



## Содержание

|  |    |
|--|----|
| Информационная карта программы.....                                    | 3  |
| Пояснительная записка.....   | 4  |
| Содержание программы.....  | 8  |
| План мероприятий по профилактике суицида среди детей и подростков..... | 9  |
| Список литературы.....   | 12 |

## Информационная карта программы

| Название программы                      | Познай себя   |
|---|---|
| Учреждение, руководитель                | Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя школа №1 имени А.В. Войналовича»  |
| Авторы-составители программы            | Шавлукова Бюрлият Расуловна, педагог-психолог   |
| Юридический адрес организации-заявителя | 628601, Российская Федерация, Ханты-Мансийский автономный округ – Югра, Тюменская область, г. Нижневартовск, ул. Школьная, 26   |
| Контактные телефоны, электронный адрес  | Телефон: (3466)21-47-85<br>Тел./факс: (3466)21-48-05<br>e-mail: <a href="mailto:nvschool_1@mail.ru">nvschool_1@mail.ru</a><br><a href="http://www.pervajashkola.ru/">http://www.pervajashkola.ru/</a>   |
| География участников                    | г. Нижневартовск, старая часть города, обучающиеся школы №1   |
| Количество участников                   | Дети, родители, педагоги, более 500 человек   |
| Основная цель программы                 | Оптимизация условий обучения и воспитания, способствующих полноценному развитию личности ребенка посредством воздействия на основные сферы межличностного взаимодействия обучающихся (в первую очередь, семью, учебную группу и педагогический коллектив) с целью оказания психолого-педагогической и социальной поддержки в плане предотвращения, устранения или ограничения негативных влияний ближайшего окружения на личность учащегося и процесс его развития. |
| Целевые группы                          | Дети, подростки и молодежь (от 6,6 до 17 лет)<br>Дети из малообеспеченных семей<br>Дети из многодетных семей  |
| Срок реализации программы               | Учебный год   |
| Вид программы                           | Краткосрочная   |

## Пояснительная записка

### **Программа разработана на основе следующих документов:**

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"
9. Федеральный закон Российской Федерации от 30 декабря 2012 г. N 305-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "О наркотических средствах и психотропных веществах"
10. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (с изменениями и дополнениями)
11. Постановление Правительства РФ от 6 ноября 2013 г. № 995 "Об утверждении примерного положения о комиссиях по делам несовершеннолетних и защите их прав"

По данным детского фонда ООН за последние годы значительно увеличилось число суицидальных попыток и завершенных 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.

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, попавших в трудную жизненную ситуацию, помогли бы избежать трагедий.

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.

Своевременная психологическая помощь, участливое отношение к подросткам, попавших в трудную жизненную ситуацию, помогли бы избежать трагедий. Целью рецензируемой программы является организация профилактической работы по предупреждению суицидальных действий среди подростков, развитие стрессоустойчивости, сохранение и укрепление психического здоровья обучающихся.

Основными мотивами суицидального поведения у детей и подростков специалисты считают:

1. Переживание обиды, одиночества, отчужденности и непонимания.
2. Действительная или мнимая утрата любви родителей, неразделенное чувство и ревность.
3. Переживания, связанные со сложной обстановкой в семье, со смертью, разводом или уходом родителей из семьи.
4. Чувства вины, стыда, оскорбленного самолюбия, самообвинения (в т.ч. связанного с насилием в семье, т.к. зачастую подросток считает себя виноватым в происходящем и боится рассказать об этом).
5. Боязнь позора, насмешек или унижения.
6. Страх наказания (например, в ситуациях ранней беременности, серьезного проступка), нежелание извиниться.
7. Любовные неудачи, сексуальные эксцессы, беременность.
8. Чувство мести, злобы, протеста, угроза или вымогательство.
9. Желание привлечь к себе внимание, вызвать сочувствие, избежать неприятных последствий, уйти от трудной ситуации, повлиять на другого человека.
10. Сочувствие или подражание товарищам, кумирам, героям книг или фильмов.

