



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа п. Корнево»
Багратионовского района Калининградской области

238441, п. Корнево, ул. Школьная, 5 тел/факс 8(4015)66-43-26 e-mail: kornevoschool@yandex.ru сайт:
<https://kornevoschool.klgdschool.ru> ОКПО 59621832 ИНН 3915010232 КПП 391501001 ОГРН 1023902213389

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «СОШ п. Корнево»
И.А. Цыбина
« 23 » 06 2023 г.



Программа
по профилактике суицидального поведения
среди обучающихся
«Я выбираю жизнь»
на 2023-2024 учебный год

Составитель: Шушеньков Олег Владимирович
Заместитель директора по воспитательной работе

п. Корнево 2023

Пояснительная записка.

1. 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. По данным отчёта Детского фонда ООН за последние годы значительно увеличилось число суицидальных попыток и завершённых самоубийств среди молодежи и даже детей. Уровень самоубийств среди российских подростков в настоящее время является одним из самых высоких в мире. Самоубийство подростков занимает третье место среди ведущих причин смертельных случаев и четвертое среди основных причин потенциальной потери жизни. Анализ материалов уголовных дел показывает, что 62% всех самоубийств несовершеннолетними совершается из-за конфликтов и неблагополучия: боязни насилия одноклассников, друзей, чужеродности 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 подростки. Также причиной суицида может быть алкоголизм и наркомания, как родителей, так и самих подростков, индивидуальные психологические особенности человека, внутриличностный конфликт и т.д. Суицидальные действия у детей часто бывают импульсивными, ситуативными и не планируются заранее. Попытки суицида являются следствием непродуктивной (защитной) адаптации к жизни – фиксированное, негибкое построение человеком или семьей отношений с собой, своими близкими и внешним миром на основе действия механизма отчуждения: попыткам разрешить трудную жизненную ситуацию непригодными, неадекватными способами. Своевременная психологическая помощь, поддержка, оказанная вовремя, помогут избежать трагических ситуаций.

2. ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Данная программа предназначена для организации профилактической и коррекционной работы по предотвращению суицидальных попыток среди учащихся разных возрастных групп в общеобразовательном учреждении. При её разработке мы опирались на Письмо Минобразования РФ от 29 мая 2003 г. № 03-51-102ин/22-03 “О мерах по усилению профилактики суицида детей и подростков”, книгу А.Ананьева «Не допустить самоубийства»

Цель программы: 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.

Поставленная цель достигается за счёт последовательного решения следующих задач:

- Изучение теоретических аспектов проблемы с позиции различных наук (философии, физиологии, психологии, социологии, педагогики) и использование информации в работе с педагогами, воспитателями, в отдельных случаях с родителями.
- Выявление детей, нуждающихся в незамедлительной помощи и защите и оказание первой экстренной психологической 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 школы и в период трудной жизненной ситуации.

- 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.

3. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Диагностическая и коррекционно-развивающая работа педагога -психолога с детьми и подростками с высоким уровнем тревожности и низкой самооценкой.

Просветительская и методическая работа со специалистами, работающими с детьми и подростками с высокой степенью суицидальных намерений, с учётом «онлайн-тестирования»

Профилактическая работа социального педагога, педагога-психолога и других педагогических работников с целью снижения суицидальных рисков.

4. 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 микро социального 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.

5. ПРИНЦИПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

- Принцип ценности личности, заключающийся в самоценности 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.

6. ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Воспитанники получают возможность психологического раскрепощения, сформируются навыки и приемы, способствующие самовыражению каждого ученика;

Будут изучены теоретические аспекты проблемы с позиции различных наук (философии, физиологии, психологии, социологии, педагогики) и данная информация будет использована в работе с педагогами, в отдельных случаях с родителями.

Будут выявлены дети, нуждающиеся в незамедлительной помощи и защите и оказании первой экстренной психологической помощи, обеспечении безопасности ребенка, снятии стрессового состояния.

Будут изучены особенности психолого-педагогического статуса каждого учащегося с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих в психическом состоянии, общении, развитии и обучении.

Создастся система психолого-педагогической поддержки учащихся разных возрастных групп в образовательном процессе школы и в период трудной жизненной ситуации.

Будут привлечены различные государственные органы и общественные объединения для оказания помощи и защиты законных прав и интересов воспитанников.

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

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 (объединения дополнительного образования разного направления, вовлечение в общественные дела, внеклассные массовые мероприятия и др.).

ФОРМИРОВАТЬ АНТИСУИЦИДАЛЬНЫЕ ФАКТОРЫ личности подростка.

