

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ТАЩИЛОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»**

**Программа  
профилактика суицидального  
поведения обучающихся  
старших классов  
«Жизнь - чудо»**

**Авторы программы:**

**Царькова Татьяна Васильевна-директор МБОУ «Тащиловская СОШ»  
Пискарева Татьяна Михайловна – заместитель директора по ВР**

## ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

<b>Наименование программы</b>	<b>Программа профилактики суицидального поведения обучающихся старших классов МБОУ «Тащиловская СОШ» на 2022-2025 гг.</b>
Основание для разработки программы	<p>1. Конституция Российской Федерации.</p> <p>2. Федеральный закон Российской Федерации от 24 июня 1999 г №120-ФЗ» Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних»</p> <p>3. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2010г №436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию».</p> <p>4. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. №273-ФЗ</p> <p>5. Приказ Минобрнауки РФ от 26 октября 2011 г. №2537 «Об утверждении плана мероприятий Министерства по профилактике суицидального поведения среди обучающихся образовательных учреждений»</p> <p>6. Письмо Минобрнауки РФ от 18 января 2016 г №07-149 «О направлении методических рекомендаций по профилактике суицида»</p>
Основные разработчики программы	<p>Директор МБОУ «Тащиловская СОШ» - Царькова Татьяна Васильевна 89209244424</p> <p>Заместитель директора по воспитательной работе МБОУ «Тащиловская СОШ» – Пискарева Татьяна Михайловна 89209182062</p>
Исполнители программы	Все руководящие и педагогические работники МБОУ «Тащиловская СОШ» в соответствии с должностными инструкциями.
Цель программы	Предотвратить риска суицида среди обучающихся старших классов: формирование позитивной адаптации к жизни, как процесса сознательного построения и достижения устойчивых позитивных отношений между собой и другими людьми, миром в целом.
Задачи программы	<p>1. Изучение теоретических аспектов проблемы с позиции различных наук (философии, физиологии. Психологии, социологии, педагогики) и использование информации в работе с педагогами и родителями (законными представителями)</p> <p>2. Диагностика коллектива обучающихся с целью выявления группы лиц, склонных к суициду (группа риска)</p> <p>3. Выявление психологического портрета обучающегося склонного к суициду (при наличии)</p>

	<p>4. Выявление психологического портрета обучающегося склонного к суициду (при наличии).</p> <p>5. Создать условия для повышения уровня самооценки и уровня социально-психологической адаптации обучающихся старших классов.</p> <p>6. Повысить психологическую компетентность родителей (законных представителей) в области воспитания и обеспечить социально-педагогическую поддержку семьи в формировании личности обучающегося и устранить негативные черты характера.</p> <p>7. Осуществить взаимодействия с государственными органами и общественными организациями в оказании помощи и защиты законных прав и интересов обучающихся старших классов.</p> <p>8. Организовать психолого-социально-педагогическое консультирование обучающихся, родителей (законных представителей), педагогических работников.</p>
Сроки реализации программы	<p>2022-2025 гг</p> <p>2022-2023- информационно-аналитический</p> <p>2023-2024 -практический</p> <p>2024-2025 -аналитико-обобщающий</p>
Система организации контроля исполнения программы	Контроль исполнения программы осуществляется администрацией школы.
Ожидаемые конечные результаты программы	<p>Отсутствие случаев суицидального поведения среди обучающихся старших классов.</p> <p>Успешная социальная адаптация обучающихся в социуме.</p>

### **Постановка проблемы**

Актуальность программы связана с ростом уровня самоубийств среди российских подростков. Проблема детских суицидов присуща как неблагополучным семьям, так и семьям с внешними признаками социального и финансового благополучия. Попытки суицида являются следствием непродуктивной (защитной) адаптации к жизни – фиксированного, негибкого построения человеком или семьей отношений с собой, своими близкими и внешним миром на основе действия механизма отчуждения.

По данным Росстата России смертность детского населения от самоубийств в 2014 году составила на 100000 человек 5,9 в возрастной группе от 15 до 19 лет.

