

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа №1» города Велижа Смоленской области

Рассмотрена принята
на заседании
педагогического совета
Протокол № от

Утверждена приказом
от _____ №
Директор школы

Н.В.Алексеева

***Программа
по профилактике суицидальных
проявлений обучающихся
"Рука помощи"***

2014 г.

Содержание

- Пояснительная записка
- Основные цели и задачи программы
- Основные направления деятельности
- Принципы реализации программы
- Ожидаемый результат
- Механизм реализации программы
- План мероприятий по предупреждению суицидальных проявлений
- Литература

Пояснительная записка

СОДЕРЖАНИЕ ПРОБЛЕМЫ И ОБОСНОВАНИЕ НЕОБХОДИМОСТИ ЕЕ РЕШЕНИЯ ПРОГРАММНЫМИ МЕТОДАМИ

В условиях современного общества процент детских и подростковых самоубийств растет, что порождает необходимость детального изучения причин, мотивов, ситуаций проявления суицидальных попыток и способов профилактики. Одной из главных целей школьного образования является создание и поддержание психологических условий, обеспечивающих полноценное психическое и личностное развитие каждого ребенка.

Педагогам-психологам приходится сталкиваться с состояниями повышенной тревожности у детей, неуверенным поведением, с депрессивными состояниями и суицидальными мыслями.

В младшем подростковом возрасте появляется интерес к собственному внутреннему миру, возникает желание понять, лучше узнать себя. Возникшее острое «чувство Я», увеличение значимости проблем, связанных с самооценкой, сопровождаются трудностями думать и говорить о себе, слабым развитием рефлексивного анализа, что приводит к повышенной тревожности, возникновению чувства неуверенности в себе.

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. 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, внутриличностный конфликт 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.

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 ребенку 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 невозполнимая утрата, лишаящая смысла дальнейшую жизнь.

Покушение на жизнь может быть подражанием поведению, демонстрируемому с экранов телевидения или присутствующих на страницах литературных произведений. В подростковых 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. Программа по профилактике суицидального поведения среди несовершеннолетних «Рука помощи» рассчитана на 3 года, для обучающихся в возрасте от 7 - 18 лет.

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 безнадежности, 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 беседу 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.

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.

Основные направления деятельности

1. Работа с детьми и подростками, ставшими на путь социальной дезадаптации, но имеющими ближайшие перспективы её преодоления.
2. Работа с детьми и подростками, нуждающимися в срочной психоэмоциональной 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*.

Первичная профилактика суицидального поведения

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

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.

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.

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 раскрепощения 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.

Механизм реализации программы

Программа реализуется на основе психодиагностики, которая проводится в 2 раза в год.

Эффективность программы оценивается по результатам наблюдения, психологического обследования.

Системой воспитательной работы (классные часы, тренинговые занятия, беседы, диспуты, дни здоровья);

Совместная работа с учреждениями города, полицией: лекции, консультации, индивидуальные собеседования, направленные на улучшение эмоционального состояния обучающихся, профилактику заболеваний ИППП/ ВИЧ/ СПИД, реабилитация несовершеннолетних и их семей, оказавшихся в сложной жизненной ситуации.

МБОУ «Средняя школа №1» города Велижа

Утвержден приказом

от

№

**План
проведения мероприятий по профилактике
суицидальных проявлений и совершения
преступлений в отношении несовершеннолетних
на 2014-2015 учебный год**

№	Содержание работы	Сроки	Ответственный
1	Выявление и реабилитация несовершеннолетних и их семей, оказавшихся в сложной жизненной ситуации	В течение года	Соц. педагог, ПДН МО МВД России «Велижский»
2	Составление базы данных по социально неблагополучным детям и подросткам	Ежеквартально	Соц. педагог
3	Проведение индивидуальных и групповых профилактических мероприятий с обучающимися, состоящими в «группе риска»	В течение года	Соц. педагог
4	Организация оздоровления и отдыха во внеурочное время детей из неблагополучных и малообеспеченных семей, детей-сирот.	В течение года	Соц. педагог
5	Внедрение и реализация системы просвещения обучающихся по профилактике вредных привычек	В течение года	Зам.директора по ВР., классные руководители
6	Проведение цикла мероприятий для <u>учащихся</u> (беседы, диспуты, тренинги, классные часы) на темы: - «В поисках хорошего настроения»; - «Профилактика вредных привычек»; - «Учимся снимать усталость»;	В течение года, согласно планов классных руководителей	Соц. педагог, педагог- психолог, классные руководители

	<ul style="list-style-type: none"> - «Толерантность-этика будущего»; - «Способы преодоления тревоги»; - «Способы разрешения конфликтных ситуаций с родителями»; - «Стресс в жизни человека» (способы выхода из стрессовых ситуаций) - «Грани моего «Я»»; - «Способы саморегуляции эмоционального состояния «Как сказать «Нет!»»; - «Не сломай свою судьбу!» (подросток и наркотики) и др. 		
7	Обеспечение психолого-педагогической поддержки обучающихся к выпускным экзаменам (тренинги)	Декабрь, май, июнь	Педагог-психолог
8	Доведение информации до сведения обучающихся о номере телефона доверия: общероссийского, городского.	сентябрь	Классные руководители
9	<p>Проведение бесед для <u>педагогов и родителей</u> согласно следующим тематикам:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Суицид и меры профилактики»; - «Причины и формы проявления невротических расстройств»; - «Психологический климат в группах–профилактика конфликтных ситуаций в подростковой и молодежной среде» 	В течение года	Соц. педагог, педагог-психолог

Литература

1. Бурмистрова Е.В.. Психологическая помощь в кризисных ситуациях (предупреждение кризисных ситуаций в образовательной среде).
2. Методические рекомендации для специалистов системы образования. М.: МГППУ, 2006.
3. Вроно Е.М. Предотвращение самоубийства. Руководство для подростков. Овчарова Р.В. Практическая психология образования.- М., 2003.
4. Суицид. О мерах профилактики суицида среди детей и подростков. Официальный сайт ФППМ ВШК (факультет Психолого-педагогического менеджмента Высшей Школы Социально-управленческого консалтинга).
5. Черепанова Е. «Психологический стресс. Помогите себе и своему ребенку». М. 2006.
6. Чернова Г.В. Программа профилактики суицидального поведения "Перекресток". Сайт фестиваля "Открытый урок": <http://festival.1september>