- Систематическое разностороннее педагогическое просвещение педагогов, воспитателей т.е. ознакомление их как с основами теоретических знаний, так и с практикой работы с учащимися.

- Привлечение служб района КЦСОН, КДН и ЗП, инспектора ПДН, врача-нарколога ЦРБ, специалистов ДЮСШ к активному участию в учебно-воспитательном процессе.

- Проведение мероприятий, направленных на позитивное восприятие мира, например: День толерантности, Неделя добра.

- Неделя правовых знаний.

- Проведение месячника здорового образа жизни

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.

Профилактическая работа строится со всеми участниками образовательного процесса.

СИСТЕМА ПРОГРАММНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

<u>Просвещение и профилактика</u>				
Учащиеся				
№ п / п	Содержание работы	Сроки	Ответствен ный	Форма отчета
1	Выявление несовершеннолетних, в том числе с учетом результатов «онлайн-тестирования» с высоким уровнем эмоциональных зависимостей.	в течение года	соц. педагог, педагог-психолог	
2	Составление базы данных с учетом полученных результатов	сентябрь 2023	соц. педагог, педагог-психолог	Социальный паспорт школы
3	Проведение индивидуальных профилактических бесед, направленных на выявление причин суицидального поведения.	в течение года	соц. педагог	Журнал регистрации бесед
4	Организация и проведение внеурочных мероприятий (спортивные секции, кружки, военно-патриотический клуб, месячник ЗОЖ, правовая неделя, неделя добра, День толерантности и т.д.) согласно плану старшего воспитателя	в течение года	соц. педагог, педагог-психолог	Журнал внеурочной и кружковой деятельности
5	Проведение индивидуальных и групповых занятий с элементами тренинга с учащимися прошедшими «онлайн-тестирование, направленных на снижение уровня тревожности	в течение года	педагог-психолог	Журнал регистрации бесед
6	Класные часы: «В поисках хорошего настроения» (1 кл) «Территория моей радости» (2 кл) «Цвет моего настроения» (3 кл,)	октябрь 2023 ноябрь 2023 январь 2024	соц. педагог кл. руководител и 1-9 классов	Отчет классного руководителя

	«Остров» (4 кл) «Толерантность» (8-9 классы) «Способы решения конфликтов» (7 кл.) «Стресс в жизни человека. Способы борьбы со стрессом» (8 кл.) «Грани моего Я» (9 кл.) «Как сказать, нет!» (8 кл.) «Не тони! Поддай знак жизни!» (9 кл) «Общероссийский телефон доверия 8800200122»	сентябрь 2023 февраль 2024 декабрь 2023 октябрь 2023 по плану	педагог-психолог	
7	Правовые классные часы: Что ты должен знать об УК РФ (6 – 8 кл.) Уголовная ответственность несовершеннолетних (8 – 9 кл.) Знаешь ли ты свои права и обязанности (5 – 9 классы)	сентябрь-октябрь 2023 ноябрь 2023	Инспектор ПДН соц. педагог, классные руководители	Справка, Отчет классного руководителя
8	Психолого-педагогическая поддержка обучающихся при подготовке учащихся к ОГЭ с учётом характерологических особенностей учащихся	март – апрель 2024	педагог-психолог	
9	Игра для учащихся 5–6 х классов «Остров» (интеграция «отверженных»)	октябрь 2024	педагог-психолог	Аналитическая справка
10	Игра-тренинг «В чём смысл жизни?» (9кл)	февраль 2024	кл. руководитель, педагог-психолог	Аналитическая справка
11	Гр. занятие по формированию социальных навыков и навыков здорового образа жизни «Я и мой выбор»	в течение года	кл. руководитель, педагог-психолог, учитель	

			физической культуры	
1 2	Дискуссия с подростками «Успех в жизни»	декабрь 2023	соц. педагог,	Аналитическая справка
1 3	Круглый стол с приглашением врача нарколога «Я выбираю здоровый образ жизни!»	по плану	соц. педагог	Аналитическая справка
Педагоги				
1	Деловая игра «Педагогические приёмы создания ситуации успеха»	октябрь 2023	соц. педагог	Аналитическая справка
2	Семинар «Что такое суицид. Признаки суицидального поведения»	ноябрь 2023	соц. педагог, педагог-психолог	
3	Семинар кл. руководителей «Некоторые причины и формы проявления невротических расстройств у современных старшеклассников»	декабрь 2023	педагог-психолог	Аналитическая справка
4	Практический минисеминар для педагогов и воспитателей «Психологический климат в классе»	февраль 2024	соц. педагог, педагог-психолог	Аналитическая справка
5	Размещение рекомендательного материала для педагогов на информационном стенде	март 2024	педагог-психолог	
Диагностика				
Учащиеся				
1	Социометрия.	по плану	кл. руководитель, педагог-психолог	
2	Исследование уровня адаптации 1,5 классов	по плану	педагог-психолог	Аналитическая справка
3	Исследование уровня тревожности	по плану	кл. руководитель, педагог-психолог	Аналитическая справка
4	Опросник Басса – Дарки (агрессия, чувство вины)	по запросу	педагог-психолог	Аналитическая справка
5	Беседа «Оценка способов реагирования на конфликтные ситуации» с	по запросу	соц. педагог	Журнал регистрации бесед