Своевременная психологическая помощь, участливое отношение к подросткам, попавших в трудную жизненную ситуацию, помогли бы избежать

трагедий. Целью программы является организация профилактической работы по предупреждению суицидальных действий среди старшеклассников, развитие стрессоустойчивости, сохранение и укрепление психического здоровья обучающихся.

### **Пояснительная записка.**

По данным Владимирской области за последние годы значительно увеличилось число суицидальных попыток и завершенных самоубийств среди молодежи и даже детей. Уровень самоубийств среди старшеклассников в настоящее время является одним из самых высоких в мире. Самоубийство 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 совершается из-за конфликтов и неблагополучия в их окружении: боязни насилия со стороны взрослых, бестактного поведения учителей, одноклассников, друзей, черствости и безразличия окружающих. В целом ряде случаев старшеклассники решались на самоубийство из-за равнодушного отношения родителей и педагогов к их проблемам, протестуя, таким образом, против безразличия и жестокости взрослых, несложившейся любви.

Решаются на такой шаг, как правило, замкнутые, ранимые, страдающие от одиночества и чувства собственной ненужности подростки, потерявшие смысл жизни. Причиной суицида могут быть также алкоголизм и наркомания, как родителей, так и самих подростков, индивидуальные психологические особенности человека, внутриличностные конфликты и т.п. Проблема детских суицидов присуща как неблагополучным семьям, так и семьям с внешними признаками социального и финансового благополучия.

Суицидальные действия у детей часто бывают импульсивными, ситуативными и не планируются заранее. Попытки суицида являются следствием непродуктивной (защитной) адаптации к жизни – фиксированного, негибкого построения человеком или семьей отношений с собой, своими близкими и внешним миром на основе действия механизма отчуждения. Своевременная психологическая помощь, участливое отношение к подросткам, попавшим в трудную жизненную ситуацию, помогли бы избежать трагедий.

### **Содержание программы.**

Исходя, из цели и задач программы работа проводится по следующим направлениям:

#### **1. Выявление и реабилитация детей «группы риска» и семей, находящихся в социально опасном положении:**

- диагностика – тесты на определение личностной и реактивной тревожности, подверженности стрессу
- создание электронной базы данных по социально неблагополучным семьям, детям, склонным к суицидальному поведению

- проведение профилактических мероприятий, направленных на снижение суицидального риска

## **2. Пропаганда здорового образа жизни, сохранение и укрепление психического здоровья среди обучающихся:**

- организация досуга несовершеннолетних для формирования широкого круга интересов, увлечений, занятий, направленных на укрепление и сохранение психического и физического здоровья
- организация и проведение мероприятий, акций по пропаганде ЗОЖ, вовлечение детей «группы риска» в массовые и социально-значимые мероприятия.

## **3. Оптимизация межличностных отношений в школе.**

Поскольку причинами суицидов среди подростков являются также и нарушения межличностных отношений в школе, необходимо принять меры по формированию классных коллективов, нормализации стиля общения педагогов с учащимися.

Оптимизации учебной деятельности учащихся, вовлечению учащихся в социально-значимые виды деятельности, организации школьного самоуправления, формированию установок у учащихся на самореализацию в социально-одобряемых сферах жизнедеятельности (культуре, спорте, искусстве, науке и др.).

Взаимоотношения с учащимися должны строиться на основе уважения, убеждения, спокойном, доброжелательном тоне общения.

### **Календарно-тематический план мероприятий по профилактике суицида среди старшеклассников 2022-2023**

<i>Просветительско-профилактическая деятельность</i>			
<i>Работа с обучающимися ОУ</i>			
<b>№</b>	<b>Содержание работы</b>	<b>Сроки</b>	<b>Ответственный</b>
1	Выявление и учет обучающихся, склонных к суициду. Разработка индивидуальной программы профилактической работы	Постоянно	Классные руководители Социальный педагог Психолог
2	Исследования социального статуса семей учащихся. Составление социального паспорта класса и школы	Октябрь	Классные руководители Социальный педагог
3	Составление базы данных по социально-неблагополучным семьям	Октябрь	Социальный педагог
4	Проведение индивидуальных профилактических мероприятий семьями социального риска	В течение уч. года	Социальный педагог

