

Утверждаю:
приказом от 31.08.2023 года № 310806-О

Программа

по профилактике суицидального поведения у несовершеннолетних обучающихся срок реализации программы 2023-2024 г.

Программа подготовлена на основании нормативных документов:

Конституция Российской Федерации, Федеральный закон Российской Федерации от 24 июля 1999 года № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних», Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2010 года № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющий вред их здоровью и развитию», Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 года № 273-ФЗ, Концепция демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная Указом Президента Российской Федерации от 09.10.2007 года № 1351, Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.01.2016 года № 07-149 «О направлении методических рекомендаций по профилактике суицида», Конвенции о правах ребенка, Кодекс об административных правонарушениях Российской Федерации, Уголовный кодекс Российской Федерации, Семейный кодекс РФ от 29.12.1995 года № 223-ФЗ

Актуальность программы

В последние десятилетия во всем мире наблюдается тенденция к росту числа самоубийств. Всемирная организация здравоохранения отмечает, что по этой причине в наши дни погибло людей больше, чем во всех вместе взятых конфликтах, при этом суицид является третьей по значимости ведущей причиной смертности у лиц в возрастной группе от 10 до 19 лет.

Современный человек иногда не в состоянии найти позитивный смысл своей жизни из-за разрушения старых ценностей и традиций, дискредитации новых, недостатка культуры мировоззренческой рефлексии как условия поиска уникального смысла своим неповторимым путем. Мир высоких технологий, порождающий большое количество неудовлетворенных потребностей, а также ряд неустойчивых психических состояний, вносит деструктивное начало в жизнь современного человека, в том числе ребенка.

Считается, что к самоубийству приводит целый комплекс взаимодействующих биологических, генетических, психологических, социологических, культурных факторов в совокупности с факторами окружающей среды. Наиболее восприимчивым к влияниям подобного рода является подростковый возраст, когда ребенок проходит в своем развитии огромный путь, обретает чувство личности. Возраст подростка является периодом особой концентрации конфликтов, которые зачастую приводят к поведенческим отклонениям, в том числе суициду.

Каждая смерть ребенка – это трагедия уже потому, что его страх перед жизнью побеждает страх смерти. Но, несмотря на то, что единых общепринятых установленных методов работы с суицидальной и потенциально суицидальной личностью не существует, исследователи проблем формирования суицидального поведения отмечают: почти каждый, кто всерьез думает о самоубийстве, так или иначе дает понять окружающим о своем намерении. Иногда это едва уловимые намеки, часто же угрозы являются легко узнаваемыми. Следовательно, самоубийства можно предотвращать!

Распоряжением Правительства Российской Федерации от 18 сентября 2019 г. № 2098-р утвержден комплекс мер до 2020 года по совершенствованию системы профилактики суицида среди несовершеннолетних (далее – Комплекс мер). Он состоит из 20 мероприятий и объединяет в качестве исполнителей Минздрав России, Минпросвещения России, МВД России, Минтруд России, Следственный комитет Российской Федерации, Росмолодежь, ФСИН России, Минкультуры России, Роскомнадзор, Роспотребнадзор, Росстат, органы исполнительной власти субъектов Российской Федерации, тем самым демонстрируя, что в основе предупреждения самоубийств лежит межведомственное взаимодействие. Ни один отдельно взятый подход не может оказать достаточного влияния на такую сложную проблему, как суицид, а максимальная эффективность деятельности по профилактике самоубийств может быть достигнута при условии синергичной, взаимодополняющей работы органов власти и различных структур, ведомств, организаций: образовательных, медицинских, правоохранительных, социальных и иных.

Цель программы - формирование качеств жизнестойкой личности у обучающихся.

Задачи:

- научить использовать внутренние и внешние ресурсы для преодоления стрессовой ситуации. Обучить приемам саморегуляции;
- развивать мотивацию на здоровый образ жизни. Способствовать развитию позитивного мировоззрения;
- обучить навыкам эффективной коммуникации и содействовать сплочению ученических коллективов;
- содействовать развитию процессов самопознания, личностного самоопределения.

