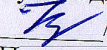


ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00A2C36251DA09A95AC46FB5313F0FF62C
Владелец: Романова Марина Николаевна
Действителен: с 27.11.2023 до 19.02.2025

муниципальное общеобразовательное учреждение
«Лицей №3 Тракторозаводского района Волгограда»

«РАССМОТРЕНО»

Руководитель НМС
 /Карпова О.В./

Протокол № 1

от «29» августа 2024 г.

«СОГЛАСОВАНО»

Методист

 /Москалец Е.И./

«29» августа 2024 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор

 /М. К. Романова/

Приказ 294

от «02» сентября 2024 г.



Рабочая программа
курса

«Профилактика суицидального поведения»

для учащихся 9-11 классов

на 2024-2025 учебный год

Ступень среднего общего образования

Количество часов: 34

Составитель.: Кондрашова Ольга Геннадьевна, педагог-психолог

Волгоград, 2024

Пояснительная записка.

1. СОДЕРЖАНИЕ ПРОБЛЕМЫ И ОБОСНОВАНИЕ НЕОБХОДИМОСТИ ЕЕ РЕШЕНИЯ ПРОГРАММНЫМИ МЕТОДАМИ

Программа первичной профилактики суицидального поведения у детей и подростков предполагает мероприятия в трех направлениях: работу психолога с родителями, педагогами и детьми. 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.

Причиной суицида подростка, чаще всего, является длительная конфликтная ситуация в семье. Чаще всего преобладают давящий стиль воспитания, требования безапелляционного выполнения указаний, что препятствует формированию у подростков самостоятельности в принятии решений. В форме наказаний используются унижающие высказывания, болезненные для самолюбия и снижающие самооценку подростка. Семью могут постичь такие кризисные ситуации, как смерть близких, развод или потеря работы. Родители находятся в подавленном состоянии, бывает, что ищется ответственный за возникшие проблемы. В тоже время одним из сильных факторов, удерживающих молодых людей в жизни, являются отношения с родителями. Если отношения строятся на доверительной основе, родитель относится к ребёнку как к партнеру, то тогда формируются защитные механизмы, предохраняющие подростка от суицидального поведения.

Школьные причины суицидального поведения обычно связаны с отношениями с учителями, администрацией. Именно в школе формируются такие важные социальные запросы подростка, как: потребность в самоуважении (так как низкая оценка успеваемости связывается с недостаточным развитием способностей и интеллекта); потребность в положительной оценке значимых для него взрослых (следствием негативной оценки педагога обычно бывает отрицательная оценка родителей); потребность в общении (мнение учителя может определять мнение коллектива сверстников, низкие оценки не способствуют улучшению отношений ученика в классе).

Отношения со сверстниками (особенно противоположного пола) являются весьма значимым фактором суицидального поведения подростков. Одним из объяснений важности этих отношений служит чрезмерная зависимость от другого человека, возникающая обычно в качестве компенсации плохих отношений со своими родителями, из – за постоянных конфликтов и отсутствия контакта с ними.

Бывает, что отношения с другом или подругой становятся столь значимыми, что любое охлаждение привязанности, а тем более, измена, уход к другому воспринимается как невосполнимая утрата, лишаящая смысла дальнейшую жизнь.

Покушение на жизнь может быть подражанием поведению, демонстрируемому с экранов телевидения или присутствующих на страницах литературных произведений. В простокровых компаниях наблюдается повышенный интерес к темам смерти и самоубийства, обсуждается их «тайна» и «красота». Руководствуясь подобными стереотипами, суициденты рассматривают посягательство на свою жизнь не с точки зрения общественной морали, а с позиции эффективности действий.

Первичная профилактика суицидального поведения.

Изменения в поведении ребёнка, которые могут свидетельствовать о суицидальных намерениях:

- недостаток сна или повышенная сонливость;
- нарушение аппетита;
- признаки беспокойства, вспышки раздражительности;
- усиление чувства тревоги;
- признаки вечной усталости, упадок сил;
- неряшливый внешний вид;
- усиление жалоб на физическое недомогание;
- склонность к быстрой перемене настроения;
- отдаление от семьи и друзей;
- излишний риск в поступках;
- выражение безнадёжности, поглощённость мыслями о смерти, разговоры о собственных похоронах;

- открытые заявления: «Ненавижу жизнь; не могу больше этого выносить; жить не хочется; никому я не нужен».