5	Тренинг «Я становлюсь увереннее!»	В течение года	Педагог -психолог
6	Акция «Я люблю тебя, жизнь!» - конкурс рисунков «Мир, в котором я живу, называется мечтой!» -конкурс сочинений: «Как прекрасен этот мир!»	Ноябрь	Классные руководители Учителя-предметники
7	Организация психолого-педагогической помощи в период каникул	Период каникул	Классные руководители
8	Вовлечение обучающихся в кружки и секции по интересам (дополнительные общеразвивающие программы) с целью предупреждения девиантного поведения. <b>Работа по духовно-нравственному воспитанию во взаимодействии с «Свято-Никольским храмом» в селе Тащилово.</b>	В течение года	Педагог организатор Учителя дополнительного образования, <b>Протоирей Михаил</b>
9	Тематические классные часы: -Что такое толерантность? - Мы голосуем за жизнь! - Стресс в жизни человека и способы борьбы с ним. -Жизнь прекрасна! Воплощение добра и зла в жизни людей - Знаешь ли ты свои права и обязанности? - Уголовная ответственность несовершеннолетних.  -Способы саморегуляции эмоционального состояния	Октябрь Декабрь Январь  Март  Апрель Май  Июнь-август	Классные руководители      Инспектор по делам несовершеннолетних  Онлайн-беседа с учащимися
10	Работа с обучающимися в социальных сетях Интернет на предмет получения информации	В течение года	Классные руководители

11	Мини-тренинги - учимся снимать усталость - как преодолевать тревогу - способы решения конфликтов - стресс в жизни человека. Способы борьбы со стрессом - способы саморегулирования эмоционального состояния - как сказать НЕТ!	В течение уч. года (по отдельному графику)	Педагог-психолог
12	Проведение индивидуальных профилактических бесед со старшеклассниками	В течение уч. года	Педагог-организатор Классные руководители
13	Психолого-педагогическая поддержка обучающимся при подготовке и проведении выпускных экзаменах	В течение уч. года	Учителя Педагог-психолог
<b>Работа с педагогическим персоналом</b>			
1	Обучающий семинар по проблеме суицидального поведения «Что такое суицид и как с ним бороться»	Ноябрь	Заместитель директора по воспитательной работе
2	Подготовка Памятки «Некоторые причины и формы проявления невротических расстройств у современных старшеклассников»	Декабрь	Педагог-психолог
3	Круглый стол «Профессиональная педагогическая этика как фактор воздействия на морально-психологическое состояние обучающихся»	Декабрь	Заместитель директора по воспитательной работе
4	Индивидуальные консультации классных руководителей «Благоприятный психологический климат в классе»	В течение года	Заместитель директора по воспитательной работе
<b>Родители</b>			
1	Родительский лекторий: - возрастные психолого-педагогические особенности (младший школьник, подросток, <b>старший школьник</b> ) - наказание и поощрение - психологические особенности периода адаптации, формы родительской помощи и поддержки - признаки, мотивы, профилактика	По плану 1 раз в месяц (онлайн)	Заместитель директора по воспитательной работе Классные руководители Директор <b>Протоирей Михаил</b> (по согласованию)

	суицида - трудный возраст или советы родителям - уголовная ответственность родителей и несовершеннолетних - как помочь ребенку при подготовке к экзаменам		
<b>Диагностика учащихся 2024-2025</b>			
1	Диагностика психологического климата в коллективе (10-11 классы)	октябрь	Педагог-психолог
2	Опросник суицидального риска (модификация Т.Н. Разуваевой)	Сентябрь	Кл. руководители 9-11 кл.
3	Методика определения степени риска совершения суицида (И.А. Погдин)	По запросу	Педагог-психолог

### Литература

1. Ожегов, С. И. Словарь русского языка / С. И. Ожегов; редактор Н. Ю. Шведова. - 1984.
2. Профилактика суицидального поведения. Методические рекомендации / составители: А. Г. Абрумова, В. А. Тихоненко. М., 1980.
3. Синягин, Ю. В. Детский суицид. Психологический взгляд / Ю. В. Синягин, Н. Ю. Синягина. - СПб.: КАРО, 2006.



