

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«Гимназия № 1 им. А. Кадырова»

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ
СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ
Срок реализации 2018 - 2019 учебный год**

Пояснительная записка

Одной из главных целей школьного образования является создание и поддержание психологических условий, обеспечивающих полноценное психическое и личностное развитие каждого ребенка. Поэтому учебно-воспитательный процесс становится больше ориентированным на личность ученика, его индивидуальные возможности, способности и интересы. Большое значение для развития личности имеет психическое здоровье, т. е. состояние полного душевного, физического и социального благополучия. Суицидальное поведение в настоящее время является глобальной общественной проблемой. По данным официальной статистики от самоубийства ежегодно погибает около 2800 детей и подростков в возрасте от 5 до 19 лет, и эти страшные цифры не учитывают случаев попыток к самоубийству. Суицидальное поведение в детском возрасте носит характер ситуационно-личностных реакций, т.е. связано собственно не с самим желанием умереть, а со стремлением избежать стрессовых ситуаций или наказания. Большинство исследователей отмечают, что суицидальное поведение у детей до 13 лет – редкое явление, и только с 14 – 15-летнего возраста суицидальная активность резко возрастает, достигая максимума к 16 – 19 годам.

Школьные проблемы тоже могут стать причиной суицида или попытки к нему. «Школьные трудности обычно связаны с неуспеваемостью или плохими отношениями с учителями и администрацией школы, реже с взаимоотношениями в классе» Практическая психология в образовании / под ред. И.В. Дубровиной. - М., 1997, с. 429.

В подростковом возрасте часто возникает сильная эмоциональная привязанность к другому человеку. «И разрыв отношений воспринимается как фатальный, выход из которого один - самоубийство. При этом иногда, при отсутствии поддержки близких и окружающих, происходят «ситуативные самоубийства» - импульсивные, неподготовленные и собственно несвязанные с осознанным намерением лишиться себя жизни» Ф. Райс. Психология подростка. - СПб, 2000, с.356.

«Среди мотивов, объясняющих попытки самоубийства, сами подростки и эксперты-психологи указывают на различные способы таким образом оказать влияние на других людей: «дать понять человеку, в каком ты отчаянии» - около 40 % случаев, «заставить сожалеть человека, который плохо с тобой обращался» - около 30 % случаев, «показать, как ты любишь другого» и «выяснить, любит ли тебя действительно другой» - 25%, «повлиять на другого, чтобы он изменил свое решение» - 25 %, и наконец в 18 % случаев «призыв, чтобы пришла помощь от другого» Проблемы суицида. Лучшие рефераты по социологии / сост. О.А. Нор-Аревян. - Ростов-н/Д, 2001, с. 238.

Больше всего самоубийств регистрируется весной, когда человеческие несчастья контрастируют с цветением окружающей природы. Тусклые краски зимы в какой-то мере гармонируют с душевной подавленностью, но между мрачными переживаниями «Я» и яркими днями весны возникает явный контраст. Резкое несоответствие весеннего радующегося мира и отчаянного состояния души может провоцировать самоубийства.

Суициды учащаются во время рождественских праздников. Опечаленные распавшимися семьями, смертями, непереносимым одиночеством, социальными или экономическими неудачами люди обнаруживают, что «счастливый сезон» не приносит ожидаемой радости. В отчаянии они могут решить покончить с собой.

Таким образом, самоубийство, суицид (лат. «себя убивать») – это умышленное лишение себя жизни. Ситуации, когда смерть причиняется лицом, которое не может отдавать себе отчета в своих действиях или руководить ими, а также в результате неосторожности субъекта, относят не к самоубийствам, а к несчастным случаям.

Однако, если своевременно заметить признаки суицидального поведения, его можно предотвратить. Характерные признаки такого поведения в данной программе подробно рассматриваются в ходе взаимодействия с участниками учебно-воспитательного процесса, и стратегии поведения с подростками, склонными к суициду. Ведь поскольку основной чертой практически любого суицида является привлечение внимания к проблеме, то «правильное» реагирование на его проблему, на его призыв о помощи может спасти человеческую жизнь. В связи с этим, мероприятия, проводимые в школе по профилактике суицида, являются важным

этапом в укреплении психологического здоровья не только «школьного» окружения – учащихся, их родителей и родственников, педагогов, но и социума в целом.

Настоящая программа предназначена для работы школьного психолога, социального педагога с учащимися 1 – 11-х классов общеобразовательной школы, их родителями и классными руководителями. Она направлена на повышение психологической грамотности взрослых в вопросах суицидального поведения учащихся, на профилактику тревожности, на формирование положительной Я-концепции, на формирование у школьников позитивного образа будущего. Профилактическая программа рассчитана на поэтапную реализацию в течение учебного года.