Иногда индикатором суицида могут быть поступки типа: дарение ценных личных вещей, предметов увлечений, улаживание конфликтов с родными и близкими. В случае подозрения о наличии суицидальных намерений у подростка беседа с ним можно строить следующим образом: «Как твои дела? Как ты себя чувствуешь? Ты выглядишь, словно в воду опущенный, что происходит?»

В случае открытого суицидального высказывания следует обсудить эту проблему с подростком.

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.

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

Этапы реализации программы

Название этапа	Направление деятельности	Планируемые результаты
1. Этап сбора и анализа информации	Информационно-аналитическая	Выявление актуальности данной проблемы в образовательной среде.
2. Этап планирования, организации,	Организационно-исполнительская	Разработка и планирование комплекса мероприятий, а также

координации		назначение ответственных лиц при введении данной программы.
3. Этап диагностики коррекционно-развивающей образовательной среды	Контрольно-диагностическая	Мониторинг эффективности программы при помощи опроса, анкетирования и диагностики учащихся и родителей.
4. Этап регуляции коррективки	Регулятивно-корректировочная	В результате мониторинга в случае необходимости коррекция программы для достижения наибольшей эффективности.

3. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

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

Большое значение в теории и практике современной суицидологии придаётся проблеме психологической профилактики суицидальных проявлений. Существует два основных этапа профилактики суицидального поведения: первичная и вторичная.

1. Первичная профилактика суицидального поведения

- совершенствование социальной жизни людей;
- устранение социальных факторов, способствующих формированию и проявлению суицидального поведения;
- воспитание социально-позитивной, ориентированной личности

2. Вторичная профилактика суицидального поведения

- определение факторов риска и выделение групп профилактического учёта;
- раннее и активное выявление лиц с нервно-психическими нарушениями;
- медицинская коррекция выявленных заболеваний и психических нарушений

Комплексная программа профилактики суицидального поведения должна быть направлена на решение следующих задач:

- своевременное распознавание и ликвидация состояний, несущих реальную угрозу самоубийства;

- раннее выявление суицидальных тенденций среди определённого контингента школьников;
- применение необходимых профилактических мер;
- регистрация и учёт покушений и самоубийств;
- проведение широкой психологической работы среди учащихся;
- пропаганда правовых знаний среди школьников.

Модель суицидальной профилактики

«Уровни профилактики суицида в образовательной среде»

Первый уровень –общая профилактика

Цель-повышение групповой сплочённости в школе.

Мероприятия.

Создание общих школьных программ психического здоровья, здоровой среды в школе, так чтобы дети чувствовали заботу, уют, любовь. Организация внеклассной воспитательной работы. Разработка эффективной модели взаимодействия школы и семьи, а также школы и всего сообщества.

Учащиеся, чувствуя, что учителя к ним справедливы, что у них есть близкие люди в школе, ощущающие себя частью школы, гораздо реже думают или пытаются совершить самоубийство.

Задачи педагога-психолога на данном этапе:

- 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 так и в период трудной жизненной ситуации (составление программы или плана работы по профилактике суицидального поведения учащихся).
- Привлечение различных государственных органов и общественных объединений для оказания помощи и защиты законных прав и интересов ребенка.

- Формирование позитивного образа, уникальности и неповторимости не только собственной личности, но и других людей.

- Привитие существующих в обществе социальных норм поведения, формирование детского милосердия, развитие ценностных отношений в социуме.

Второй уровень—первичная профилактика

Цель-выделение групп суицидального риска;сопровождениедетей,подростков и их семей группы риска с целью предупреждения самоубийств.

Мероприятия

1. Диагностика суицидального поведения

Задачи педагога-психолога на данном этапе:

- Выявление детей,нуждающихся в не замедлительной помощи и защите.
- Работа с семьей ребенка,попавшего в трудную жизненную ситуацию или испытывающего кризисное состояние.
- Оказание экстренной первой помощи,обеспечение безопасности ребенка,снятие стрессового состояния.

2. Индивидуальные и групповые занятия по обучению проблем разрешающего поведения, поиска социальной поддержки,ее восприятия и оказания,повышению самооценки,развитию адекватного отношения к собственной личности.

Задачи педагога-психолога на данном этапе:

- Сопровождение детей и подростков группы риска по суицидальному поведению с целью предупреждения самоубийств: терапия кризисных состояний
- Работа с семьей ребенка,попавшего в трудную жизненную ситуацию или испытывающего кризисное состояние
- Классные часы,крутлые столы,стендовая информация

Задачи педагога-психолога на данном этапе:

- Изучение теоретических аспектов проблемы с позиции различных наук (философия, физиологии,психологии,социологии,педагогики)использование информации в работе с педагогами и родителями.
- Повышение осведомленности персонала,родителей и учащихся о признаках возможного суицида, факторах риска и путях действия в этой ситуации.

