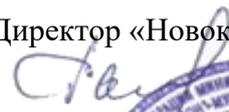


**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ  
«РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ»  
РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ,  
МЕДИЦИНСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ**

«Утверждаю»

Директор «Новокижингинская СОШ»



Матвеев Г. Е.

« 05 » сентября 2020г.



**ПРОГРАММА  
ПРОФИЛАКТИКА СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

Выполнил:  
Педагог-психолог РППМСС Александрина Л. В.

с. Новокижингинск, 2020 г.

## Пояснительная записка

### **Актуальность и перспективность.**

Молодое поколение России переживает кризисную социально-психологическую ситуацию: меняются стереотипы поведения в обществе, нормативные и ценностные ориентации, непрерывно возрастает интенсивность стрессовых ситуаций, что вызывает состояние психо-эмоционального напряжения, увеличение форм саморазрушающего поведения. Без определенных жизненных навыков подростки оказываются неподготовленными ко многим ситуациям социального риска.

Исследования показывают, что вполне серьёзные мысли о том, чтобы покончить с собой, возникают у каждого пятого. С годами суицид «молодеет»: о суициде думают, пытаются покончить с собой и кончают совсем ещё дети. Профилактика суицидального поведения и предотвращения суицидальной попытки является актуальной проблемой.

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.

Сегодня задача работающих с подростками - научиться распознавать признаки надвигающейся опасности, обсудить, что можно и нужно делать, чтобы помочь подросткам отыскать способ выхода из кризиса, именно выхода, а не ухода...

Данная программа предназначена для организации профилактической и коррекционной работы по предотвращению суицидальных попыток среди учащихся в общеобразовательном учреждении.

Анализ литературы по проблеме исследования позволяет сделать следующие выводы:

1. Под суицидальным поведением подразумевается намеренное лишение себя жизни. Самоубийство и примыкающий к нему более широкий ряд феноменов аутоагрессии и саморазрушения следует отнести к формам девиантного поведения (поступки или действия человека, не соответствующие официально установленным или фактически сложившимся в данном обществе нормам).

2. Психологический смысл суицида чаще всего заключается в отреагирования аффекта, снятии эмоционального напряжения, ухода от той ситуации, в которой волей неволей человек оказывается, а именно: 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. Особенно трагичен суицид молодых людей.

3. Профилактика суицидального поведения подростков представляет собой реализацию двух профилактических направлений: общей профилактики суицидального поведения на основе воспитания здорового образа жизни и специальной профилактики конкретных видов суицидального поведения,

Наиболее эффективной формой профилактической работы с суицидальным поведением подростков является организация совместной деятельности обучающихся, учителей, социальных педагогов, педагогов-психологов и родителей.

При этом первичная профилактическая помощь должна обеспечиваться не только психологическими методами, ориентированными на развитие личностных ресурсов обучающихся, но и методами, направленными на формирование у них ценностного отношения к здоровому образу жизни, воспитание культуры, привитие нравственных и моральных ценностей.

Анализ накопленного опыта в области психологической профилактики стал ключевым моментом в решении создать такую программу, которая могла бы решить несколько задач.

Нормативно-правовые документы, использованные при составлении программы:

1. Закон РФ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» (от 24.06.1999г.) с дополнениями и изменениями (120 закон).

2. Федеральный закон от 24.06.1999 года №120 – ФЗ «Об основах системы профилактики безопасности и правонарушений несовершеннолетних»;

3. Федеральный закон от 24 июля 1998 г. N 124-ФЗ "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации" (с изменениями и дополнениями)

4. Федеральный закон «Об опеке и попечительстве» (с изменениями на 22 декабря 2014 года. Редакция, действующая с 1 января 2015 года)

5. Семейный кодекс Российской Федерации;

6. Федеральный закон «об основах охраны здоровья граждан в российской федерации» от 21 ноября 2011 года

7. Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях.

8. Федеральный закон от 28.12.2013 N 442-ФЗ (ред. от 21.07.2014) "Об основах социального обслуживания граждан в Российской Федерации"

Программа предусматривает привлечение специалистов (медицинских работников, сотрудников УВД, госнаркоконтроля и др.), а также осуществление взаимодействия с классными руководителями обучающихся, родителями, администрацией МО и образовательных учреждений.

### **Практическая направленность**

Работа по данной программе направлена на сохранение и укрепление здоровья несовершеннолетних и предполагает использование интегративного подхода, который включает как информирование участников по проблеме, так и

повышение уровня саморегуляции психоэмоционального состояния у подростков, формирование у них социальных навыков.