Цель программы: формирование у школьников позитивной адаптации к жизни, как процесса сознательного построения и достижения человеком относительно устойчивых отношений между собой, другими людьми и миром в целом.

Задачи:

1. Организация и проведение просветительско-профилактических мероприятий информационного характера с родителями и педагогами о возможных причинах детского суицида и способах предотвращения суицидальных попыток.
2. Проведение адаптационно-развивающих мероприятий с учащимися, направленных на формирование позитивного образа «Я» и образа будущего, навыков эффективного преодоления трудностей, а также на снижение проявления тревожности у детей.
3. Психолого-педагогическое сопровождение детей, склонных к девиантному (саморазрушающему) поведению.

Методологической основой программы послужили:

- Письмо Минобразования РФ от 29 мая 2003 г. № 03-51-102ин/22-03 “О мерах по усилению профилактики суицида детей и подростков”,
- исследования Синягина Ю.В., Синягиной Н.Ю (“Детский суицид: психологический взгляд”. – СПб.: КАРО, 2006)

Методы и формы реализации программы:

- диагностические («Цвето-грамма настроения» М. Люшера анкетирование, Опросник суицидального риска (ОСР),
- просветительско-информационные (классные часы, обучающий семинар для педагогов, родительские собрания, разработка и распространение брошюр, памяток по профилактике суицида);
- консультативные (индивидуальные консультации с учащимися группы риска, с родителями, с педагогами по запросу или при возникновении угрозы суицида);
- адаптационно-развивающие (тренинговые занятия, акции, конкурсы, игры, форумы, дискуссии, музыкальные перемены, большие психологические игры).

Основные принципы:

1. Принцип **ценности личности**, заключающийся в самоценности 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.

Ожидаемые результаты:

- своевременное выявление девиаций в поведении учащихся школы;
- повышение социальной компетентности родителей и педагогов в вопросах суицидального поведения;
- повышение самоактивности детей в решении проблемных ситуаций, формирование позитивного образа будущего;

Отслеживание результатов происходит по результатам диагностики, а также по завершению определенного мероприятия (анкета обратной связи).

Содержание программы

№	Направление и содержание работы	Сроки реализации	Ответственный
1. Диагностика			
1.	Анкетирование учащихся «Выявление суицидального риска с помощью пословиц и поговорок»	сентябрь	Педагог-психолог, классный руководитель
2.	Анкетирование педагогов и учащихся «Безопасность образовательной среды»	сентябрь	Педагог-психолог, классные руководители
3.	Анкетирование «Актуальные проблемы современного подростка»	октябрь	Педагог-психолог
4.	Диагностика в процессе психоконсультирования и по запросу	В течение года	Педагог-психолог
5.	Исследование социального статуса учащихся	ежегодно	Кл. рук
6.	Исследование уровня школьной адаптации	По плану	психолог
7.	Исследование уровня тревожности	По плану и запросу	психолог
8.	Шкала социально-психологической адаптации	По плану	психолог
9.	Склонность к отклоняющемуся поведению	В течение года	Соц. педагог
2.Профилактика и просвещение			
1.	Доведение до сведения учащихся и их родителей информации о работе школьных служб, способных оказать помощь в сложной ситуации	сентябрь	Психолог, социальный педагог, волонтеры
2.	Акция «Жизнь в позитиве», посвященная Всемирному дню предотвращения суицида	12-13 сентября	Педагоги-психологи, волонтеры
3.	Выявление и реабилитация несовершеннолетних и их семей, оказавшихся в сложной жизненной ситуации.	В течение года	Соц. Педагог, классные руководители
4.	Составление базы данных по социально неблагополучным семьям	сентябрь	Соц. педагог
	Сбор информации для создания банка данных учащихся с высоким уровнем тревожности и депрессии	Сентябрь-октябрь	Педагог-психолог
5.	Проведение индивидуальных профилактических мероприятий с семьями и учащимися социального риска	В течение года	Соц. педагог, педагог-психолог
6.	Организация работы по профилактике профессионального выгорания	В течение года	Педагог-психолог
7.	Регулирование взаимоотношений и конфликтных ситуаций среди школьников	В течение года	Куратор школьной службы примирения, медиаторы
8.	Разработка буклетов, памяток ,статей для родителей и		