С педагогами проводится просвещение по вопросам дезадаптивного поведения детей и подростков, в том числе суицидального, дается информация о мерах профилактики суицида среди детей и подростков.

Родителей необходимо познакомить с информацией о причинах, факторах, динамике суицидального поведения, снабдить рекомендациями, как заметить на двигающийся суицид, что делать, если у ребенка замечены признаки суицидального поведения. С детьми о суициде вести беседы необходимо с позиции их помощи товарищу, который оказался в трудной жизненной ситуации. Известно, что подростки в трудной ситуации чаще всего обращаются за помощью и советом к своим друзьям, чем к взрослым. Именно поэтому подростки должны быть осведомлены о том, что суицид это уход, уход от решения проблемы, от наказания и позора, унижения и отчаяния, разочарования и утраты, отвергнутости и потери самоуважения... словом, от всего того, что составляет многообразие жизни, пусть и не в самых радужных ее проявлениях.

4. Разработка плана действий в случае самоубийства, в котором должны быть процедуры действия при выявлении учащегося группы риска,

действия при угрозе самоубийства и после самоубийства.

Задачи педагога-психолога на данном этапе:

- Включение созданной системы психолого-педагогической поддержки учащихся разных возрастных групп в воспитательно-образовательном процессе (составленной программы или плана работы по профилактике суицидального поведения учащихся) в общий план действий.

- Определение своей позиции и перечни конкретных действий при выявлении и учащегося группы риска, при угрозе учащегося закончить жизнь самоубийством, и после самоубийства.

Третий уровень—вторичная профилактика

Цель - Предотвращение самоубийства.

Мероприятия

1. Оценка риска самоубийства

Оценка риска самоубийства происходит по схеме: крайняя (учащийся имеет средство совершения самоубийства,выработан четкий план),серьезная(есть план,но нет орудия осуществления) и умеренная (вербализация намерения, но нет плана и орудий).

Задачи педагога-психолога на данном этапе:

- Педагог-психолог может взять на себя роль того, кто мог бы отговорить самоубийцу от последнего шага или вывести его из состояния кризиса, который привел к суициду, кто решил свести к минимуму контакты учащимся, который грозитя покончить жизнь самоубийством, отговорить самоубийцу от последнего шага.
- Психолог вводит в состав кризисного штаба по предотвращению самоубийства.

2. Оповещение соответствующего учреждения психического здоровья(психиатрическая клиника), запрос помощи. Оповещение родителей.

Задачи педагога-психолога на данном этапе должны быть определены и требуют проработки.

3. Разбор случая со школьным персоналом, который был включен в работу, так чтобы он мог выразить свои чувства, переживания, внести предложения относительно стратегий и плана работы.

Четвертый уровень –третичная профилактика

Цель-Снижение последствий и уменьшение вероятности дальнейших случаев, социальная и психологическая реабилитация суицидентов.

Мероприятия

1. Оповещение, возможность проконсультироваться с психологом, внимание к эмоциональному климату в школе и его изменению.

Задачи педагога-психолога на данном этапе:

- Оказание экстренной первой помощи, снятие стрессового состояния у очевидцев происшествия (дети, подростки, персонал школы).

4. 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.

Достоинства программы:

В имеющихся возможностях для психологического распределения школьников, для формирования навыков и приемов, способствующих самовыражению каждого ученика;

- В имеющихся возможностях для оказания помощи классному руководителю, учителю-предметнику строить учебно-воспитательную работу в системе, с учетом психологических и возрастных особенностей учащихся;

- В создании условий для своевременной корректировки выявленных психологических проблем и совершенствования и оптимизации учебно-воспитательного процесса.

Программа достигнет наибольшего эффекта, если будет реализована как целостная система совместной деятельности педагогов, психолога, администрации школы и родителей, направленная на активное приспособление ребенка к социальной среде, включающее в себя как успешное функционирование, так и перспективное психологическое здоровье.

Предотвращение суицидальных попыток.

- Снятие психологического напряжения в психотравмирующей ситуации.
- Уменьшение психологической зависимости от причины, повлекшей суицидальное поведение.
- Формирование компенсаторных механизмов поведения.
- Формирование адекватного отношения к жизни и смерти.