Работа осуществляется при взаимодействии с образовательными учреждениями, в котором обучаются дети, классными руководителями, а также с родителями/законными представителями несовершеннолетних.

### **Ожидаемые результаты**

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 детско-родительских взаимоотношений.

### **Цели и задачи**

Цель:

1. Формирование у школьников позитивной адаптации к жизни, как процесса сознательного построения и достижения человеком относительно устойчивых равновесий, отношений между собой, другими людьми и миром в целом.

2. Обеспечение системного, комплексного, скоординированного социально-психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса, направленного на профилактику суицидального поведения учащихся.

Задачи:

1. Выявить детей, нуждающихся в незамедлительной помощи и защите и оказать экстренную первую помощь, обеспечить безопасность ребенка, снять стрессовое состояние.

2. Изучить особенности психолого-педагогического статуса каждого учащегося с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих в психическом состоянии, общении, развитии и обучении.

3. Создать систему психолого-педагогической поддержки учащихся в воспитательно-образовательном процессе школы и в период трудной жизненной ситуации.

4. Привлечение различных государственных органов и общественных объединений для оказания помощи и защиты законных прав и интересов ребенка.

**Адресат:** подростковый возраст 11-17 лет.

**Продолжительность программы**

Программа состоит из трех этапов:

1. Диагностический - направленный на выявление особенностей эмоционально-личностной и поведенческой сферы подростков. При этом используются различные методы: тестирование, анкетирование родителей и педагогов, наблюдение, беседа, анализ продуктов учебного труда, школьной документации.
2. Деятельностный - состоящий из 18 коррекционно-развивающих занятий, продолжительностью 40-45 минут. Реализуется в сроки 5 месяцев по 1 занятию в неделю (согласно плана работы).
3. Оценочный - (контроль за реализацией программы).

### **Требования к результату усвоения программы**

Реализация данной программы будет способствовать расширению позитивно настроенной части обучающихся, устойчивой к действию стрессогенных факторов, а также формированию ценности здорового образа жизни и оптимального стиля поведения у несовершеннолетних. Улучшение психического здоровья подростков, развитие у них перцептивных способностей (лучшее знание себя, другого человека и тех отношений, которые возникают), умение в сфере общения, адекватных к различным ситуациям установок поможет снизить риск возникновения суицидального поведения.

Обучающиеся могут применять навыки, приобретенные на занятиях, в различных ситуациях. Эти основные навыки включают в себя: принятие решений, решение проблем, творческое и критическое мышление, эффективное общение, навыки личных взаимоотношений, самосознание, сопереживание, умение управлять эмоциями и справляться со стрессом.

В качестве основных методов и приемов на занятии в различной последовательности используются коммуникативные игры, беседы на различные темы, разыгрывание и решение «трудных ситуаций», ритмические и интонационные игры со словом, импровизации, психогимнастические упражнения, психологические этюды, ауторелаксация, сказкотерапия, обыгрывание эмоционального состояния, подвижные игры.

### **Учебный план программы**

Цель программы: формирование произвольной регуляции поведения подростков и коррекция отклоняющегося поведения.

Категория обучающихся: подростковый возраст 11-17 лет.

Срок обучения: 5 месяцев, 18 занятий.

Режим занятий: по 1 занятию в неделю продолжительностью 40-45 минут.

№	Наименование блоков (разделов)	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			Теоретических	Практических	
1	Знакомство.	1	0,5	0,5	Наблюдение, анкетирование
2	Здоровье.	3	1,5	1,5	Рефлексия
3	Я и другие	4	2,0	2,0	Рефлексия
4	В стране «Добра»	3	1,5	1,5	Рефлексия
5	Мир эмоций	3	1,5	1,5	Рефлексия
6	Познай сам себя	3	1,5	1,5	Рефлексия
7	Заключительный	1	0,5	0,5	Анкетирование
8	Итого	18	9	9	

## Учебно-тематический план программы

Цель программы: формирование произвольной регуляции поведения подростков и коррекция отклоняющегося поведения.

Категория обучающихся: подростковый возраст 11-17 лет.

Срок обучения: 8-9 месяцев, 18-36 занятий.

Режим занятий: по 2-3 занятия в месяц продолжительностью 40-45 минут.

