

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Невонская средняя общеобразовательная школа № 1»
имени Родькина Николая Дмитриевича

УТВЕРЖДАЮ


Директор школы


А.П.Билиенков

«31» августа 2020 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР

 О.Е.Колоскова

«31» августа 2020 г.

РАССМОТРЕНО

На заседании

педагогического совета

Протокол № _51_

от «29» августа 2020 г.



Программа
профилактики суицида и суицидального поведения
детей и подростков
«Я выбираю жизнь»
на 2020 – 2025 учебный год

1. Концептуальная основа программы

По данным детского фонда ООН за последние годы значительно увеличилось число суицидальных попыток и завершённых самоубийств среди молодежи и даже детей. Уровень самоубийств среди российских подростков в настоящее время является одним из самых высоких в мире. Самоубийство подростков занимает третье место среди ведущих причин смертельных случаев и четвертое - среди основных причин потенциальной потери жизни. Анализ материалов уголовных дел показывает, что 62% всех самоубийств несовершеннолетними совершается из-за конфликтов и неблагополучия в их окружении: боязни насилия со стороны взрослых, бестактного поведения учителей, одноклассников, друзей, черствости и безразличия окружающих. В целом ряде случаев подростки решались на самоубийство из-за равнодушного отношения родителей и педагогов к их проблемам, протесту, таким образом, против безразличия и жестокости взрослых. Решаются на такой шаг, как правило, замкнутые, ранимые, страдающие от одиночества и чувства собственной ненужности подростки, потерявшие смысл жизни. Причиной суицида могут быть также алкоголизм и наркомания, как родителей, так и самих подростков, индивидуальные психологические особенности человека, внутриличностные конфликты и т.п. Проблема детских суицидов присуща как неблагополучным семьям, так и семьям с внешними признаками социального и финансового благополучия.

Суицидальные действия у детей часто бывают импульсивными, ситуативными и не планируются заранее. Попытки суицида являются следствием непродуктивной (защитной) адаптации к жизни – фиксированного, негибкого построения человеком или семьей отношений с собой, своими близкими и внешним миром на основе действия механизма отчуждения. Своевременная психологическая помощь, участливое отношение к подросткам, попавшим в трудную жизненную ситуацию, помогли бы избежать трагедий.

2. Цель и задачи программы

Цель:

Организация профилактической работы по предупреждению суицидальных действий подростков, развитие стрессоустойчивости, сохранение и укрепление психического здоровья обучающихся.

Задачи:

1. Создать систему социально-психолого-педагогической поддержки учащихся разных возрастных групп в воспитательно-образовательном процессе школы и в период трудной жизненной ситуации.
2. Изучить особенности социально-психолого-педагогического статуса каждого учащегося с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих в психическом состоянии, общении, развитии и обучении.
3. Выявить детей, нуждающихся в незамедлительной помощи и защите и оказать экстренную первую помощь, обеспечить безопасность ребенка, снять стрессовое состояние.
4. Привлечь различные государственные органы и общественные объединения для оказания помощи и защиты законных прав и интересов ребенка.
5. Прививать учащимся существующие в обществе социальные нормы поведения, формировать детское милосердие, развивать ценностные отношения в социуме.
6. Формировать позитивный образ Я, уникальности и неповторимости не только собственной личности, но и других людей.

3. Правовая основа программы.

1. Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации»(№ 273-ФЗ от 29.12.2012)..
2. Письмо Минобразования России от 26.01.2000 № 22-06-86 «О мерах по профилактике суицида среди детей и подростков».
3. Письмо Минобразования России РФ от 27 июня 2003г. N 28-51-513/16. Методические рекомендации по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся в учебно-воспитательном процессе в условиях модернизации образования.
4. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.01.2016 № 07-149 "О направлении методических рекомендаций по профилактике суицида".
5. Конституция Российской Федерации
6. Федеральный закон Российской Федерации от 24 июня 1999 г. № 120-ФЗ "Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних".
7. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2010 г. № 436-ФЗ "О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию".
8. Приказ Минобрнауки России от 26 октября 2011 г. № 2537 "Об утверждении плана мероприятий Министерства образования и науки Российской Федерации по профилактике суицидального поведения среди обучающихся образовательных учреждений на 2011 - 2015 годы" и др.
9. Национальная стратегия действий в интересах детей на 2012 - 2017 годы, утвержденная Указом Президента Российской Федерации от 01.06.2012 г. № 761.

4. Структура и содержание программы

Исходя, из цели и задач программы работа проводится по следующим направлениям:

1. Выявление и реабилитация детей «группы риска» и семей, находящихся в социально опасном положении:

- диагностика – тесты на определение личностной и реактивной тревожности, подверженности стрессу
- создание электронной базы данных по социально неблагополучным семьям, детям, склонным к суицидальному поведению
- проведение профилактических мероприятий, направленных на снижение суицидального риска

2. Пропаганда здорового образа жизни, сохранение и укрепление психического здоровья среди обучающихся:

- организация досуга несовершеннолетних для формирования широкого круга интересов, увлечений, занятий, направленных на укрепление и сохранение психического и физического здоровья
- организация и проведение мероприятий, акций по пропаганде ЗОЖ, вовлечение детей «группы риска» в массовые и социально-значимые мероприятия.