	применением игротренинга			
6	Беседа «Склонность к отклоняющемуся поведению»	дети групп ы риска	соц. педагог	Журнал регистрации бесед
Педагоги и воспитатели				
1	Опросник «Эмоциональное выгорание»	по плану два раза в год	педагог-психолог	Аналитическая справка
Коррекция				
1	Практическое занятие с элементами тренинга «Ты и я – такие разные» - для подростков 5-7 класс	октябрь 2023	педагог-психолог	Журнал регистрации бесед
2	Практическое занятие с элементами тренинга «Барьеры непонимания» 8-9 класс	ноябрь 2023	соц. педагог, педагог-психолог	Журнал регистрации бесед
3	Практическое занятие по повышению самооценки «Моя любимая игрушка» (1-4кл)	Декабрь 202д	педагог-психолог	Журнал регистрации бесед
4	Групповое практическое занятие «Счастье — это...»	февраль 2024	соц. педагог, педагог-психолог	Журнал регистрации бесед
5	Тренинг «Манипуляция: игры, в которые играют все» (5, 6, 7 кл)	арт 2024	педагог-психолог	Журнал регистрации бесед

Литература

1. Бережковская Е. Чем и как увлекаются подростки // Школьный психолог, 2005, №1
2. Борщевницкая Л. Психологический час “Как научиться жить без драки” // Школьный психолог, 2006, №10.
3. Галушина Э., Комарова О. Игра для подростков “В чем смысл жизни” // Школьный психолог, 2005, №5.
4. Зарипова Ю. Поверь в себя. Программа психологической помощи подросткам // Школьный психолог, 2007, №4 (16).
5. Кардашина О., Родионов В., Ступницкая М. Я и мой выбор. Занятия для учащихся 10 – 11 классов по формированию социальных навыков и навыков здорового образа жизни // Школьный психолог, 2001, №27.
5. Кузнецов Д. Демобилизирующая тревожность: некоторые причины и формы проявления невротических расстройств у современных старшеклассников // Школьный психолог, 2005, №2
7. Михайлова Н., Сафонова Т., Тюпкина Е., Немолот Е. Деловая игра для педагогов среднего звена “Педагогические приёмы создания ситуации успеха” // Школьный психолог, 2006, №15.

3. Манелис Н. Психологический климат в классе // Школьный психолог, 2001, №10, 12, 16, 19.
9. Мешковская О. Занятие “Подарок самому себе” // Школьный психолог, 2005, №10.
10. Николаева Н. Программа комплексного взаимодействия с подростками “группы риска” “Грани моего Я” // Школьный психолог, 2006, №15
11. Ожегов С.И. словарь русского языка. / Под ред. Н.Ю.Шведовой. 1984. – 797 с.
12. Панченко Н. Занятие “Я + Он + Они == Мы” // Школьный психолог, 2006, №18.
13. Профилактика суицидального поведения. Методические рекомендации. Сост.: А.Г.Абрумова и В.А.Тихоненко. М., 1980.
14. Родионов В., Лангуева Е. Программа тренинга “Манипуляция: игры, в которые играют все” // Школьный психолог, 2005, №2, 5, 6, 7.
15. Савченко М. Тренинг “Уверенность” для учащихся 11 классов // Школьный психолог, 2005, №2, 3, 4
16. Сиягин Ю.В., Сиягина Н.Ю.. Детский суицид. Психологический взгляд. КАРО, С – П , 2006. – 176 с.
17. Соболева А. Профилактика конфликтных ситуаций и борьба с ними // Школьный психолог, 2004, №40, 41, 42.
18. Стишенок И. Игра “Колочка” // Школьный психолог, 2006, №11.
19. Фоминова А. Как улучшить настроения. Изучение способов саморегуляции эмоционального состояния. Школьный психолог, 2006, №2
20. Шашкова З. Ты и я – такие разные. Занятие для подростков 11-12 лет // Школьный психолог, 2002, №11.
21. Электронный вариант журнала «Школьный психолог» (ШП)
<http://psy.1september.ru/index.php?year=2005&num=02>