Схема обследования суицидального школьника

1. Ф.И.О.школьника,пол,год рождения,возраст
2. С кем проживает
3. Адрес места жительства
4. Место учебы
5. Наличие алкоголизма у родственников
6. Суициды и суицидальные попытки у родственников(у кого,возраст)
7. Состав семьи(полная,неполная,другие варианты)
8. Социальное положение родителей
9. Личностные качества родителей:

- мать: любящая,отвергающая,доминирующая,агрессивная,подчиняющаяся,пассивная;

- отец: любящий,отвергающий,доминирующий,агрессивный,подчиняющийся.

10. Лидерство в семье
11. Конфликт в семье:есть,нет.Характер конфликта.
12. Положение школьника в семье (наличиебратьев,сестер,ихвозраст,отношенияними)
13. Виды наказаний в семье
14. Мотивация при обучении в школе
15. Успеваемость
16. Положение в классе
17. Участие в неформальных группировках(конкретно в каких)
18. Правонарушения:были или нет,какие конкретно
19. Привычные интоксикации:курение,алкоголь,наркотики-частотаупотребления,мотив употребления.

20. Сексуальная жизнь.

21. Характерологические особенности личности

22. Сновидения:

- с символикой смерти;

- с элементами апресии;
- со сценами нападения, убийства;
- повторяющиеся сновидения; да-нет, содержание, эмоциональное отношение к содержанию снов
- 23. Страх смерти: да-нет, обоснованный или нет.
- 24. Интерес к смерти, убийствам, самоубийствам.
- 25. Фантазирование на тему собственной смерти: содержание.
- 26. Отсутствие интереса к жизни.
- 27. Желание собственной смерти.
- 28. Планирование последствий суицида: да-нет, конкретно, когда, содержание.
- 29. Непосредственный повод (провоцирующий фактор).
- 30. Записки: да-нет, содержание.
- 31. Характеристики постсуицидального периода.
- 32. Отношение к суицидальной попытке.

Система программных мероприятий

№	Содержание работы/участники	Сроки	Ответственные
Проведение и профилактика суицидального поведения среди несовершеннолетних			
1	Выявление и реабилитация несовершеннолетних и их семей, оказавшихся в сложной жизненной ситуации	в течение года	Педагог-психолог
2	Составление базы данных по социально неблагополучным семьям	сентябрь	Педагог-психолог
3	Проведение индивидуальных профилактических мероприятий с семьями социального риска	в течение года	Педагог-психолог
4	Организация оздоровления и отдыха во внеурочное время детей из неблагополучных и малообеспеченных семей (оздоровительный лагерь при пикеле)	каникулярное время	Педагог-психолог
5	Организация работы по профилактике профессионального выгорания	в течение года	Педагог-психолог
7	Цикл психологических классных часов:		
	1. В поисках хорошего настроения (5 кл)	сентябрь	Педагог-психолог, классный руководитель
	2. Профилактика курения (6 кл)	октябрь	Педагог-психолог, классный руководитель
	3. Как научиться жить без драки (7 кл)	октябрь	Педагог-психолог, классный руководитель
	4. Учимся снимать усталость (8 кл)	ноябрь	Педагог-психолог, классный руководитель

	5. Толерантность(5-11 классы)	ноябрь	Педагог-психолог, классный руководитель
	6. Как преодолевать тревогу (6 кл.)	декабрь	Педагог-психолог, классный руководитель
	7. Способы решения конфликтов с родителями (7 кл.)	январь	Педагог-психолог, классный руководитель
	8. Стресс в жизни человека. Способы борьбы со стрессом(8 кл.)	февраль	Педагог-психолог, классный руководитель
	9. Грани моего«Я» (9кл.)	март	Педагог-психолог, классный руководитель
	10. Я+он+они=мы (10 кл.)	апрель	Педагог-психолог, классный руководитель
	11. Способы саморегуляции эмоционального состояния(11 кл.)	апрель	Педагог-психолог, классный руководитель
	12. «Как сказать Нет!» (8 кл.)	май	Педагог-психолог, классный руководитель
	13. Несломай свою судьбу! Подросток и наркомания.(9 кл.)	май	Педагог-психолог, классный руководитель
8	Правовые классные часы: 1. Что ты должен знать об УК РФ (6– 8 кл.) 2. Уголовная ответственность несовершеннолетних(8– 11 кл.) 3. Знаешь ли ты свои права и обязанности (5 – 9 кл.)	сентябрь октябрь ноябрь	Социальный педагог Социальный педагог Учитель истории обществознания, педагог-психолог
9	Психолого-педагогическая поддержка учащихся ГИА(9класс), ЕГЭ(11 класс). Составление памяток	март апрель	Педагог-психолог, классный руководитель
10	Игра для учащихся 5 класса«Моё место в коллективе».	октябрь	Педагог-психолог
11	Акция «Я выбираю жизнь»	ноябрь	Педагог-психолог
12	Беседа-диспут:«В чём смысл жизни?» (10кл.)	февраль	Классный руководитель
13	Час информирования«10 сентября– Всемирный день предотвращения самоубийств»	сентябрь	Педагог-психолог, классные руководители
14	Работа по выявлению дезадаптивных детей (5 кл.)	октябрь- ноябрь	Педагог-психолог, классный руководитель
15	Диспут для подростков«Успех в жизни» (9-11кл.)	декабрь	Педагог-психолог

