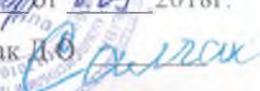


<b>Принято</b> На педагогическом совете Протокол № <u>3</u> от 30.09.2018г	<b>Рассмотрено</b> На общешкольном родительском собрании Протокол № <u>3</u> от <u>28.09</u> 2018г.	<b>Утверждено</b> Приказом директора № <u>191</u> от <u>6.09</u> 2018г. Салчак Д.С. 
---	---	--

Программа  
профилактики суицидального поведения  
«МЫ ГОЛОСУЕМ ЗА ЖИЗНЬ!»  
на 2018/2021 уч.гг.

Г. Кызыл, 2018г.

## Паспорт программы.

Наименование программы	Программа профилактики суицидального поведения обучающихся « Мы голосуем за жизнь!»
<p>Основопологающие документы</p>	<p style="text-align: center;"><b>НОРМАТИВНО-ПРАВОВЫЕ АКТЫ, РЕГЛАМЕНТИРУЮЩИЕ ПРОФИЛАКТИКУ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Конституция Российской Федерации, в редакции указов Президента РФ №841 от 25.07.2003г.</li> <li>2. Конвенция ООН о правах ребенка (ст. 6, 8, 16, 27, 28, 29, 30) □ФЗ РФ № 124 «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ» статья 14.</li> <li>3. Федеральный закон об Образовании Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ.</li> <li>4. ФЗ РФ № 120 от 24.06.1999г. «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних».</li> <li>5. Письмо Министерства образования Российской Федерации «О мерах по профилактике суицида среди детей и подростков» от 26.01.2000 г. и от 29.05.2003 г.3</li> <li>6. Письмо Департамента воспитания и социализации детей Министерства образования и науки РФ от 27.02.2012 г. № 06-356 «О мерах по профилактике суицидального поведения обучающихся».</li> <li>7. План мероприятий Министерства образования и науки РФ по профилактике суицидального поведения среди обучающихся образовательных учреждений на 2011 -2015 годы. утв. приказом Минобрнауки России от 26.10.2011 г. № 2537.</li> <li>8. Уголовный кодекс РФ (ст. 117 «Истязание», ст. 110 «Доведение до самоубийства», ст. 131-134 «О преступлениях сексуального характера»).</li> <li>9. Административный кодекс РФ (ст. 164 "О правах и обязанностях родителей").</li> <li>10. Распоряжение Правительство Республики Тыва от 17.04.2017г. №172-р г.Кызыла «Об утверждении межведомственного плана мероприятий по профилактике детских суицидов на территории РТ на 2017-2019 годы».</li> <li>11. Департамент по образованию Мэрии города Кызыла П Р И К А З № 128 от 22 марта 2018 года Об усилении профилактической работы с обучающимися ( в том числе по профилактике суицидов)</li> </ol>
Цель программы	Формирование у школьников позитивной адаптации к жизни, как процесса сознательного построения и достижения человеком относительно устойчивыхравновесий отношений между собой, другими людьми и миром в целом

