

**МБОУ СУДИСЛАВСКАЯ СРЕДНЯЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА
СУДИСЛАВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
КОСТРОМСКОЙ ОБЛАСТИ**

«Утверждаю»
Директор МБОУ Судиславской СОШ
Л. Г. Лебедева _____
Приказ № ____ от
«__» _____ 20__ г.

**Программа профилактики суицидального
поведения**

«ЖИЗНЬ - МОЯ ЦЕННОСТЬ»

на 2012-2017 годы

Авторы:
педагоги - психологи
МОУ Судиславской СОШ
Голубева Т.С., Смирнова В.А.

п. Судиславль, 2012

Пояснительная записка

*«Самоубийство – это мольба о помощи,
которую никто не услышал...»*

Р. Алеев

Актуальность

Суицид – это глобальная и трагическая проблема для мирового сообщества. По всей Земле после решения покончить с собой умирает больше людей, чем в результате войн и насильственных убийств, вместе взятых.

Суицид - реакция человека на проблему, кажущуюся непреодолимой: отчуждение, смерть близких, несчастливое детство, серьезная физическая болезнь, потеря работы, материальные трудности, наркомания... Чаще всего заключается в отреагировании аффекта, снятии эмоционального напряжения, ухода от той ситуации, в которой волей неволей он оказывается. Внутренние конфликты отнимают душевные силы, выводят из состояния душевного равновесия, утрачивается интерес к жизни, происходит социальное напряжение.

Статистика говорит: 70-80 е годы совершалось 6 тысяч в год суицидов, с 1980 по настоящее время 30 тысяч в год. Самое страшное то, что суицид заметно помолодел: 25% юноши, т.к. у них в 5 раз больше удавшихся попыток, 17 %- девушки. Пики суицидов отмечены в 1985, 1992, 1998, 2000 годах - как отклик радикальных изменений в обществе.

Больше всего самоубийств регистрируется весной. Считается, что резкое несоответствие весеннего радующегося мира и отчаянного состояния души может провоцировать самоубийства. Как писал американский поэт Томас Эллиот, «апрель — самый жестокий месяц». Уровень суицидов в апреле выше примерно на 120%, чем среднегодовой.

По возрастам пик приходится в 50-59 лет как результат обесмысливания жизни, одиночества, сужения контактов, в 30-39 лет, особенно мужчин в результате кризиса середины жизни, переосмысление жизни, в 20-29 лет – особенно у мужчин переживающих особо остро кризис первого подведения итогов. Частота суицидальных действий среди молодежи, в течение последних двух десятилетий удвоилась. До 13 лет редки. У 30% лиц в возрасте 14 – 24 лет бывают суицидальные мысли, 6% юношей и 10% девушек совершают суицидальные действия демонстративного характера. Максимальный всплеск 16-19 лет – период перехода из детства во взрослую жизнь. Некоторые специалисты пишут о том, что в 10% суицидальное поведение имеет цель покончить собой, и в 90% суицидальное поведение подростка – это привлечение к себе внимания – крик о помощи.

По данным государственной статистики количество детей и подростков, покончивших с собой, составляет 12,7% от общего числа умерших от неестественных причин. За последние пять лет самоубийством покончили жизнь 14157 несовершеннолетних.

По данным официальной статистики от самоубийства ежегодно погибает около 2800 детей и подростков в возрасте от 5 до 19 лет, и эти страшные цифры не учитывают случаев попыток к самоубийству.

За каждым таким случаем стоит личная трагедия, катастрофа, безысходность, когда страх перед жизнью побеждает страх смерти. Анализ материалов уголовных дел и проверок обстоятельств причин самоубийств несовершеннолетних, проведенный Генеральной Прокуратурой России, показывает, что 62% всех самоубийств несовершеннолетних связано семейными конфликтами и неблагополучием, боязнью насилия со стороны взрослых, бестактным поведением отдельных педагогов, конфликтами с учителями, одноклассниками, друзьями, черствостью и безразличием окружающих.