## ПАМЯТКА ПЕДАГОГАМ

(по предупреждению суицидальных попыток среди старшеклассников)

### Сигналы суицидального риска

#### ***Ситуационные сигналы:***

- Смерть любимого человека;
- Вынужденная социальная изоляция, от семьи или друзей (переезд на новое место жительства);
- Сексуальное насилие;
- Нежелательная беременность;
- «Потеря лица» (позор, унижения).

#### ***Поведенческие сигналы:***

- Наркотическая и алкогольная зависимость;
- Уход из дома;
- Самоизоляция от других людей и жизни;
- Резкое снижение поведенческой активности;
- Изменение привычек, например, несоблюдение правил личной гигиены, ухода за внешностью;
- Предпочтение тем разговора и чтения, связанных со смертью и самоубийствами;
- Частное прослушивание траурной или печальной музыки;
- «Приведение дел в порядок» (раздаривание личных вещей, письма к родственникам и друзьям, урегулирование конфликтов).

#### ***Эмоциональные сигналы:***

- Поиск пути к смерти и желание жить одновременно;
- Депрессивное настроение: безразличие к своей судьбе; подавленность, безнадежность, беспомощность, отчаяние;
- Переживание горя.

#### ***Коммуникативные сигналы:***

-Прямые или косвенные сообщения о суицидальных намерениях («Хочу умереть» - прямое сообщение, «Скоро все это закончится» - косвенное). Шутки, иронические высказывания о желании умереть, бессмысленности жизни также относятся к косвенным сообщениям.

### Помощь при потенциальном суициде

Распознавание суицидальной опасности, разговор с обучающимся о его намерениях – это первая помощь.

Выслушивайте. Не пытайтесь утешить общими словами типа: «Ну, все не так плохо», «Вам станет лучше», «Не стоит этого делать». Дайте возможность высказаться.

Обсуждайте. Открытое обсуждение планов и проблем снимает тревожность. Одно из важных отличий суицидоопасного состояния – ощущение себя «вне» общества, поскольку тема самоубийства табуирована (табу – запрет).

Поэтому важно задавать вопросы о самоубийстве, не избегать этой темы. Будьте внимательны к косвенным показателям при предполагаемом самоубийстве. Каждое шутивное упоминание или угрозу следует воспринимать всерьез. Скажите, что вы принимаете их всерьез. Выработайте совместные решения о дальнейших действиях. Постарайтесь вместе искать альтернативные варианты решения. Проявляйте интерес, но не оценивайте, не обсуждайте и не пытайтесь переубедить собеседника.

## ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

- Чаще показывайте детям, как сильно вы их любите, не скрывайте это.
- Не бойтесь попросить совета у вашего ребенка – это только сблизит вас.
- Доверять вам будут, если вы будете не только родителями, но и друзьями, способными понять и сопереживать.
- Будьте примером для ребенка: ведь как вы сейчас относитесь к своим родителям, так и к вам будут относиться к старости.
- Чаще бывайте в школе.
- Не забывайте слова известного педагога В. Сухомлинского: «Наиболее полноценное воспитание, как известно, школьно-семейное».

**ОПРОСНИК СУИЦИДАЛЬНОГО РИСКА (ОСР)  
(модификация Т.Н. Разуваевой)**

Цель: диагностика суицидального риска; выявление уровня сформированности суицидальных намерений с целью предупреждения серьезных попыток самоубийства. Предназначена для учащихся 9-11 класса.

Методика применяется в случае, если на основе предшествующего наблюдения (исследования) была выявлена высокая вероятность суицидального поведения. Тестированию должна предшествовать беседа, в ходе которой взрослый должен проявить максимум внимания и сочувствия.