<p>Задачи программы</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Изучить теоретические аспекты проблемы и использовать информацию в работе с учащимися, родителями.</li> <li>- Выявить детей, нуждающихся в незамедлительной помощи и организовать защиту и первую экстренную помощь им.</li> <li>- Изучить особенности психолого-педагогического статуса каждого учащегося с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих в психическом состоянии, общении, развитии, обучении.</li> <li>- Создание условий для психолого-педагогической поддержки учащихся разных возрастных групп в воспитательно-образовательном процессе и в период трудной жизненной ситуации.</li> <li>- Формирование позитивного образа "Я", уникальности и неповторимости не только собственной личности, но и жизни других людей.</li> <li>- Оказание психолого-педагогической поддержки семье ребенка, попавшего в трудную жизненную ситуацию и испытывающего кризисное состояние.</li> </ul>
<p>Сроки и этапы реализации программы</p>	<p>Сроки программы 2018-2021г.г.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Подготовительный этап: 2018 – 2019 уч.г. <ul style="list-style-type: none"> <li>- изучение и анализ проблемы;</li> <li>- формирование общественного мнения о значимости и необходимости организации работы по данному направлению педагогов и родителей.</li> </ul> </li> <li>2. Основной этап: 2018 - 2021гг <ul style="list-style-type: none"> <li>- реализация программы в соответствии с планом работы школы.</li> </ul> </li> <li>3. Заключительный этап: июнь 2021г <ul style="list-style-type: none"> <li>- мониторинг реализации программы с последующей коррекцией.</li> </ul> </li> </ol>
<p>Направления деятельности</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Работа с учащимися, ставшими на путь социальной дезадаптации.</li> <li>- Работа с учащимися, нуждающимися в психологоэмоциональной поддержке.</li> <li>- Профилактическая работа с ученическим коллективом.</li> <li>- Психолого-педагогическое просвещение родителей.</li> <li>- Научно-методическое обеспечение воспитательного процесса учителей.</li> </ul>
<p>Исполнители программы.</p>	<p>Педагогическая и родительская общественность</p>
<p>Ожидаемые результаты</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Снижение количества учащихся с девиантным поведением.</li> <li>- Высокий уровень педагогической компетентности и умение решать конфликтные ситуации.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Высокий уровень социальной и педагогической поддержки и защиты учащихся, попавших в трудную жизненную ситуацию.</li> <li>- Снижение суицидальных попыток.</li> <li>- Оптимизация взаимоотношений в детско-родительской среде.</li> <li>- Ученик, активно приспособленный к социальной среде.</li> <li>- Сформированность у учащихся компенсаторных механизмов поведения.</li> </ul>
Критерии механизма оценки результатов:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- количество учащихся, состоящих на ВШУ.</li> <li>- обращения за помощью к психологу.</li> <li>- итоги мониторингов основных направлений</li> </ul>

«Тот, кто имеет, зачем жить,  
может вынести любое как».  
Ф. Ницше

#### Пояснительная записка

В развитии детей, подростков и юношества кризисы практически неизбежны: они являются частью развития. Подростковый возраст - один из самых сложных периодов в жизни человека. Происходит очень быстрое развитие всех систем и органов, начинает активно функционировать гормональная система. Но одновременно с перестройкой всего организма происходит и перестройка психики. В этот период жизни подросток активно ведет поиск своего «я», появляется потребность в автономии. На первое место для него выходят собственные принципы поведения, собственные взгляды и убеждения, появляется критическая оценка наставления взрослых. Все это часто сопровождается чувством неуверенности в себе, в собственной ценности как личности, вопросами о смысле жизни. Фантазии о самоубийстве, которые психологи считают здорового развития в этом возрасте, знакомы двум третям молодых людей. Большинство из них выстаивает перед этим опасным искушением, используя трудные ситуации, чтобы научиться способам противостояния кризисам, то есть используют кризисы для своего развития. Тем не менее, на данном жизненном этапе ребенок или подросток является особенно чувствительным и уязвимым, кризис легко может перерасти в суицидальную ситуацию. Если отсутствует надлежащая поддержка со стороны семьи, школы, друзей.

Изучение проблемы суицида среди молодежи показывает, что в целом ряде случаев подростки решались на самоубийство в целях обратить внимание родителей, педагогов на свои проблемы и протестовали таким страшным образом против бездушия, безразличия, цинизма и жестокости взрослых.

Своевременная психологическая поддержка, доброе участие, оказанное подросткам в сложной жизненной ситуации, помогут избежать трагедии. В любом случае, лучше предотвратить проблемную ситуацию, чем потом расплачиваться за ее последствия. 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 суицидального поведения (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 образовательном учреждении являются Федеральный закон-120 "Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних", письмо Минобразования России от 29 мая 2003 №03-51-102 ин/22-03 «О мерах по профилактике суицида среди детей и подростков».