Зачастую вышеперечисленные мотивы отягощаются употреблением наркотиков, алкоголя, игровой или интернет-зависимостями.

Анализ мотивов позволяет сформировать перечень диагностических мишеней:

- депрессивные состояния, безысходность
- нарушения родительско-детских отношений
- низкая сопротивляемость стрессу
- психическая неустойчивость
- зависимость (склонность к зависимостям)
- ситуативное эмоциональное неблагополучие, конфликтные эпизоды, деструктивные («токсические») отношения, «несчастливая любовь»
- психические нарушения
- нарушение половой идентификации
- принадлежность к субкультурам...

Маски депрессии:

- Нарушения поведения
- Нарушения пищевого поведения
- Школьная неуспеваемость
- Соматические жалобы
- Хроническая усталость
- Гиперсексуализация и сексуальный промискуитет

**Цель:** Оптимизация условий обучения и воспитания, способствующих полноценному развитию личности ребенка посредством воздействия на основные сферы межличностного взаимодействия обучающихся (в первую очередь, семью, учебную группу и педагогический коллектив) с целью оказания психолого-педагогической и социальной поддержки в плане предотвращения, устранения или ограничения негативных влияний ближайшего окружения на личность учащегося и процесс его развития.

#### **Основные задачи:**

- оказать помощь в решении личностных проблем социализации и построении конструктивных отношений с родителями, педагогами и сверстниками;
- содействовать профилактике неврозов;
- способствовать развитию навыков саморегуляции и управления стрессом.

#### **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.

#### **Принципы реализации программы**

1. Принцип **ценности личности**, заключающийся в самоценности учащегося.
2. Принцип **уникальности личности**, состоящий в признании индивидуальности ребенка.
3. Принцип **приоритета личностного развития**, когда обучение выступает не как самоцель, а как средство развития личности каждого ребенка.
4. Принцип **ориентации на зону ближнего развития каждого ученика**.
5. 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 детской и детско-родительской среде.

**Программа реализуется как целостная система совместной деятельности классных руководителей, социального педагога, педагога-психолога, администрации школы и родителей (законных представителей), направленная на активное приспособление ребенка к социальной среде.**

*В качестве основных направлений* психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса, направленного на профилактику суицидального поведения учащихся обозначены:

- научно-методическое;
- информационно-аналитическое;
- диагностическое;
- коррекционно-развивающее;
- профилактическое;
- консультационное;
- просветительское;
- социально-диспетчерское.

## 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.



## ПЛАН мероприятий по профилактике суицида среди детей и подростков

| № | Мероприятия   | Сроки          | Ответственный  |
|---|---|----------------|--|
| 1 | Диагностика состояния психического здоровья и особенностей психического развития учащихся, позволяющая исследовать уровень социальной дезадаптации школьников   | сентябрь, март | педагог-психолог, социальный педагог, классные руководители        |
| 2 | Проведение диагностических исследований суицидального поведения и суицидальных рисков детей и подростков с определением контингента обучающихся, находящихся в зоне риска, жестокого обращения в отношении несовершеннолетних | В течение года | Педагог-психолог   |
| 3 | Постоянная консультативная психологическая помощь семьям и подросткам в целях предупреждения у школьников нервно психических расстройств.   | В течение года | Педагог-психолог   |
| 4 | Информирование учащихся и родителей о работе телефонов доверия, служб способных оказать помощь в сложной ситуации   | сентябрь       | Классные руководители  |
| 5 | Проведение психологического тренинга для учащихся "Снятие конфликтных ситуаций и агрессии".   | апрель         | Педагог-психолог   |
| 6 | Тренинг к ЕГЭ «Особенности психологической поддержки во время ЕГЭ». «Как сдать ЕГЭ и выжить» — практические советы  | Апрель<br>май  | Педагог-психолог   |
| 7 | Выявление социально-неблагополучных семей.<br>Организация обследования условий жизни детей из этих семей.   | в течение года | педагог-психолог, социальный педагог, классные руководители        |
| 8 | Формирование базы данных обучающихся «группы риска» развития суицидального поведения среди детей и подростков.  | октябрь        | заместитель директора по УВР, педагог-психолог, социальный педагог |
| 9 | Психологическое консультирование педагогов, классных руководителей, родителей (опекунов), обучающихся по вопросам, связанным с суицидальным поведением детей и подростков.  | в течение года | педагог-психолог   |

