

Рассмотрен на  
Педагогическом совете  
Протокол № 1 от 31.08.2023г.

Совет родителей МБОУ СОШ  
№ 4 ст. Зольской  
Протокол № 1 от 30.08.2023 г.

СОГЛАСОВАНО:  
Управляющий Совет  
МБОУ СОШ № 4 ст. Зольской  
Протокол № 1 от 30.08.2023 г.

СОГЛАСОВАНО:  
Совет обучающихся  
МБОУСОШ № 4 ст. Зольской  
Протокол № 1 от 30.08.2023 г.

Утверждена приказом  
директора МБОУ СОШ №4  
ст. Зольской  
№ 600 от 01.09.2023 г.



# **Программа профилактики суицидального поведения «Рука в руке» на 2023-2024 учебный год.**

## Пояснительная записка.

### 1. Содержание проблемы и обоснование необходимости её решения программными методами.

Семье и отдельной личности в период жизненных кризисов свойственно искажение субъективного образа мира, т.е., представлений и отношения 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 со стороны взрослых, бестактного поведения и конфликтов со стороны учителей, одноклассников, друзей, чуждости 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, внутрличностные конфликты 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, участие, оказанное подросткам в трудной жизненной ситуации, помогли бы избежать трагедий.

### 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.

**Целью** данной программы является **профилактика суицидов и суицидальных попыток среди несовершеннолетних.**

Поставленная цель достигается за счёт решения следующих задач:

- создание системы психолого-педагогической поддержки учащихся разных возрастных групп;
- изучение особенностей психолого-педагогического статуса учащихся, с последующим выявлением детей, нуждающихся в незамедлительной помощи;
- обеспечение безопасности ребенка, снятие суицидального риска;
- сопровождающая деятельность детей группы риска и их семей.

### 3. Основные направления деятельности:

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

#### **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 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.

#### **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.**

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.