Изучение проблемы суицида среди молодежи показывает, что в целом ряде случаев подростки решались на самоубийство в целях обратить внимание родителей, педагогов на свои проблемы и протестовали таким страшным образом против бездушия, безразличия, цинизма и жестокости взрослых. Решаются на такой шаг, как правило, замкнутые, ранимые по характеру подростки от ощущения одиночества, собственной ненужности стрессов и утраты смысла жизни.

Своевременная психологическая поддержка, доброе участие, оказанное подросткам в сложной жизненной ситуации, помогут избежать трагедии. В любом случае, лучше предотвратить проблемную ситуацию, чем потом расплачиваться за ее последствия.

Данная программа рекомендована педагогам-психологам, социальным педагогам, для проведения мероприятий по предупреждению суицидальных попыток среди подростков. Может быть полезна классным руководителям образовательных учреждений.

Основополагающие документы:

Конституция РФ, Закон РФ «Об образовании», Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа», Письмо Минобразования РФ от 29 мая 2003г. №03-51-102ин/22-03 «О мерах по усилению профилактики суицида детей и подростков».

Основные разработчики программы:

педагоги – психологи: Голубева Татьяна Сергеевна

Смирнова Валентина Анатольевна

Цель программы:

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.

Задачи программы:

- Изучить теоретические аспекты проблемы и использовать информацию в работе с учащимися, родителями, педагогами.
- Организация профилактической работы по предупреждению суицидальных действий среди подростков, сохранение и укрепление психического здоровья обучающихся.

- Выявление детей «группы риска»;
- Координация деятельности служб психолого-педагогического сопровождения в ОУ по профилактике суицидального поведения;
- Межведомственное взаимодействие со специалистами различных учреждений и организаций города;
- Пропаганда здорового образа жизни.

Основные направления деятельности:

- Работа с обучающимися:
 - работа с учащимися, ставшими на путь социальной дезадаптации;
 - работа с учащимися, нуждающимися в психологической поддержке;
 - профилактическая работа с ученическим коллективом.
- Психолого-педагогическое просвещение педагогов.
- Психолого-педагогическое просвещение родителей.
- Взаимодействие школы со специалистами различных учреждений и организаций города, службы психолого-педагогического сопровождения в ОУ.

Прогнозируемый результат:

В случае успешной реализации программы будет:

- Создана эффективная система выявления детей «группы риска» и реабилитации подростков и их семей, находящихся в социально опасном положении;
- Снижение количества учащихся с девиантным поведением;
- Повышение уровня педагогической компетентности и умения решать конфликтные ситуации.
- Исключение суицидальных попыток
- Налажена координация и межведомственное взаимодействие со специалистами различных учреждений и организаций города, службы психолого-педагогического сопровождения в ОУ, занимающихся профилактикой суицидального поведения несовершеннолетних;
- Расширены возможности пропаганды здорового образа жизни, направленные на сохранение и укрепление психического здоровья среди обучающихся в образовательном учреждении.

Сроки реализации программы: 2012-2017 гг.

Контроль за исполнением программы: зам.директора по ВР, педагог-психологи

Информационное обеспечение:

Размещение информации о проведенных профилактических мероприятиях на сайте школы, школьная печать, публикации в прессе.

Содержание программы

Исходя из цели и задач программы, работа проводится по трем блокам:

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

- создание электронной базы данных по социально неблагополучным семьям, детям, склонным к суицидальному поведению;
- проведение профилактических мероприятий, направленных на снижение суицидального риска.

2. Координация и межведомственное взаимодействие со специалистами различных учреждений и организаций города, службы психолого-педагогического сопровождения в ОУ по профилактике суицидального поведения подростков:

- осуществление координации действий служб психолого-педагогического сопровождения в ОУ города по профилактике суицидального поведения подростков;
- осуществление межведомственного взаимодействия со специалистами различных учреждений и организаций города в организации работы по снижению случаев суицидальных действий среди подростков.