**Цель профилактической деятельности:** создание в гимназии 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.

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

Особое внимание педагогическим работникам в школе необходимо обращать на суицидальное поведение учащихся: на соответствующие высказывания, намеки, сопровождающиеся какими-либо действиями, направленными на лишение себя жизни.

В рамках проведения комплекса профилактических мероприятий по предупреждению суицидального поведения среди учащейся социальному педагогу и классному руководителю совместно с психологом школы целесообразно исследовать причины и особенности суицидального поведения в подростковом и юношеском возрасте.

**Алгоритм исследования:**

1. Исследование психологической атмосферы в семье, изучение личных дел учащихся, диагностическое исследование психологической атмосферы в семье, посещение на дому, взаимодействие с ближайшим социальным окружением учащегося, особенно обратить внимание на:

- несправедливое отношение со стороны родителей;
- развод (или супружеские измены) в семье учащегося;
- потерю одного из членов семьи;
- неудовлетворенность в доверительных отношениях с родителями;
- одиночество;
- недостаток внимания и заботы со стороны окружающих.

2. Наблюдение за состоянием психического и физического здоровья, изучение личных дел и медицинских карт учащихся, особенно обратить внимание на:

- реальные конфликты и мотивы его участников;
- патологические наследственные причины (алкоголизм родителей, психопатия, психологические травмы, зависимости);
- соматические заболевания, эмоциональные переживания, зависимости от компьютерных и азартных игр, алкоголя, наркотических средств.

3. Взаимодействие в социуме, изучение межличностных отношений «учащийся - учащиеся», «учащийся - педагог», выявление референтных групп, особенно обратить внимание на:

- отверженность, неприятие, унижение личностного достоинства и др.;
- несостоятельность, неудачи в учебе, падение престижа в коллективе сверстников;
- несправедливые требования к учащемуся;
- принадлежность к молодежным асоциально настроенным группам, деструктивным сектам или боязнь конфликтов, угроз, расправы за разрыв отношений с ними;
- страх иного наказания или позора, самоосуждение за неблагоприятный поступок.

4. Дезадаптирующие условия:

- снижение толерантности к эмоциональным нагрузкам;
- своеобразие личностного развития, несформированность навыков общения;
- неадекватную самооценку личностных возможностей;
- утрату понимания ценности жизни;
- потерю любимого человека; уязвленное чувство собственного достоинства;

- состояние переутомления;
- паническую боязнь будущего.

**1. 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.

Цель настоящей программы в формировании 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:**

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

## **2. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

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

## **3. 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.

**Демонстративное поведение.**

При демонстративном поведении способы суицидального поведения чаще всего проявляются в виде *порезов вен, отравления неядовитыми лекарствами, изображения повешения*

**Аффективное суицидальное поведение.**

При аффективном суицидальном поведении чаще прибегают к *попыткам повешения, отравлению токсичными и сильнодействующими препаратами.*

**Истинное суицидальное поведение.**

При истинном суицидальном поведении чаще прибегают к *повешению.*

**Предсуицидальный синдром:** Психологический симптомокомплекс, свидетельствующий о надвигающемся суицидальном акте, т. е. этап суицидальной динамики, длительность которого составляет от нескольких минут до нескольких недель и месяцев. Наблюдается чаще у старших подростков и взрослых в случае наличия тенденции к суицидальным актам в сложных ситуациях.

Дети - суициденты чаще лишены родительского внимания и заботы, в 75 % их родителей разведены или проживают отдельно, часто дети проживают в интернатах или с приемными родителями.

