

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 3»



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №3
М.В. Шевченко
от «15» июня 2020 г.

Программа по профилактике суицидального поведения 2020 – 2021 уч. г.

Разработчик:
Мазанова А.А.
социальный педагог

П. Алтынай
2020-2021 учебный год

Пояснительная записка

Данная программа предназначена для организации профилактической и коррекционной работы по предотвращению суицидальных попыток среди учащихся разных возрастных групп в МБОУ «Первомайская средняя общеобразовательная школа» Первомайского района Тамбовской области

1. Содержание проблемы и обоснование необходимости решения программными методами

Семье и отдельной личности в период жизненных кризисов свойственно искажение субъективного образа мира, т.е., представлений и отношения 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 данных показывает, что основными причинами суицидального поведения детей являются:

- сложные взаимоотношения и конфликты с педагогами;
- социально-психологическое состояние;
- межличностные отношения;
- неблагоприятные семейно-общественные условия жизни детей;
- отсутствие поддержки в морально-духовном росте и понимания проблем ребенка со стороны родителей.

Серьезную обеспокоенность сегодня вызывает снижение возрастной границы среди детей, совершающих самоубийство. 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. В этой связи необходимо проведение работы педагогического коллектива по профилактике суицидального поведения учащихся школы. Реализация плана по профилактике и предупреждению детского суицида и детей, имеющих жизненные проблемы, осуществляется через совместную работу администрации школы, классных руководителей, учителей, социальных педагогов, педагогов-психологов, методистов по работе с детьми, медицинских работников, специалистов КДН и ЗП администрации района, инспектора ПДН ОМВД г. Сухой Лог. С начала учебного года была сформирована нормативно-правовая база, отдельная папка с нормативной, инструктивно-методической документацией по профилактике суицида среди несовершеннолетних, разработан план мероприятий по профилактике суицида, по которому ведется основная работа.

В воспитательных планах классных руководителей данное направление в течение учебного года отражается через организацию внеклассных мероприятий, привлечение учащихся в различные кружки и секции. Мероприятия для детей подсказывали им ответы и пути решения трудных жизненных проблем, конфликтных ситуаций в семье, школе,

личной жизни. Большое внимание уделяется практическим занятиям, с оказанием педагогической поддержки, по необходимости индивидуальной помощи.

Цель занятий – учить детей правильно реагировать и осознавать свои ошибки, анализировать свои поступки и их последствия, учить преодолевать трудности и неприятности жизни, делать выбор и отвечать за последствия перед собой и окружающими, помочь наладить контакты со сверстниками и взрослыми, повышать стрессоустойчивость организма.

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

2. Нормативно - правовые акты, профилактики суицидального поведения детей и подростков

1. Конституция Российской Федерации в редакции указов Президента РФ №841 от 25.07.2003г.
2. Уголовный кодекс РФ (ст. 117 «Истязание», ст. 110 «Доведение до самоубийства», ст. 131-134 «О преступлениях сексуального характера»).
3. Административный кодекс РФ (ст. 164 "О правах и обязанностях родителей").
4. Конвенция ООН о правах ребенка (ст. 6, 8, 16, 27, 28, 29, 30) ФЗ РФ № 124 «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ» статья 14
5. Федеральный закон об Образовании Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ.
6. Федеральный Закон РФ № 120 от 24.06.1999г. «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних».
7. Письмо Министерства образования Российской Федерации «О мерах по профилактике суицида среди детей и подростков» от 26.01.2000 г. и от 29.05.2003 г.
8. Федеральный закон Российской Федерации от 30 декабря 2012 г. № 305-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "О наркотических средствах и психотропных веществах".
9. Письмо Департамента воспитания и социализации детей Министерства образования и науки РФ от 27.02.2012 г. № 06-356 «О мерах по профилактике суицидального поведения обучающихся»
10. Федеральная целевая программа «Предупреждение и борьба с социально значимыми заболеваниями (2007 – 2012 годы)» (с дополнениями и изменениями), утверждённая Постановлением Правительства Российской Федерации от 10.05.2007 г. № 280
11. План мероприятий Министерства образования и науки РФ по профилактике суицидального поведения среди обучающихся образовательных учреждений на 2011 - 2015 годы, утв. приказом Минобрнауки России от 26.10.2011 г. № 2537.