3. Пропаганда здорового образа жизни, сохранение и укрепление психического здоровья среди обучающихся в образовательном учреждении:

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

Система программных мероприятий

І. Работа с обучающимися:

№п/п	Работа с обучающимися	Ответственные
1.	Изучение хода адаптации учащихся 1 классов	Голубева Т.С. Смирнова В.А.
2.	Изучение хода адаптации учащихся 5 классов	Смирнова В.А.
3.	Изучение уровня тревожности учащихся 5 классов	Смирнова В.А.
4.	Анкета «Как определить состояние психологического климата в классе» (Федоренко Л.Г.).	Голубева Т.С. Смирнова В.А.
5.	Изучение хода адаптации учащихся 10 классов	Голубева Т.С.
6.	Определение ведущих стратегий поведения в конфликтной ситуации (Опросник Томаса)	Голубева Т.С. Смирнова В.А.
7.	Изучение уровня тревожности учащихся 10 классов	Голубева Т.С. Смирнова В.А.
8.	Исследование уровня тревожности учащихся 11 классов в ситуации выпускного экзамена	Голубева Т.С. Смирнова В.А.
9.	Исследование конинг-стратегий учащихся 11 класса	Голубева Т.С.

	в ситуации ЕГЭ	Смирнова В.А.
10.	Проведение развивающих занятий по профилактике проявлений школьной дезадаптации у первоклассников «Введение в школьную жизнь».	Смирнова В.А.
11.	Организация групповой работы с учащимися 5-х классов, трудно адаптирующихся к обучению в среднем звене (по программе «Школа пятиклассника»).	Смирнова В.А.
12.	Проведение групповых занятий для учащихся младшего подросткового возраста по программе «Как научиться жить без драки» (автор Л. Боршеведская).	Голубева Т.С. Смирнова В.А.
13.	Проведение групповых занятий для подростков по программе «Я учусь владеть собой».	Голубева Т.С.
14.	Проведение тренинговых занятий с подростками (Тренинг «Уверенности»)	Голубева Т.С.
15.	Проведение тренинговых занятий для подростков по программе «Формирование отношения к проблеме потребления психоактивных веществ»	Голубева Т.С. Смирнова В.А.
16.	Реализация программы по подготовке учащихся 11-го класса к выпускным экзаменам с элементами психологического тренинга «Как психологически подготовиться к сдаче ЕГЭ»	Голубева Т.С. Смирнова В.А.
17.	Проведение тренинговых занятий по программе «Умей сказать – «НЕТ».	Голубева Т.С. Смирнова В.А.
18.	Проведение классных часов: <ul style="list-style-type: none"> ➤ «Что такое хорошо и что такое плохо» для учащихся младших классов; ➤ «Пропаганда здорового образа жизни» для учащихся школы в рамках «Дня здоровья»; ➤ «Психологическое здоровье школьника»; ➤ «Конфликты между детьми и их разрешение»; ➤ «Телефон доверия и я»; ➤ «Подросток и конфликты» занятие с элементами тренинга; ➤ Формирование жизнеутверждающих установок. Занятие с элементами тренинга «Подросток и конфликты».	Классные руководители, педагоги - психологи
19.	Индивидуальное консультирование.	Голубева Т.С. Смирнова В.А.
20.	Составление и издание памяток по предупреждению суицидальных попыток среди подростков	Голубева Т.С. Смирнова В.А.
21.	Советы и рекомендации психолога на сайте школы	Голубева Т.С. Смирнова В.А.

II. Психолого-педагогическое просвещение педагогов.

№п/п	Работа с учителями	Ответственные
1.	<p>Проведение семинаров и выступления на педагогических советах:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ «Итоги хода адаптации учащихся 1-х, 5-х, 10-х классов»; ➤ «Психология девиантного поведения»; ➤ "Трудный ребенок"; ➤ «Основные понятия, описывающие суицидальное поведение»; ➤ «Факторы суицидального риска»; ➤ «Профилактика конфликтных ситуаций и работа с ними». 	Голубева Т.С. Смирнова В.А.
2.	Индивидуальное консультирование.	Голубева Т.С. Смирнова В.А.
3.	Советы и рекомендации психолога на сайте школы	Голубева Т.С. Смирнова В.А.