	педагогов		
9.	Незамедлительное сообщение в администрацию школы, ОДН, КДН, отдел опеки о фактах насилия над ребенком со стороны родителей или других взрослых лиц	В течение года	Социальный педагог, кл.руководители
2.1 Психологические классные часы			
7.	В поисках хорошего настроения (1класс) Профилактика курения (2класс) Как научиться жить без драки (3 класс) Учимся снимать усталость (4 класс) Толерантность (5 класс) Как преодолевать тревогу (6 класс) Способы разрешения конфликтов с родителями (7 класс) Стресс в жизни человека (8 класс) Мужество быть (9 класс) Смысл жизни (10 класс) Способы саморегуляции эмоционального состояния (11 класс) Готовимся к жизненным трудностям (9-11 класс)	Октябрь Ноябрь Ноябрь Январь Сентябрь Февраль Декабрь Октябрь Февраль Январь Март Апрель	Психолог Волонтеры Волонтеры Психолог Соц.педагог Психолог Психолог Психолог Психолог Психолог Психолог Психолог
2.2 Правовые классные часы			
8.	Как не стать жертвой преступления	сентябрь	Соц.педагог
9.	Уголовная ответственность несовершеннолетних	ноябрь	Соц. педагог
10.	Групповые занятия по формированию социальных навыков и навыков здорового образа жизни	В течение года	Классные руководители
11.	Знаешь ли ты свои права	В течение года	Соц. педагог
2.3 Просвещение педагогов			
12.	Насилие в семье: виды, формы, последствия	сентябрь	Соц. педагог
13.	Семинар для классных руководителей (старшее и среднее звено) «Суицид как крик души»	октябрь	Педагог-психолог, социальный педагог
14.	Деловая игра «Педагогические приемы создания ситуаций успеха»	ноябрь	Зам по ВР
15.	Семинар для классных руководителей «Причины и формы проявления невротических расстройств у современных старшеклассников»	декабрь	психолог
16.	Семинар классных руководителей «Профилактика конфликтных ситуаций и работа с ними»	февраль	психолог
2.4 Просвещение родителей			
17.	Насилие в семье: виды, формы, последствия	сентябрь	Соц. педагог
18.	Родительское собрание «Подростковый суицид, актуальность вопроса»	В течение года по запросу	Педагог-психолог, классные руководители
19.	Наши ошибки в воспитании детей	В течение года	Зам по ВР
3. Коррекция и развитие			
1.	Занятие «Ты и я такие разные» (5-6 класс)	октябрь	психолог
2.	Занятие «Барьеры непонимания» (8-9 класс)	март	психолог
3.	Занятие «Нарисуй подарок самому себе» (7 класс)	апрель	психолог
4.	Тренинг уверенности (старшеклассники)	январь	психолог

5.	Цикл занятий для подростков «Я сам строю свою жизнь»	В течение года по запросу	психолог
6.	Консультирование подростков склонных к суицидальному поведению	По итогам диагностики	Педагог-психолог

Литература

1. Борщевицкая Л. Психологический час «Как научиться жить без драки» // Школьный психолог, 2006, №10.
- 2.
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.
6. Михайлова Н., Сафонова Т., Тюпкина Е., Немолот Е. Деловая игра для педагогов среднего звена «Педагогические приёмы создания ситуации успеха» // Школьный психолог, 2006, №15.
7. Манелис Н. Психологический климат в классе // Школьный психолог, 2001, №10, 12, 16, 19.
8. Мешковская О. Занятие «Подарок самому себе» // Школьный психолог, 2005, №10.
9. Николаева Н. Программа комплексного взаимодействия с подростками «группы риска» «Грани моего Я» // Школьный психолог, 2006, №15
10. Панченко Н. Занятие «Я + Он + Они = Мы» // Школьный психолог, 2006, №18.
11. Профилактика суицидального поведения. Методические рекомендации. Сост.: А.Г.Абрумова и В.А.Тихоненко. М., 1980.
12. Родионов В., Лангуева Е. Программа тренинга «Манипуляция: игры, в которые играют все» // Школьный психолог, 2005, №2, 5, 6, 7.
13. Савченко М. Тренинг «Уверенность» для учащихся 11 классов // Школьный психолог, 2005, №2, 3, 4
14. Синягин Ю.В., Синягина Н.Ю.. Детский суицид. Психологический взгляд. КАРО, С – П, 2006. – 176 с.
15. Соболева А. Профилактика конфликтных ситуаций и борьба с ними // Школьный психолог, 2004, №40, 41, 42.
16. Стишенок И. Игра «Колючка» // Школьный психолог, 2006, №11.
17. Фоминова А. Как улучшить настроения. Изучение способов саморегуляции эмоционального состояния. Школьный психолог, 2006, №2
18. Шашкова З. Ты и я – такие разные. Занятие для подростков 11-12 лет // Школьный психолог, 2002, №11.