3. Оптимизация межличностных отношений в школе.

Поскольку причинами суицидов среди подростков являются также и нарушения межличностных отношений в школе, необходимо принять меры по формированию классных коллективов, нормализации стиля общения педагогов с учащимися.

Оптимизации учебной деятельности учащихся, 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.).

Взаимоотношения с учащимися должны строиться на основе уважения, убеждения, спокойном, доброжелательном тоне общения.

5. Ожидаемые конечные результаты реализации программы

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 детско-родительских взаимоотношений.

6. План мероприятий по реализации программы

№	Содержание работы	сроки	ответственный
1	Выявление и реабилитация несовершеннолетних и их семей, оказавшихся в сложной жизненной ситуации	В течение года	Администрация, Социальный педагог Педагог-психолог
2	Составление базы данных по социально-неблагополучным семьям	сентябрь	Социальный педагог
3	Проведение индивидуальных профилактических бесед с детьми из семей социального риска	В течение года	Социальный педагог, классные руководители, педагог-психолог
4	Незамедлительное сообщение в администрацию школы ОДН, КДН, отдел опеки и попечительства о фактах насилия над ребенком со стороны родителей или других взрослых лиц.	В течение года	Классные руководители, Социальный педагог, педагог-психолог
5	Регулирование взаимоотношений и конфликтных ситуаций среди школьников. Пресечение всех случаев неуставных (школьных) отношений с привлечением при необходимости работников ОДН	По необходимост и	Классные руководители, Социальный педагог, педагог-психолог
Работа с учащимися			
6	Психологические классные часы: - «В поисках хорошего настроения» - «Профилактика курения» - «Как научиться жить без драки» - «Толерантность» - «Учимся снимать усталость» - «Как преодолевать тревогу» - «Способы решения конфликтов с родителями» - «Стресс в жизни человека. Способы борьбы со стрессом» - «Грани моего Я» - «Я + он + они =мы» - «Способы саморегулирования эмоционального состояния» - «Как сказать НЕТ!» - «Не сломай свою судьбу! Подросток и наркомания».	В течение года	Классные руководители, Социальный педагог, педагог-психолог
7	Правовые классные часы: - что ты должен знать об УК РФ	В течение года	Классные руководители,

	- уголовная ответственность несовершеннолетних - знаешь ли ты свои права и обязанности		Социальный педагог, педагог-психолог
8	Проведение тренинговых занятий по психолого-педагогической поддержке обучающихся к выпускным экзаменам (9, 11 классы)	Март - апрель	Классные руководители, педагог-психолог
9	Организация работы в период школьных каникул по оздоровлению и занятости детей и подростков, находящихся в социально-опасном положении	Во время каникул	Классные руководители
10	Вовлечение детей и подростков, находящихся в социально-опасном положении, в кружки, секции, клубы по интересам	Октябрь	Классные руководители
11	<p>Диагностика:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Исследование социального статуса (1 – 11 классы) ➤ Исследование уровня адаптации (1,5 классы) ➤ Склонность к отклоняющемуся поведению (дети «группы риска») 	<p>1 раз в год октябрь</p> <p>2 раза в год (октябрь, апрель)</p>	Классные руководители, социальный педагог, педагог-психолог
Работа с педагогами			
12	Семинар «Профилактика суицидального поведения подростков»	Октябрь	Педагог – организатор, социальный педагог, педагог-психолог
13	Семинар классных руководителей «Психологический климат в классе»	Февраль	Педагог – организатор, педагог-психолог
14	Заседание ШМО классных руководителей Круглый стол «Профилактика конфликтных ситуаций и работа с ними»	Апрель	Педагог – организатор, социальный педагог, педагог-психолог
Работа с родителями			
15	Классные родительские собрания по профилактике суицида среди подростков	В течение года	Классные руководители, социальный педагог, педагог-психолог
16	Круглый стол «Позитивное и негативное в поведении ребенка: как к этому относиться» (родители 8-11 классов)	Февраль	Педагог – организатор, социальный педагог, классные руководители
17	<p>Родительский лекторий:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Что такое суицид и как с ним бороться. ➤ Особенности детско-родительских отношений как фактор психологического дискомфорта 	<p>Сентябрь</p> <p>Март</p>	Педагог – организатор, социальный педагог, классные руководители, педагог-психолог

Приложение 1.

ПАМЯТКА ПЕДАГОГАМ

(по предупреждению суицидальных попыток среди подростков)

Сигналы суицидального риска

Ситуационные сигналы:

- Смерть любимого человека;
- Вынужденная социальная изоляция, от семьи или друзей (переезд на новое место жительства);
- Сексуальное насилие;
- Нежелательная беременность;
- «Потеря лица» (позор, унижения).