№	Наименование блоков (разделов)	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			Теоретических	Практических	
1	Знакомство				
1.1	Вверх по лестнице жизни.	1	0,5	0,5	Наблюдение
2	Здоровье				
2.1	Не вреди здоровью своему	1	0,5	0,5	Рефлексия
2.2	В поисках хорошего настроения	1	0,5	0,5	Рефлексия
2.3	Опасности, которые рядом	1	0,5	0,5	Рефлексия
3	Я и другие				
3.1	Мои ценности: друзья, здоровье, время, семья, успехи.	1	0,5	0,5	Рефлексия
3.2	Путешествие в прошлое и будущее.	1	0,5	0,5	Рефлексия
3.3	«Путешествие к мудрецу»	1	0,5	0,5	Рефлексия
3.4	Шаги общения	1	0,5	0,5	Рефлексия
4	В стране «Добра»				
4.1	Мои жизненные ценности. «Полет на необитаемый остров»	1	0,5	0,5	Рефлексия
4.2	Жизнь прекрасна. Мы голосуем за жизнь.	1	0,5	0,5	Рефлексия
4.3	Я живу! Я люблю! А ты?	1	0,5	0,5	Рефлексия
5	Мир эмоций				
5.1	Учимся снимать усталость	1	0,5	0,5	Рефлексия
5.2	Как преодолевать тревогу	1	0,5	0,5	Рефлексия
5.3	Стресс в жизни человека. Способы борьбы со стрессом.	1	0,5	0,5	Рефлексия
6	Познай сам себя				
6.1	Мои сильные стороны. Самоопределение жизненных целей.	1	0,5	0,5	Рефлексия
6.2	Способы саморегуляции эмоционального состояния	1	0,5	0,5	Рефлексия
6.3	Преодоление жизненных преград. Поговорим перед экзаменами	1	0,5	0,5	Рефлексия
7	Заключительный				
7.1	Подведение итогов	1	0,5	0,5	Анкетирование
8	Итого	36	18	18	

## Литература

1. Бурмистрова Е.В.. Психологическая помощь в кризисных ситуациях (предупреждение кризисных ситуаций в образовательной среде). Методические рекомендации для специалистов системы образования. М.: МГППУ, 2006.
2. Вроно Е.М. Предотвращение самоубийства. Руководство для подростков.
3. 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".
7. Методические рекомендации Министерства общего и профессионального образования Ростовской области.

## **Рецензия на рабочую программу «Профилактика суицидального поведения обучающихся»**

Автор: педагог - психолог  
ГБОУ «Республиканский центр образования», г. Улан-Удэ  
Александрова Л. В.

Программа носит коррекционно - профилактический характер, предназначена для обучения и воспитания подростков от 11 до 17 лет.

Программа построена с учётом современных требований педагогики и психологии, обеспечивает воспитание, обучение и коррекцию. В основе программы прослеживаются принципы доступности и индивидуального подхода.

Цель программы:

1. Формирование у школьников позитивной адаптации к жизни, как процесса сознательного построения и достижения человеком относительно устойчивых равновесий, отношений между собой, другими людьми и миром в целом.

2. Обеспечение системного, комплексного, скоординированного социально-психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса, направленного на профилактику суицидального поведения учащихся.

Задачи программы:

1. Выявить детей, нуждающихся в незамедлительной помощи и защите и оказать экстренную первую помощь, обеспечить безопасность ребенка, снять стрессовое состояние.

2. Изучить особенности психолого-педагогического статуса каждого учащегося с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих в психическом состоянии, общении, развитии и обучении.

3. Создать систему психолого-педагогической поддержки учащихся в воспитательно-образовательном процессе школы и в период трудной жизненной ситуации.

4. Привлечение различных государственных органов и общественных объединений для оказания помощи и защиты законных прав и интересов ребенка.

Кроме того, в программе сформулированы не только методы диагностики и коррекции, но и методы контроля над исполнением поставленных в программе задач.

Новизна программы состоит в том, что поставленная цель и решаемые программой задачи направлены на сохранение и укрепление здоровья несовершеннолетних и предполагает использование интегративного подхода, который включает как информирование участников по проблеме, так и повышение уровня саморегуляции психоэмоционального состояния у подростков.

В программе выделены все структурные части, количество часов указано в учебно-тематическом плане.

Настоящая программа направлена на коррекцию поведения подростков и формирование у них социальных навыков, что является одним из ключевых компонентов успешности в социализации подростка.

Программа позволит наиболее рационально повысить психологическое просвещение и психологическое сопровождение педагога и родителей.

Список литературы, использованной при подготовке программы, содержит семь источников.

Содержание и конструктивное построение данной программы имеет гибкую структуру и предусматривает возможность внесения необходимых изменений. Программа может быть предложена для применения в работе психолого-педагогических служб образовательных учреждений.

Рецензент:

Директор МБОУ «Новокижингинская СОШ»



Матвеев Г. Е.