Жизнестойкость

Жизнестойкость предполагает признание человеком своих реальных возможностей, принятие реальной собственной уязвимости. Жизнестойкость - это база, исходя из которой, перерабатываются стрессовые воздействия, это катализатор поведения, которой позволяет трансформировать негативные впечатления в новые возможности.

Чем лучше развита жизнестойкость, тем больше вероятность, что человек будет адекватно воспринимать трудности.

Жизнестойкость является формируемой интегральной характеристикой, которая определяется адекватной самооценкой, развитыми волевыми качествами, высоким уровнем социальной компетентности, развитыми коммуникативными умениями.

Формирование жизнестойкости педагогическими средствами может снизить степень суицидального риска.

Определение и классификация суицидального поведения

Деадаптаца - нарушение приспособляемости организма к меняющимся условиям среды обитания или неадаптивное поведение человека в сложных для него жизненных обстоятельствах.

Деадаптаца социальная - проявляется в нарушении норм морали и права, в асоциальных формах поведения и деформации системы внутренней регуляции, референтных и ценностных ориентации, социальных установок и т.д. При социальной деадаптации речь идет о нарушении процесса социального развития, социализации индивида, когда имеет место нарушение как функциональной, так и содержательной стороны социализации. При этом нарушения социализации могут быть вызваны как

самоубийства либо устранением препятствий к его совершению или обещанием скрыть средства или орудия совершения самоубийства.

Факторы риска суицида – внешние и внутренние параметры, с высокой вероятностью оказывающие влияние на формирование и реализацию суицидальных намерений.

Факторы риска формирования суицидального поведения и их оценка

Среди факторов и причин детского и подросткового суицида можно выделить биологические, психологические и социально-средовые.

Важно отметить, что суицидальное поведение многогранно. Обычно для объяснения мотивов самоубийства недостаточно какой-либо одной причины или стресс-фактора. Чаще всего параллельно действуют несколько факторов риска, которые в совокупности повышают уязвимость человека в отношении суицидального поведения. При этом присутствие факторов риска не всегда влечет за собой суицидальные действия; к примеру, не каждый, кто страдает от психического расстройства, умирает в результате самоубийства.

Биологические факторы - устанавливаемые медицинскими работниками серотонинергическая, норадренергическая, дофаминергическая дисфункция, гипоталамо-гипофизарно-надпочечниковая гиперактивность. К указанной группе факторов можно также отнести клинические факторы: депрессивные, тревожные симптомы, усугубляющиеся отсутствием психиатрической помощи в первые три месяца психического расстройства; формирующиеся расстройства личности, шизофрения; злоупотребление психоактивными веществами (часто как средство самолечения); хронические соматические заболевания (особенно с ограничением повседневного функционирования и хроническим болевым синдромом); попытки самоубийства в последние полгода; семейная история самоубийств.

Психологические факторы - формирования суицидального поведения у детей многочисленны:

- неблагоприятная семейная обстановка (отсутствие любви, наличие безразличия, жестокости, насилия (физического, психологического, сексуального) или, напротив, отношение к ребенку как кумиру семьи; развод родителей);
- отсутствие психологической безопасности образовательной среды (неспособность справиться с трудностями учебной программы; адаптация к учебному процессу; конфликты с друзьями или педагогами; буллинг);
- индивидуальные психологические особенности (трудно протекающий пубертат, чувство неполноценности, заниженная самооценка);
- прессинг успеха (страх не оправдать надежды взрослых);
- слишком высокие собственные притязания на успех;
- крушение романтических отношений, неразделенная любовь;
- беременность;
- проблемы с правоохранительными органами;
- подражание своим сверстникам и кумирам, совершившим суицид).

Социально-средовые факторы - это стрессовые события, определенные социальные характеристики, доступность средств суицида. Риск самоубийств повышают

вынужденная миграция, факты дискриминации социальных групп (лица, освободившиеся из заключения или содержащиеся под стражей, и члены их семей; лица, которые идентифицируют себя с представителями нетрадиционной сексуальной ориентации; беженцы).