**Кто подвержен суициду.**

Более всего восприимчивы к суициду следующие группы:

- Предыдущая (незаконченная) попытка суицида. (парасуицид). По данным некоторых источников процент достигает 30%.
- суицидальные угрозы, прямые или завуалированные.
- Тенденции к самоповреждению (аутоагрессия).
- суициды в семье
- алкоголизм. Риск суицидов очень высок у больных употребляющих алкоголь. Это заболевание имеет отношение к 25 - 30% самоубийств; среди молодых людей его вклад может быть еще выше — до 50%. Длительное злоупотребление алкоголем способствует усилению депрессии, чувства вины и психической боли, которые, как известно, часто предшествуют суициду.
- хроническое употребление наркотиков и токсических препаратов, Наркотики и алкоголь представляют собой относительно летальную комбинацию. Они ослабляют мотивационный контроль над поведением человека, обостряют депрессию или даже вызывают психозы.
- аффективные расстройства, особенно тяжелые депрессии ( психопатологические синдромы).
- хронические или смертельные болезни;
- тяжелые утраты, например смерть супруга (родителя), особенно в течение первого года после потери.
- семейные проблемы: уход из семьи или развод.

Специалисты, сталкивающиеся с этими группами населения, друзья и их семьи должны остерегаться упрощенного подхода или чрезмерно быстрых заключений. Люди могут попасть в группу риска, что еще не означает их склонности к суициду. Необходимо подчеркнуть, что не существует какой-либо одной причины самоубийства. Тем не менее, ко всем намекам на суицид следует относиться со всей серьезностью. С особой бдительностью следует принять во внимание сочетание опасных сигналов, если они сохраняются в течение определенного времени. Не может быть никаких сомнений в том, что крик о помощи нуждается в ответной реакции помогающего человека, обладающего уникальной возможностью вмешаться в кризис одиночества.

## **Суицидально опасная референтная группа**

- Подростки, отличающиеся девиантным или криминальным поведением, включающим физическое насилие;
- Сверхкритичные к себе.
- Лица, страдающие от недавно испытанных унижений или трагических утрат.
- Подростки, фрустрированные несоответствием между ожидавшимися успехами в жизни и реальными достижениями.
- Люди, страдающие от болезней или покинутые окружением.

Признаками эмоциональных нарушений являются:

- потеря аппетита или импульсивное обжорство, бессонница или повышенная сонливость в течение, по крайней мере, последних дней
- частые жалобы на соматические недомогания (на боли в животе, головные боли, постоянную усталость, частую сонливость)
- необычно пренебрежительное отношение к своему внешнему виду
- постоянное чувство одиночества, бесполезности, вины или грусти
- ощущение скуки при проведении времени в привычном окружении или выполнении работы, которая раньше приносила удовольствие
- уход от контактов, изоляция от друзей и семьи, превращение в человека одиночку
- нарушение внимания со снижением качества выполняемой работы
- погруженность в размышления о смерти
- отсутствие планов на будущее
- внезапные приступы гнева, зачастую возникающие из-за мелочей

## **4. ПРИНЦИПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

1. Принцип ценности личности, заключающийся в самооценности ребенка.
2. Принцип уникальности личности, состоящий в признании индивидуальности ребенка.
3. Принцип приоритета личностного развития, когда обучение выступает не как самоцель, а как средство развития личности каждого ребенка.
4. Принцип ориентации на зону ближнего развития каждого ученика.
5. Принцип эмоционально-ценностных ориентаций учебно-воспитательного процесса.

