и средней школы	Профилактические занятия	педагог-психолог, классные руководители	в течение учебного года (по запросу)	отсутствие буллинга в образовательном учреждении
13	Индивидуальная просветительская работа с обучающимися, с высоким риском и присутствием признаков суицидального и саморазрушающего поведения	Учащиеся с высоким риском саморазрушающего поведения	Индивидуальные и групповые занятия	педагог-психолог	в течение учебного года	создание индивидуального маршрута психолого-педагогического сопровождения каждого учащегося с высоким риском и присутствием признаков суицидального и саморазрушающего поведения; снижение и нивелирование уровня риска и признаков суицидального и саморазрушающего поведения
<b>№ п/п</b>	<b>Название работы</b>	<b>Категория сопровождения</b>	<b>Условия проведения</b>	<b>Специалисты</b>	<b>Срок проведения</b>	<b>Предполагаемый результат</b>
<b>Диагностическая деятельность</b>						

14	Изучение психоэмоционального состояния обучающихся 5-10х классов (групповая диагностика)	обучающиеся 5-10х классов	групповая диагностика	педагог-психолог, классные руководители	Ноябрь 2022	справка по итогам психолого-педагогической диагностики; актуальная информация о психоэмоциональном состоянии обучающихся 5-10х классов; записи в журнале заключений по итогам диагностики; выводы и рекомендации по результатам диагностики
15	Индивидуальная углублённая диагностика обучающихся с	Учащиеся с высоким риском	индивидуальная диагностика	педагог-психолог,	Ноябрь-декабрь 2022	справка по итогам психолого-педагогической диагностики;
	выявленными высоким риском и присутствием признаков суицидального и саморазрушающего поведения	саморазрушающего поведения	учащихся			выводы и рекомендации по результатам диагностики
<b>Коррекционно-развивающая деятельность</b>						
28	Индивидуальная коррекционно-развивающая работа с обучающимися, с выявленными высоким риском и присутствием признаков суицидального и саморазрушающего поведения	Учащиеся с высоким риском саморазрушающего поведения	индивидуальные коррекционно-развивающие занятия	педагог-психолог	ноябрь - май	снижение и нивелирование уровня риска и признаков подобного поведения; индивидуальное личностное развитие; развитие навыков улучшения своего психоэмоционального состояния, саморефлексии, обращения за помощью, проблем-разрешающего поведения
	Коррекционно-развивающая работа с семьями учащихся с высоким риском или признаками саморазрушающего поведения	Семьи учащихся с высоким риском или признаками саморазрушающего поведения	индивидуальные коррекционно-развивающие занятия	педагог-психолог, классные руководители	в течение учебного года	снижение и нивелирование уровня риска и признаков суицидального и саморазрушающего поведения; коррекция детско-родительских отношений и ситуации в семье
<b>№ п/п</b>	<b>Название работы</b>	<b>Категория сопровождения</b>	<b>Условия проведения</b>	<b>Специалисты</b>	<b>Срок проведения</b>	<b>Предполагаемый результат</b>
<b>Консультационная работа</b>						

31	Индивидуальное консультирование учеников, родителей и педагогов по вопросам, возникающим в части причин и действий при наличии признаков саморазрушающего и суицидального поведения	все категории	индивидуальные консультации	педагог-психолог	в течение года (по запросу)	решение индивидуальных вопросов в части причин и действий при наличии признаков саморазрушающего и суицидального поведения
32	Групповое консультирование учеников, родителей и педагогов по вопросам, возникающим в ходе образовательного процесса	все категории	групповые консультации	педагог-психолог	в течение года (по запросу)	решение индивидуальных проблем лично и в группе
33	Консультирование педагогов, обучающихся, родителей (законных представителей) по результатам проведенной психолого-педагогической диагностики по выявлению риска и признаков суицидального и саморазрушающего поведения (индивидуальные и групповые консультации)	все категории	индивидуальные и групповые консультации	педагог-психолог	в течение года	формирование правильного и ясного понимания интерпретации результатов диагностики у педагогов, обучающихся, родителей (законных представителей);  формирование плана действий педагогов, обучающихся, родителей на основе результатов диагностики
<b>Аналитическая и экспертная деятельность</b>						
38	Подготовка аналитического отчета по итогам проделанной работы за год и планирование работы на новый учебный год	-	-	педагог-психолог, администрация	май – июнь 2023	аналитический отчет по итогам проделанной работы за год; формирование плана работы на следующий учебный год; совершенствование деятельности педагога-психолога на основе саморефлексии и обратной связи всех участников

20.09.2022г

Педагог-психолог

\_\_\_\_\_ Д.Ю. Петрухина