## ПЛАН ПРОГРАММНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

| Содержание работы                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Сроки                       | Ответственный             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|---------------------------|
| Выявление и реабилитация несовершеннолетних и их семей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | В течение года              | Психолог<br>Соц. педагог  |
| Составление базы данных по социально-неблагополучным семьям.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | сентябрь                    | Соц. педагог              |
| Проведение индивидуальных профилактических мероприятий с семьями социального риска.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | В течение года              | Психолог<br>Соц. педагог  |
| Оказание посильной юридической помощи семьям, находящимся в трудной жизненной ситуации.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | По запросу                  | Соц. педагог              |
| Информационная и организационно - посредническая помощь семьям, находящимся в социально – опасном положении: содействие в получении статуса многодетной, малоимущей семьи, помощь в оформлении опеки над несовершеннолетним.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | В течение года (по запросу) | Соц. педагог              |
| Проведение выездного рейда «Поддержка» по семьям учащихя группы риска.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | ежемесячно                  | Соц. педагог              |
| Проведение выездного рейда «Каникулы»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Каникулярное время          | Соц. педагог              |
| Заседание Совета профилактики                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Один раз в четверть         | Психолог<br>Соц. педагог  |
| Участие в организации оздоровления и отдыха во внеурочное время детей из неблагополучных и малообеспеченных семей.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Каникулярное время          | Соц. педагог              |
| Организация работы с педагогами по профилактике профессионального выгорания.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | В течение года              | Психолог                  |
| Повышение психолого-педагогической компетенции всех участников УВП.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | В течение года              | Психолог,<br>Соц. педагог |
| <b>Учащиеся</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                             |                           |
| Психологические классные часы: <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Как научиться жить без драки»</li> <li>• «Я – уникальная и неповторимая личность» (5-6 кл, цель: формирование позитивного отношения к другим людям (толерантности),</li> <li>• «Мир глазами агрессивного человека» (8 класс, Подростки XXI века. Психолого-педагогическая работа в кризисных ситуациях: 8-11 классы.)</li> <li>• «Подросток и конфликты» (8-9 класс, Подростки XXI века. Психолого-педагогическая работа в кризисных ситуациях: 8-11 классы.)</li> <li>• «Проблема отцов и детей в современном обществе» (10-11 класс, Подростки XXI века. Психолого-педагогическая</li> </ul> | В течение года (по запросу) | Психолог                  |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                             |                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|--------------------------|
| <p>работа в кризисных ситуациях: 8-11 классы.)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Расскажи мне обо мне» (10-11 классы, Подростки XXI века. Психолого-педагогическая работа в кризисных ситуациях: 8-11 классы.)</li> <li>• «Стресс в жизни человека. Способы борьбы со стрессом» (8-9 класс)</li> <li>• «Способы саморегуляции эмоционального состояния» (11 класс)</li> </ul>       |                             |                          |
| <p>Правовые классные часы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Уголовная и административная ответственность несовершеннолетних» (7-9 классы);</li> <li>• «Права и обязанности учащихся школы» (5-7 классы);</li> <li>• «Пивной фронт. За кем победа?» (7-11 классы);</li> <li>• «Умей сказать «нет»» (5-11 классы);</li> <li>• «Вредные и полезные привычки» (5-11 классы)</li> </ul> | В течение года (по запросу) | Соц. педагог             |
| Формирование у учащихся позитивного образа Я (через беседы с психологом)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | В течение года              | Психолог                 |
| Коммуникативный мини-тренинг «Сердце» (1 класс; цель: снятие тревоги первых дней и месяцев школьной жизни, смягчение процесса адаптации)                                                                                                                                                                                                                                                        | сентябрь                    | Психолог                 |
| Занятие «У нас новенький!» (2-4 класс, цель: организация взаимодействия между детьми для знакомства и принятия нового ученика коллективом класса)                                                                                                                                                                                                                                               | сентябрь                    | Психолог                 |
| Игра «Две планеты» для учащихся 5-х классов (цель: обучение позитивному восприятию себя и другого человека)                                                                                                                                                                                                                                                                                     | октябрь                     | Психолог                 |
| Игра «Друзья» для учащихся 2-3 классов (цель: развитие эмпатии, понимания другого, обучение сотрудничеству)                                                                                                                                                                                                                                                                                     | октябрь                     | Психолог                 |
| Акция «Письмо матери» (цель: гармонизация детско-родительских отношений)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | ноябрь                      | Психолог<br>Соц. педагог |
| Игра «В чем смысл жизни?» (10-11 класс)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | В течение года              | Психолог                 |