|    |  |                            |   |
|----|--|----------------------------|---|
| 10 | Просвещение педагогического коллектива по следующим темам:<br>- «Психологические особенности подростков»;<br>- «Подростковый суицид: мифы и реальность»;<br>- Профилактика школьных конфликтов».   | ноябрь,<br>январь,<br>март | педагог-психолог                                      |
| 11 | Семинар для педагогов «Профилактика суицида среди несовершеннолетних »   | февраль                    | Педагог-психолог                                      |
| 12 | Повсеместное привлечение обучающихся «группы риска» в соответствии с их интересами и способностями ко всей внеклассной работе и мероприятиям школы (кружки, секции, спортивные мероприятия, художественная самодеятельность, акции, конкурсы и т.п.), в том числе с использованием возможностей молодежных и спортивных учреждений | в течение года             | классные руководители<br>заместитель директора по УВР |
| 13 | Регулирование взаимоотношений и конфликтных ситуаций среди обучающихся. Пресечение всех случаев неуставных отношений.  | в течение года             | администрация   |
| 14 | Незамедлительное сообщение в ОДН, ТКДН, департамент образования о фактах насилия над ребенком со стороны родителей или других взрослых лиц.  | в течение года             | зам. директора по УВР                                 |
| 15 | Выступление на родительских собраниях по следующим темам:<br>- «Конфликты с собственным ребенком и пути их решения»;<br>- «Первые проблемы подросткового возраста»;<br>- «Почему ребенок не хочет жить?»;<br>- «Ложь и правда о суициде».  | в течение года             | классные руководители                                 |
| 16 | Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей, в том числе детей, находящихся в трудной жизненной ситуации и социально-опасном положении.  | Ноябрь,<br>март,<br>июнь   | Зам. директора по ВР,<br>классный руководитель        |
| 17 | Занятие с элементами тренинга, направленное на стабилизацию эмоционального состояния и снятие тревожности.   | Март-апрель                | Педагог- психолог                                     |

|    |   |                                |   |
|----|---|--------------------------------|---|
| 18 | Организация родительского всеобуча по предупреждению суицида, жестокого обращения с детьми  | Январь-апрель                  | Классный руководитель                     |
| 19 | Ведение Карт индивидуального сопровождения детей и семей, находящихся в социально-опасном положении   | В течение года                 | Социальный педагог, классный руководитель |
| 20 | Организация мониторинга занятости детей, находящихся в социально-опасном положении, дополнительным образованием и иными формами внеурочной деятельности | В течение года                 | Социальный педагог                        |
| 21 | Оказание экстренной первой помощи, обеспечение безопасности ребенка, снятие стрессового состояния.  | В течение года<br>(По запросу) | Педагог-психолог, социальный педагог      |

### Список литературы

1. Ожегов С.И. словарь русского языка. / Под ред. Н.Ю. Шведовой. 1984.
2. Программа профилактики суицидального поведения «Жизнь как чудо». Составитель: Литвинова О. А. р.п. Каргаполье, 2012 (DVD диск)
3. Профилактика суицидального поведения. Методические рекомендации. Сост.: А.Г. Абрумова и В.А. Тихоненко. М., 1980.
4. Региональные подходы к осуществлению профилактики ВИЧ/СПИДа в образовательной среде Курганской области: Методические рекомендации. - Курган, 2008.
5. Синягин Ю.В., Синягина Н.Ю. Детский суицид. Психологический взгляд. КАРО, С – П, 2006.
6. Суицидальное поведение у детей и подростков: Методические рекомендации. - Курган, 2006.