3. Цели и задачи

Целью данной программы является профилактика суицидов и суицидальных попыток среди несовершеннолетних школы.

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;

- выявление детей «группы риска», обучение данной группы методам релаксации и саморегуляции;
- пропаганда здорового образа жизни, формирование у учащихся позитивного образа Я.
- межведомственное взаимодействие со специалистами различных учреждений и организаций.

4. Принцип реализации программы

1. Принцип ценности личности, заключающийся в самоценности каждого участника образовательного процесса.
2. Принцип уникальности личности, состоящий в признании индивидуальности каждого участника образовательного процесса.
3. 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.
4. Принцип эмоционально-ценностных ориентаций учебно-воспитательного процесса.

5. Основные направления деятельности

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

Профилактическая работа со всеми учащимися школы.

Работа с неблагополучными семьями.

Просветительская работа с родителями учащихся.

6. Этапы реализации программы

1 этап (информационно-аналитический): 2020 – 2021уч. г.

2 этап (практический): 2021 – 2022уч. г.

3 этап (аналитико-обобщающий): 2022 – 2023уч.г.

7. Система организации контроля исполнения программы

Контроль исполнения программы осуществляется администрацией МБОУ СОШ №3, в пределах её компетенции, педагогическим советом школы, Советом профилактики школы.

8. Содержание основных понятий

Адаптация социальная - постоянный процесс активного, приспособления к условиям среды социальной, а также результат этого процесса. Социальная адаптация идет непрерывно.

Адаптивное поведение - это приспособительное поведение человека. Оно характеризуется сознательным включением человека в деятельность, активным и добросовестным отношением к делу, проявлением инициативы и высоким эмоциональным самочувствием. Адаптивное поведение воспитывается в процессе и посредством обучения. Успешность его формирования зависит от отношения личности к себе, т.е. самооценки, от отношений между учителем и учеником, от отношений детей в коллективе.

Антисуицидальный потенциал личности - комплекс личностных установок, ценностей, характерологических особенностей, препятствующих формированию суицидального поведения или реализации суицидальных действий.

Деструкция - разрушение, деструктивное - разрушающее поведение, противоположное конструктивное поведение.

Дидактогения - негативное психическое состояние учащегося, вызванное нарушением педагогического такта со стороны учителя (воспитателя). Выражается в повышенном нервно-психическом напряжении, страхах, подавленном настроении и т.п. Отрицательно сказывается на деятельности учащихся, затрудняет общение. В основе возникновения дидактогении лежит психическая травма, полученная учеником по вине педагога. Этим объясняется близость симптоматики дидактогении и неврозов у детей, причем дидактогения нередко перерастает в невроз, и в этом случае может возникнуть необходимость в специальном лечении, в частности методами психотерапии.

Истинная попытка суицида - акт, потенциально направленный против себя и совершенный с присутствием желания уйти из жизни.

Кризисная психотерапия - набор психотерапевтических приемов и методов, направленных на помощь людям, находящимся в состоянии социально-психологической дезадаптации, обусловленной реакцией на тяжелый стресс, и предназначенных для предотвращения само разрушительных форм поведения и, в первую очередь, попыток самоубийства (суицидальных попыток).

Негативные отклонения в поведении - система поступков или отдельные поступки, противоречащие принятым в обществе нормам и проявляющиеся в виде несбалансированности психических процессов, не адаптивности, нарушении процесса само актуализации или в виде уклонения от нравственного и эстетического контроля за собственным поведением.