## **5. 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.

## ПЛАН

мероприятий по профилактике суицидального поведения среди детей и подростков  
в МБОУ «Гимназии №9» г.Кызыла РТ на 2018-2019 учебный год

№	Мероприятия	Сроки	Ответственный
1.	Выявление семей, в которых практикуется жестокое обращение с детьми.	В течение года	Социальные педагоги, классные руководители.
2.	Выступление на МО кл руководителей с обзором документов: Административный кодекс РФ (ст. 164 «О правах и обязанностях родителей»), Конвенция ООН о правах ребенка (ст. 6, 8, 16, 27, 28, 29, 30), нормативные документы о профилактике безнадзорности и правонарушений н/л, о защите их прав и т.п.	Сентябрь	Заведующей СПВС Тюлюш С.К.
3.	Незамедлительное сообщение в администрацию школы, ПДН, КДН, отдел образования (отдел опеки) о фактах насилия над ребенком со стороны родителей или других взрослых лиц.	В течение года	Социальные педагоги, классные руководители.
4.	Диагностика учащихся по программе «1С школьная психодиагностика»	Октябрь, март	Педагоги-психологи совместно с
5.	Классные часы по программе: «Человек свободного общества», «Учимся строить отношения», «Мое здоровье», «Преступление и наказание» и т.д. поведения в них.	В течение года	Классные руководители
6	Заседание МО классных руководителей по проблеме суицидального поведения детей и подростков « Диагностика детей, склонных к суициду и коррекция их поведения»	30 октября	Социальные педагоги, педагоги-психологи
7	Организация и проведение совместных рейдов с ПДН, КДН по семьям «группы риска»	В течение года по графику.	Социальные педагоги Классные руководители.
8	Своевременное выявление и постановка на учет семей, находящихся в социально опасном положении, организация контроля и помощи в обучении и воспитании.	В течение года учебного года	Социальные педагоги, Классные руководители.
9	Психологические тренинги и социально-психологическое занятия, вырабатывающие умения избегать и переживать стрессовые ситуации, мотивирующие детей к дальнейшему позитивному отношению к жизни: «Искусство жить с другими», «Мои удачи и неудачи». «Искусство владеть собой», «Я в будущем»	В течение года учебного года	Педагоги-психологи, классные руководители.

10	Выявление детей, склонных к суициду»	В течение года учебного года	Педагоги-психологи Классные руководители
11	Вовлечение детей в занятия по интересам в школе и городе.	В течение года учебного года	Социальные педагоги Организаторы ДОО Классные руководители
12	Организация летнего отдыха детей	Май-август	Классные руководители
13	Выявление и учет детей, склонных к суициду, разработка индивидуальной программы профилактической работы	в течение года	Классные руководители, педагоги-психологи, социальные педагоги
14	Акция "Я люблю тебя, Жизнь!": - конкурс рисунков "Мир, в котором я живу, называется мечтой!" (для учащихся 1 - 11 классов). - конкурс сочинений "Как прекрасен этот мир!" 5-11 классы Конкурс видеороликов на темы: «Победа над конфликтом», «Выбор в пользу жизни» (9-11 класс)	Апрель	Педагоги- организаторы, классные руководители, педагоги-психологи.
15	Классный час "Телефондоверия" как одна из форм получения своевременной помощи в стрессовой ситуации.	сентябрь май	Классные руководители, педагоги-психологи.
16	Психологические классные часы: В поисках хорошего настроения (1 кл) Профилактика курения (2 кл) Как научиться жить без драки (3 кл.) Учимся снимать усталость (4 кл) Толерантность «Мы голосуем за жизнь!» (5 классы) Как преодолевать тревогу (6 класс) Способы решения конфликтов с родителями (7 кл.) Стресс в жизни человека. Способы борьбы со стрессом (8 - 9 кл.) «Жизнь прекрасна!» (9 класс) «Воплощение добра и зла в жизни людей» Способы само регуляции эмоционального состояния (10 -11 кл., «Как сказать Нет!» (8 кл.)	По плану  (октябрь, март)	Классные руководители педагоги-психологи Социальные педагоги.
17	Не сломай свою судьбу! Подросток и наркомания. (9-11 кл.)	Ноябрь.	Классные руководители, социальные педагоги.
18	Выявление и реабилитация несовершеннолетних и их семей, оказавшихся в сложной жизненной ситуации	В течение года	социальные педагоги, классные руководители, педагоги-психологи.