Инструкция: Я буду зачитывать утверждения, а Вы в бланке для ответов ставить в случае согласия с утверждением "+", в случае несогласия с утверждением "-".

Текст опросника

1. Вы все чувствуете острее, чем большинство людей.
2. Вас часто одолевают мрачные мысли.
3. Теперь Вы уже не надеетесь добиться желаемого положения в жизни.
4. В случае неудачи Вам трудно начать новое дело.
5. Вам определенно не везет в жизни.
6. Учиться Вам стало труднее, чем раньше.
7. Большинство людей довольны жизнью больше, чем Вы.
8. Вы считаете, что смерть является искуплением грехов.
9. Только зрелый человек может принять решение уйти из жизни.
10. Временами у Вас бывают приступы неудержимого смеха или плача.
11. Обычно Вы осторожны с людьми, которые относятся к Вам дружелюбнее, чем Вы ожидали.
12. Вы считаете себя обреченным человеком.
13. Мало кто искренне пытается помочь другим, если это связано с неудобствами.
14. У Вас такое впечатление, что Вас никто не понимает.
15. Человек, который вводит других в соблазн, оставляя без присмотра ценное имущество, виноват примерно столько же, сколько и тот, кто это имущество похищает.
16. В Вашей жизни не было таких неудач, когда казалось, что все кончено.
17. Обычно Вы удовлетворены своей судьбой.
18. Вы считаете, что всегда нужно вовремя поставить точку.
19. В Вашей жизни есть люди, привязанность к которым может очень повлиять на Ваши решения и даже изменить их.
20. Когда Вас обижают, Вы стремитесь во что бы то ни стало доказать обидчику, что он поступил несправедливо.
21. Часто Вы так переживаете, что это мешает Вам говорить.

22. Вам часто кажется, что обстоятельства, в которых Вы оказались, отличаются особой несправедливостью.
23. Иногда Вам кажется, что Вы вдруг сделали что-то скверное или даже хуже.
24. Будущее представляется Вам довольно беспросветным.
25. Большинство людей способны добиваться выгоды не совсем честным путем.
26. Будущее слишком расплывчато, чтобы строить серьезные планы.
27. Мало кому в жизни пришлось испытать то, что пережили недавно Вы.
28. Вы склонны так остро переживать неприятности, что не можете выкинуть мысли об этом из головы.
29. Часто Вы действуете необдуманно, повинуясь первому порыву

**МЕТОДИКА ОПРЕДЕЛЕНИЯ  
СТЕПЕНИ РИСКА СОВЕРШЕНИЯ СУИЦИДА  
(И.А. Погодин)**

Карта риска суицидальности

Изучаемые факторы:

I. Данные анамнеза

1. Возраст первой суицидальной попытки — до 18 лет.
2. Ранее имела место суицидальная попытка.
3. Суицидальные попытки у родственников.
4. Развод или смерть одного из родителей (до 18 лет).
5. Недостаток тепла в семье в детстве или юношестве.
6. Полная или частичная безнадзорность в детстве.
7. Начало половой жизни — 16 лет и ранее.
8. Ведущее место в системе ценностей принадлежит любовным отношениям.
9. Производственная сфера не играет важной роли в системе ценностей.
10. В анамнезе имел место развод.

II. Актуальная конфликтная ситуация

11. Ситуация неопределенности, ожидания.
12. Конфликт в области любовных или супружеских отношений.
13. Продолжительный служебный конфликт.
14. Подобный конфликт имел место ранее.
15. Конфликт, отягощенный неприятностями в других сферах жизни.
16. Субъективное чувство непреодолимости конфликтной ситуации.
17. Чувство обиды, жалости к себе.
18. Чувство усталости, бессилия.
19. Высказывания с угрозой суицида.

III. Характеристика личности

20. Эмоциональная неустойчивость.
21. Импульсивность.
22. Эмоциональная зависимость, необходимость близких эмоциональных контактов.
23. Доверчивость.
24. Эмоциональная вязкость, неподвижность.
25. Болезненное самолюбие.
26. Самостоятельность, отсутствие зависимости в принятии решений.