Не суицидальное само повреждающее поведение - наносимые себе повреждения, не поддерживаемые желанием уйти из жизни с целью привлечения внимания, снятия напряжения или улучшения самочувствия.

Остановленная попытка суицида - самостоятельно прерванная попытка суицида.

Подростковая дезадаптация проявляется в затруднениях в усвоении и социальных ролей, учебных программ, норм и требований социальных институтов (семьи, школы и т.д.).

Покушение на самоубийство – это однородная деятельность человека, не закончившаяся летальным исходом по различным обстоятельствам.

Социализация – двуединый процесс: с одной стороны, это внешнее для человека влияние на него со стороны общества его социальных институтов и общественной атмосферы, нравственных норм и культурных ценностей, образа жизни людей; с другой – это внутреннее, личностное освоение каждым человеком такого влияния в процессе социального становления.

Социальная среда – человеческое, духовное, предметное окружение ребенка, которое оказывает влияние на его личностное развитие, выступая реальным пространством его формирования и самореализации.

Социальная дезадаптация проявляется в нарушении норм морали и права, в асоциальных формах поведения и деформации системы внутренней регуляции, референтных и ценностных ориентации, социальных установок и т.д. При социальной дезадаптации речь идет о нарушении процесса социального развития, социализации индивида, когда имеет место нарушение, как функциональной, так и содержательной стороны социализации. При этом, нарушения социализации могут быть вызваны как прямыми десоциализирующими влияниями, когда ближайшее окружение демонстрирует образцы асоциального, антиобщественного поведения, взглядов, установок, так и косвенными десоциализирующими влияниями, когда имеет место снижение референтной значимости ведущих институтов социализации, которыми для учащегося, в частности, являются семья, школа.

Суицид — это умышленное самоповреждение со смертельным исходом, следствие социально-психологической дезадаптации личности в условиях переживаемого личностью микросоциального конфликта. Намеренное лишение себя жизни. Это реакция человека на проблему, кажущуюся непреодолимой, жестокость окружающих, отчуждение, смерть близких, детство, проведенное в разбитой семье, серьезная физическая болезнь, невозможность найти работу, финансовые затруднения, наркомания и др.

Суицидальное поведение - различные формы активности человека, направленные на лишение себя жизни и служащие средством разрешения личностных кризисов в условиях конфликтной ситуации, (все проявления суицидальной активности: мысли, намерения, высказывания, угрозы, попытки самоубийства).

Суицидальные замыслы – это активная форма проявления суицидальности, т.е. тенденция к самоубийству, глубина которой нарастает параллельно степени разработки плана её реализации.

Суицидальный риск – склонность человека к совершению действий, направленных на собственное уничтожение.

Суицидент – человек, совершивший самоубийство или покушение на самоубийство.

Толерантность – способность человека принимать других людей такими, каковы они есть, сосуществовать и взаимодействовать с ними.

Факторы риска суицида — внешние и внутренние параметры, с высокой вероятностью оказывающие влияние на формирование и реализацию суицидальных намерений.

9. Ожидаемый результат

Организованная таким образом работа, позволит осуществлять социальную и психологическую защиту детей, снизить количество детей с девиантным поведением и избежать суицидальных попыток, организовать работу по оптимизации взаимоотношений в детско-родительской среде. Также позволит продуманно планировать готовность действовать в острых кризисных ситуациях, периодах преодоления последствий ситуаций кризиса, пост кризисного сопровождения.

10. О мерах профилактики суицида среди детей и подростков

Изучение проблемы суицида среди молодежи показывает, что в целом ряде случаев подростки решались на самоубийство в целях привлечь 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 трудной жизненной ситуации, помогли бы избежать трагедии.

Больше всего самоубийств регистрируется весной, когда человеческие несчастья контрастируют с цветением окружающей природы. Тусклые краски зимы в какой-то мере гармонируют с душевной подавленностью, но между мрачными переживаниями «Я» и яркими днями весны возникает явный контраст. Исторически невроты весной отождествлялись с издревле существовавшими празднованиями сева, сопровождавшимися весельем и радостью. Резкое несоответствие весеннего радующегося мира и отчаянного состояния души может провоцировать самоубийства.