Поведенческие сигналы:

- Наркотическая и алкогольная зависимость;
- Уход из дома;
- Самоизоляция от других людей и жизни;
- Резкое снижение поведенческой активности;
- Изменение привычек, например, несоблюдение правил личной гигиены, ухода за внешностью;
- Предпочтение тем разговора и чтения, связанных со смертью и самоубийствами;
- Частное прослушивание траурной или печальной музыки;
- «Приведение дел в порядок» (раздаривание личных вещей, письма к родственникам и друзьям, урегулирование конфликтов).

Эмоциональные сигналы:

- Поиск пути к смерти и желание жить одновременно;
- Депрессивное настроение: безразличие к своей судьбе; подавленность, безнадежность, беспомощность, отчаяние;
- Переживание горя.

Коммуникативные сигналы:

-Прямые или косвенные сообщения о суицидальных намерениях («Хочу умереть» - прямое сообщение, «Скоро все это закончится» - косвенное). Шутки, иронические высказывания о желании умереть, бессмысленности жизни также относятся к косвенным сообщениям.

Помощь при потенциальном суициде

Распознавание суицидальной опасности, разговор с суицидентом о его намерениях – это первая помощь.

Выслушивайте. Не пытайтесь утешить общими словами типа: «Ну, все не так плохо», «Вам станет лучше», «Не стоит этого делать». Дайте возможность высказаться.

Обсуждайте. Открытое обсуждение планов и проблем снимает тревожность.

Одно из важных отличий суицидоопасного состояния – ощущение себя «вне» общества, поскольку тема самоубийства табуирована (табу – запрет).

Поэтому важно задавать вопросы о самоубийстве, не избегать этой темы.

Будьте внимательны к косвенным показателям при предполагаемом самоубийстве. Каждое шутливое упоминание или угрозу следует воспринимать всерьез. Скажите, что вы принимаете их всерьез.

Выработайте совместные решения о дальнейших действиях. Постарайтесь вместе искать альтернативные варианты решения.

Проявляйте интерес, но не оценивайте, не обсуждайте и не пытайтесь переубедить собеседника.

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

- Чаще показывайте детям, как сильно вы их любите, не скрывайте это.
- Не бойтесь попросить совета у вашего ребенка – это только сблизит вас.
- Доверять вам будут, если вы будете не только родителями, но и друзьями, способными понять и сопереживать.
- Будьте примером для ребенка: ведь как вы сейчас относитесь к своим родителям, так и к вам будут относиться к старости.
- Чаще бывайте в школе.
- Не забывайте слова известного педагога В. Сухомлинского: «Наиболее полноценное воспитание, как известно, школьно-семейное».

Приложение 2

Развеем мифы

МИФ 1. Люди, говорящие о самоубийстве, никогда не осуществляли его на деле.

Это не так. На самом деле 4 из 5 суицидентов не раз подавали сигнал о своих намерениях.

МИФ 2. Человек в суицидальном состоянии твердо решил покончить жизнь самоубийством.

Это не так. Большинство самоубийц не пришли к однозначному решению жить или умереть. Они «играют со смертью», предоставляя окружающим возможность спасти их.

МИФ 3. Самоубийство происходит внезапно, без всякого предупреждения.

Это не так. Суициду предшествует ряд сигналов, выражающих внутреннюю борьбу человека между жизнью и смертью.

МИФ 4. Суициденты постоянно думают о смерти.

Это не так. Позывы к смерти кратковременны. Если в такой момент помочь человеку преодолеть стресс, его намерения могут измениться.

МИФ 5. Улучшение, наступающее после суицидального кризиса, означает, что угроза самоубийства прошла.

Это не так. Большинство самоубийств происходит в течение примерно 3 месяцев после начала «улучшения», когда у человека появляется энергия для воплощения своих мыслей и чувств к жизни.

МИФ 6. Суицид чаще всего совершают молодые люди.

Это не так. Суицид примерно в равной мере проявляется среди всех возрастных категорий.

МИФ 7. Самоубийства происходят гораздо чаще в среде богатых или, наоборот, исключительно среди бедных.

Это не так. Уровень самоубийства одинаков во всех слоях общества.

МИФ 8. Суицид – это наследственная «болезнь».

Это не так. Добровольная смерть одного из членов семьи может усилить суицидальный кризис у других лишь в том случае, когда они сами подвержены мысли о смерти.

МИФ 9. Все самоубийцы – душевнобольные или умственно неполноценные люди.

Это не так. Уходят из жизни глубоко несчастные люди.

МИФ 10. Женщины угрожают самоубийством, а мужчины осуществляют его.

Это не так. Мужчины в 3 раза больше женщин заканчивают жизнь самоубийством, а женщины в 3 раза чаще мужчин предпринимают попытки суицида. Женщины используют средства с большими шансами на спасение: таблетки, яды, газ и т.д. Мужчины предпочитают огнестрельное оружие или веревку, где шансы на спасение минимальны.