Работа с педколлективом ОУ

2	Семинар «Что такое суицид и как с ним бороться?»	ноябрь	Педагог-психолог
3	Семинар кл. руководителей «Некоторые причины и формы проявления невротических расстройств у современных старшеклассников»	декабрь	завучпоВР, Педагог-психолог
4	Семинар «Типология возрастных психолого-педагогических особенностей учащихся»	январь	Педагог-психолог
5	Семинар классных руководителей «Психологический климат в классе»	февраль	завучпоВР, Педагог-психолог
6	Семинар классных руководителей «Профилактика конфликтных ситуаций и работа с ними»	март	завучпоВР, педагог-психолог

Провещение родителей

1	Родительский лекторий:	по плану, по запросу	Педагог-психолог, завуч по ВР, классные руководители
	1. Возрастные психолого-педагогические особенности (младший школьник, подросток, старший школьник)		
	2. Как воспитать гармоничные отношения родителей и детей (диспут с элементами тренинга)		
	3. Психологические особенности периода адаптации, формы родительской помощи поддержки		
	4. Школа, семья и психологическое здоровье старшеклассников (круглый стол)		
	5. Тревожность и её влияние на развитие личности		
	6. Что такое суицид и как с ним бороться (среднее и старшее звено)		
	7. Особенности детско-родительских отношений как фактор психологического дискомфорта		
	8. Чем и как увлекаются подростки		
	9. Куда уходят дети: профилактика безнадзорности и бродяжничества		
	10. Трудный возраст или советы родителям		
	11. Уголовная ответственность несовершеннолетних		
5.	«Профилактика насилия в семье»	май	

Диагностика

Учащиеся

1	Исследование социальног статуса	ежегодно	кл.руководитель, педагог-психолог
2	Исследование уровня адаптации	по плану	педагог-психолог
3	Исследование уровня тревожности	по плану	педагог-психолог
4	Склонность к отклоняющемуся поведению	по плану	педагог-психолог
5	Опросник Басса–Дарки (агрессия, чувство вины)	по запросу	педагог-психолог
6	Оценка способов реагирования на конфликтные ситуации	по запросу	педагог-психолог
7	Опросник Г. Айзенка «Самооценка психических состояний личности»(8-11 классы)	ноябрь	педагог-психолог
8	Рисуночный тест«Ваши суицидальные наклонности»(5-11 классы)	октябрь	педагог-психолог
9	Методика самооценки эмоциональных состояний(8-11 классы)	декабрь	педагог-психолог
10	Опросник школьной тревожности Филлипса (5-11 классы)	октябрь	педагог-психолог
11	Методика САН(диагностика самочувствия, активности и настроения)(8-11 классы)	в течение года	педагог-психолог
12	Методика определения степени риска совершения суицида(9-11 классы)	декабрь	педагог-психолог
13	Методика диагностики уровня субъективного ощущения одиночества Д.Рассела и М.Фергюсона	январь	педагог-психолог
Родители			
1	Опросник для родителей – диагностика нарушений во взаимоотношениях подростка с родителями и их причин	по запросу	педагог-психолог
2	Опросник родительского отношения (А.Варга, В.Столин)	по запросу	педагог-психолог
Коррекционные мероприятия			
1	Занятие«Ты и я очень разные»-для подростков 5-6-класс	октябрь	педагог-психолог
2	Занятие «Барьеры непонимания» 8 класс	ноябрь	педагог-психолог
3	Занятие по повышению самооценки «Нарисуй подарок самому себе» 7класс	декабрь	педагог-психолог
4	Тренинг уверенности (для старшеклассников)	февраль	педагог-психолог
5	Тренинг«Манипуляция: игры, в которые играют все»(для старшеклассников)	март	педагог-психолог
6	Цикл занятий для подростков«Я сам строю свою жизнь»	апрель	педагог-психолог