| Тренинг «Быть уверенным – это здорово!» (цель: формирование навыков уверенного поведения и умения противостоять давлению, 9 класс, Подростки XXI века. Психолого-педагогическая работа в кризисных ситуациях: 8-11 классы.)                                                                                                                                                                     | В течение года              | Психолог                 |
| Психолого-педагогическая поддержка выпускников в период подготовки к ЕГЭ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Март-апрель                 | Психолог                 |
| Открытка от одиночества (цель: формирование чувства уверенности в собственных силах, способности справиться с жизненными проблемами самостоятельно, развитие эмпатии; 10 класс)                                                                                                                                                                                                                 | апрель                      | Психолог                 |
| <b>Педагоги</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                             |                          |
| Цикл занятий из Программы повышения эмоциональной устойчивости педагога                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Один раз в месяц в течение  | Психолог                 |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                      |                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|--------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | года                 |                          |
| Информирование педагогов по теме «Возрастные психолого-педагогические особенности подростков»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | сентябрь             | Психолог                 |
| Информирование педагогов по теме «Причины подросткового суицида. Роль взрослых в оказании помощи подросткам в кризисных ситуациях»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | В течение года       | Психолог                 |
| Семинар классных руководителей «Причины и формы проявления невротических расстройств у современных старшеклассников»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | В течение года       | Психолог                 |
| Семинар классных руководителей «Психологический климат в классе»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | В течение года       | Психолог                 |
| <b>Родители</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                      |                          |
| <p>Родительские собрания, лектории:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Возрастные психолого-педагогические особенности (младший школьник, подросток)»;</li> <li>• «Наши ошибки в воспитании детей»;</li> <li>• «Причины подросткового суицида. Роль взрослых в оказании помощи подросткам в кризисных ситуациях»;</li> <li>• «Родители меня не понимают или как услышать подростка»;</li> <li>• «Родительская любовь»;</li> <li>• «Как подготовиться к экзаменам и сохранить здоровье»;</li> <li>• «Капля никотина убивает верблюда»;</li> <li>• «Серьезный мир несерьезных подростков»;</li> <li>• «Про «Это»...» (подростковая сексуальность);</li> <li>• «Доброе начало, или как помочь первокласснику адаптироваться к школе»;</li> <li>• «Понять. Простить. Принять»;</li> <li>• «Я бы в дворники пошел... или как не отбить у детей желание учиться»;</li> <li>• «О любви – взрослые и дети»;</li> <li>• «Школьная травля, как один из подводных камней школьной жизни»;</li> <li>• «Ваш ребенок—пятиклассник»;</li> <li>• «Родители и дети – поиски взаимопонимания»;</li> <li>• «Правовые основы семейного воспитания: права и обязанности родителей и детей»;</li> <li>• «Курение и статистика»;</li> <li>• «Давайте будем учиться вместе со своими детьми»</li> </ul> | По плану, по запросу | Психолог<br>Соц. педагог |
| <b>Диагностика</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                      |                          |
| <b>Учащиеся</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                      |                          |
| Исследование социального статуса                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | ежегодно             | Психолог                 |
| Исследование уровня адаптации (1, 5, 10 классы)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | ежегодно             | Психолог                 |
| Исследование уровня тревожности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | ежегодно             | Психолог                 |
| <p>Определение личностных отклонений подросткового возраста:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ПДО по А. Е. Личко,</li> <li>• Опросник Басса-Дарки,</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | По запросу           | Психолог                 |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |            |          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|----------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Диагностика предрасположенности личности к конфликтному общению.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |            |          |
| Определение склонности к девиантному поведению                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | По запросу | Психолог |
| Методика экспресс-диагностики суицидального риска «Сигнал»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | По запросу | Психолог |
| <b>Родители</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |            |          |
| Выявление сферы проблем и ресурсов в отношениях между родителями и детьми: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Анализ семейного воспитания (Э. Г. Эйдемиллер),</li> <li>• «Сенсорные предпочтения» (Н. Л. Васильева),</li> <li>• Экспресс-диагностика семейного состояния (Р. В. Овчарова),</li> <li>• «Подростки о родителях» (модификация «ADOR» Шафера),</li> <li>• «Родительская тревожность» (А. М. Прихожан)</li> <li>• PARI (измерение родительских установок и реакций)</li> </ul> | По запросу | Психолог |

### Литература:

1. Бережковская Е. Чем и как увлекаются подростки // Школьный психолог, 2005, №1
2. Борщевицкая 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. Евграфова Т. У нас новенький!// Школьный психолог, 2005, №20.
5. Иванова В. Сердце// Школьный психолог, 2004, №17.
6. Кузнецов Д. Демобилизирующая тревожность: некоторые причины и формы проявления невротических расстройств у современных старшеклассников // Школьный психолог, 2005, №2.
7. Манелис Н. Психологический климат в классе // Школьный психолог, 2001, №10, 12, 16, 19.
8. Ожегов С.И. словарь русского языка. / Под ред. Н.Ю.Шведовой. 1984. – 797 с.
9. Профилактика суицидального поведения. Методические рекомендации. Сост.: А.Г.Абрумова и В.А.Тихоненко. М., 1980.
10. Синягин Ю.В., Синягина Н.Ю.. Детский суицид. Психологический взгляд. КАРО, С – П, 2006. – 176 с.
11. Стишенок И. Друзья // Школьный психолог, 2010, №19
12. Стишенок И. Две планеты // Школьный психолог, 2010, №20