Немаловажным риском суицида является стигма в отношении обращения за помощью, все еще существующая в обществе. Продолжают подвергаться стигматизации те, кто стремится получить помощь в связи с суицидальным поведением, нарушениями психического здоровья, злоупотреблением психоактивными веществами либо иными эмоциональными стресс-факторами, что может быть существенным препятствием к получению необходимой помощи. Стигма мешает друзьям и членам семьи уязвимого человека оказать ему нужную поддержку, а иногда даже признать наличие тревожной ситуации, играет важнейшую роль в неприятии перемен и нежелании предпринимать меры по предупреждению самоубийств.

Часто роковую роль в самоубийстве несовершеннолетних играет безответственное освещение самоубийств в средствах массовой информации (далее - СМИ) и социальных сетях, где суициду могут придать сенсационную, гламурную или романтическую окраску, увеличивая риск того, что у самоубийц найдутся подражатели среди уязвимых людей. Важно, чтобы представители СМИ сознавали свою ответственность при необоснованно подробном освещении самоубийства известных людей, сообщениях о необычных способах самоубийства или о серии самоубийств, а также оправдании самоубийств, характеризуя их как допустимую реакцию на кризис или несчастье.

Доступ к средствам совершения самоубийства - один из важнейших факторов риска. Прямая доступность или близость таких средств повышает риск самоубийства.

Для максимально успешного предупреждения самоубийств важно учитывать не только общие факторы риска формирования суицидального поведения, но и идентифицировать актуальные для конкретного региона, территории: тип территории, населенных пунктов и застройки, наличие химических производств или предприятий сельского хозяйства (где есть свободный доступ к токсическим веществам), этнический состав населения, миграционные процессы и культуральные особенности, структура занятости населения и уровень социально-экономического благополучия, особенности социализации детей и подростков: возможности организации досуга, условия для разностороннего развития и дальнейшего трудоустройства, общий уровень криминогенности, тенденции в демографии и здоровье населения, профилактические ресурсы территории.

С целью определения значимых факторов суицидального поведения в регионе для разработки программы профилактики суицидального поведения у несовершеннолетних рекомендуется регулярно проводить комплексный сбор и анализ информации, который может включать в себя: анализ статистики (медицинской и правоохранительной документации) завершенных и незавершенных суицидов, случаев самоповреждения по широкому кругу показателей: количество, обстоятельства, способы, причины и иное; проведение социологических опросов, посвященных рискованному поведению; обобщенный (не персонифицированный) анализ результатов.

Категории детей, нуждающихся в психолого-педагогической сопровождении

- школьники в период адаптации к новым условиям образовательного процесса (1 классы) дети имеющие школьные трудности;
- несовершеннолетние из неблагополучных семей;
- дети с социально-педагогической запущенностью и отклоняющимся поведением;

- несовершеннолетние с особыми образовательными потребностями;
- группы школьников в случае возникновения ситуации межличностного конфликта;
- несовершеннолетние из семей беженцев и переселенцев.

Принципы профилактики на уровне личности:

- **доступность и своевременность** помощи и поддержки;
- **гуманизм** вера в возможности ребенка, позитивный подход;
- **реалистичность** - учета реальных возможностей ребенка и конкретной ситуации;
- **системность** - рассмотрение несовершеннолетнего как целостного, качественно своеобразного, динамично развивающегося субъекта;
- **индивидуальный подход** - изменение содержания, форм и способов коррекционно-развивающей работы в зависимости от возможностей несовершеннолетнего, целей работы, позиции и возможностей специалиста;
- **деятельностный принцип коррекции** - опора на ведущий вид деятельности, свойственный возрасту несовершеннолетнего.

План работы по формированию жизнестойкости у детей, готовности противостоять негативным явлениям

Работа ведется по 3 направлениям:

1. Профилактическая работа в классных коллективах (в рамках внеурочной деятельности, на классных часах);
2. Индивидуальная работа с детьми, оказавшимися в трудной жизненной ситуации;
3. Повышение психолого-педагогической компетентности педагогов и родителей.