III. Психолого-педагогическое просвещение родителей.

№п/п	Работа с родителями	Ответственные
1.	<p>Проведение родительских собраний:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ «Роль родителей в адаптации ребёнка к школьному обучению» ✓ «Поощрение и наказание как методы воспитательного воздействия» (2 класс). ✓ «Итоги диагностики хода адаптации учащихся в начальной школе» (1 класс). ✓ «Итоги диагностики хода адаптации учащихся к обучению в среднем звене» (5 класс). ✓ «Психологические особенности младших подростков». (6 класс) ✓ «Роль родителей в формировании самооценки младших подростков». (7 класс). ✓ «Возрастные особенности старших подростков» (8 класс) ✓ «Конфликты с собственным ребёнком и пути их разрешения» (10 класс). ✓ «Как подготовить себя и ребёнка к будущим экзаменам» (11 класс). ✓ «Как помочь ребенку в трудной жизненной ситуации»; ✓ «Это должен знать каждый родитель»; ✓ «Негативные стили воспитания в семье»; ✓ «Дети без вредных привычек»; ✓ «Как помочь ребенку в трудной жизненной ситуации»; 	Смирнова В.А. Смирнова В.А. Смирнова В.А. Смирнова В.А. Голубева Т.С. Голубева Т.С. Голубева Т.С. Голубева Т.С. Голубева Т.С. Смирнова В.А. Смирнова В.А. Смирнова В.А. Голубева Т.С. Голубева Т.С.

	ситуации»; ✓ «Конструктивные детско-родительские отношения».	Голубева Т.С.
2.	Выпуск буклетов: - «Родители просят совета» - «Быть или не быть?»	Голубева Т.С. Смирнова В.А.
3.	Индивидуальное консультирование.	Голубева Т.С. Смирнова В.А.
4.	Советы и рекомендации психолога на сайте школы	Голубева Т.С. Смирнова В.А.

IV. Взаимодействие школы со специалистами различных учреждений и организаций, службы психолого-педагогического сопровождения в ОУ.

- Организация работы «Телефона доверия» на базе Судиславского молодёжного центра.
- Взаимодействие со специалистами Центра сопровождения семьи.
- Взаимодействие с уполномоченным по правам ребёнка Судиславского муниципального района Смирновой Т. А.

Список литературы:

1. Абрумова А.Г Профилактика суицидального поведения. Методические рекомендации. М., 1980
2. Алиев И.А. Актуальные проблемы суицидологии. - Баку –1987г.,289с.
3. Арефьева Т. Социологический этюд. М., 1998. 205с.
4. Банщикова Т.Н., Ветров Ю.П., Клушина Н.П. Профессиональная деятельность психолога в работе с педагогическим коллективом: Учебно-методическое пособие/ Под. Ред. Проф. Ю.П. Ветрова.- М.: Книголюб, 2004.- 352с.
5. Горин К. Самоубийство...Убийство? // Газета "Аргументы и факты" - 1996- № 17.
6. Гуревич П.С. О жизни и смерти// Жизнь земная и последующая. Сборник. М., Политиздат, 1991.
7. Клейберг Ю.А. Психология девиантного поведения: Учебное пособие для вузов.- М.:ТЦ Сфера, 2003.- 160 с.
8. Красненкова И.П. Качество веры как решающий аргумент в решении проблемы преодоления сознательного суицида. // "Идея смерти в российском менталитете". – СПб: Изд-во "Русский гуманитарный христианский институт", 1999г.
9. Ланцова Л.А., Шурупова М.Ф. Социологическая теория девиантного поведения// Социально-политический журнал. – 1993.-№4.
10. Манелис Н. Психологический климат в классе // Школьный психолог, 2001, №10, 12, 16, 19. 5.Дюркгейм Э. Самоубийство. Социологический этюд // М.: Мысль, 1994г.,480с.
11. Психологическая помощь подростку в кризисных ситуациях: профилактика, технологии, консультирование, занятия, тренинги/ авт.-сост. М.Ю. Михайлина, М.А. Павлова.- Волгоград: Учитель, 2009.- 207с.
12. Сладков Л.С. Плюс минус жизнь. М.: Молодая гвардия, 1990г.,269с.
13. Смедович С.Г. «Самоубийство в зеркале статистики»//Сицис.,1990, №4.
14. Трегубов Л, Вагин Ю. Эстетика самоубийства. - Пермь, 1993г., 319с. 10.
- 15 Тренинги с подростками: программы, конспекты занятий/ авт.-сост. Ю.А. Голубева и др. – Волгоград: Учитель, 2009.- 206с.