№	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1.	Планирование работы	август	администрация, социальный педагог, педагог-психолог, классные руководители
2.	Координация взаимодействия педагогов и специалистов, осуществление методического сопровождения, контроль за исполнением плана	постоянно в течение года	администрация
3.	Размещение информации о телефоне доверия, школьной и муниципальной психологической службе на сайте ОО и на информационных стендах	постоянно	администрация
4.	Работа школьного сайта (рекомендации для родителей и обучающихся, консультативная помощь специалистов, ссылка на сайт www.yaroditel.ru)	постоянно	администрация
5.	Составление социального паспорта семей обучающихся 1 - 4 класс. Сбор банка	сентябрь	администрация, социальный педагог,

	данных. Выявление детей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, а также в кризисной ситуации по шкале Холмса-Райха (смерть (в том числе суицид) родственников или друзей, развод родителей, травма, болезнь, насилие или жестокое обращение и др.)		классные руководители
6.	Дополнительная углубленная диагностика индивидуальных особенностей личностного развития обучающихся, оказавшихся в трудной жизненной (кризисной) ситуации	в течение года	педагог-психолог
7.	Организация психолого-педагогического сопровождения обучающихся, оказавшихся в трудной жизненной (кризисной) ситуации по индивидуальным планам сопровождения (профилактической работы)	постоянно в течение года	администрация, социальный педагог, педагог-психолог, классные руководители
8.	Оперативно-профилактическая операция «Подросток». Проведение рейдов по семьям, состоящим на различных видах учёта. Профилактические беседы с родителями, распространение информационных материалов по профилактике жестокого обращения с детьми	в течение года	администрация, социальный педагог, педагог-психолог, классные руководители
9.	Диагностика адаптации 1 классы	октябрь	классные руководители, педагог-психолог
10.	Заседание ППк. Разработка и коррекция индивидуальных планов сопровождения (профилактической работы) обучающихся включающих коррекционно-развивающие занятия (индивидуальные или групповые) по формированию навыков совладающего поведения и саморегуляции	1 раз в четверть по плану ОО, внеплановые по необходимости	администрация, члены консилиума
11.	Проведение групповых коррекционно-развивающих занятий с элементами тренинга по итогам социометрии (классы, где есть «новички», вновь сформированные классы, конфликтные классы)	в течение года	классные руководители, педагог-психолог
12.	Организация и проведение Недели психологии	ноябрь	администрация, социальный педагог, педагог-психолог, классные руководители

13.	Диагностика особенностей личностного развития обучающихся (тревожности, самооценки, интересов)	в течение года по плану ОО	педагог-психолог
14.	Проведение цикла занятий (классных часов) с обучающимися 1- 4 классов по формированию жизнестойкости у детей: «Мир эмоций», «Ценности жизни»	в течение года по плану ОО	классные руководители, педагог-психолог
15.	Проведение родительского всеобуча Возможные варианты: - «Мой ребенок – младший школьник» (психологические особенности детей); - «Готовность ребенка к школе. Роль семьи в адаптации ребенка к школе»; - «Как правильно поощрять и наказывать ребенка» (копилка полезных советов); - «Общение детей младшего школьного возраста в среде сверстников, в сети Интернет» (профилактика влияния групп деструктивной направленности).	по плану ОО	администрация, классные руководители, педагог-психолог
16.	Семинар-практикум для педагогов «Психологические особенности детей. Роль взрослых в оказании помощи ребенку в кризисной ситуации»	по плану ОО	администрация
17.	Консультативная психологическая помощь обучающимся, родителям, педагогам	постоянно в течение года	педагог-психолог
18.	Информирование комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав о выявленных случаях жестокого обращения с несовершеннолетними	постоянно в течение года	администрация
19.	Анализ работы по итогам учебного года. Планирование на следующий учебный год с учетом достигнутых результатов	июнь	администрация