Суицидальное поведение встречается как в норме (без психопатологии), так и при психопатиях и при акцентуациях характера - в последнем случае оно является одной из форм девиантного поведения при острых аффективных или патохарактерологических реакциях. При изучении суицидального поведения следует различать следующие типы: **Демонстративное поведение.**

При демонстративном поведении способы суицидального поведения чаще всего проявляются в виде порезов вен, отравления неядовитыми лекарствами, изображения повешения.

Аффективное суицидальное поведение.

При аффективном суицидальном поведении чаще прибегают к попыткам повешения, отравлению токсичными и сильнодействующими препаратами. **Истинное суицидальное поведение.**

При истинном суицидальном поведении чаще прибегают к повешению. **Предсуицидальный синдром.**

Психологический симптомокомплекс, свидетельствующий о надвигающемся суицидальном акте, т. е. этап суицидальной динамики, длительность которого составляет от нескольких минут до нескольких недель и месяцев, наблюдается чаще у старших подростков и взрослых в случае наличия тенденции к суицидальным актам в сложных ситуациях.

Дети - суициденты чаще лишены родительского внимания и заботы, в 75 % их родителей разведены или проживают отдельно, часто дети проживают в интернатах или с приемными родителями.

Как заметить надвигающийся суицид.

Признаками эмоциональных нарушений являются:

Тоскливое выражение лица (скорбная мимика) Гипопомия
Амимия
Тихий монотонный голос
Замедленная речь
Краткость ответов
Отсутствие ответов
Ускоренная экспрессивная речь
Отсутствие ответов
Патетические интонации
Причитания
Склонность к нытью
Общая двигательная заторможенность Бездеятельность, адинамия
Двигательное возбуждение
Эмоциональные нарушения
Скука
Грусть
Уныние
Угнетенность
Мрачная угрюмость
Злобность
Раздражительность
Ворчливость
Брюзжание
Неприятное, враждебное отношение к окружающим
Чувство ненависти к благополучию окружающих Чувство физического недовольства
Безразличное отношение к себе, окружающим
Чувство бесчувствия
Тревога беспредметная (немотивированная)
Тревога предметная(мотивированная)
Ожидание непоправимой беды
Страх немотивированный

Страх мотивированный
Тоска как постоянный фон настроения
Взрывы тоски с чувством отчаяния, безысходности Углубление мрачного настроения при радостных событиях вокруг
Психические заболевания
Депрессия, неврозы, характеризующиеся беспричинным страхом, внутренним напряжением и тревогой; маниакально-депрессивный психоз; шизофрения
Оценка жизни собственной
Пессимистическая оценка своего прошлого Избирательное воспоминание неприятных событий прошлого
Пессимистическая оценка своего нынешнего состояния
Отсутствие перспектив в будущем
Взаимодействие с окружающим
Нелюдимость, избегание контактов с окружающими Стремление к контакту с окружающими, поиски сочувствия, апелляция к врачу за помощью Склонность к нытью
Капризность
Эгоцентрическая направленность на свои страдания
Вегетативные нарушения
Слезливость
Расширение зрачков
Сухость во рту ("симптомы сухого языка") Тахикардия
Повышенное АД
Ощущение стесненного дыхания, нехватки воздуха Ощущение комка в горле
Головные боли
Бессонница
Повышенная сонливость
Нарушение ритма сна
Отсутствие чувства сна
Чувство физической тяжести, душевной боли в груди То же в других частях тела (голове, эпигастрии, животе)
Запоры
Снижение веса тела
Повышение веса тела
Снижение аппетита
Пища ощущается безвкусной
Снижение либидо Нарушение менструального цикла (задержка)
Динамика состояния в течение суток
Улучшение состояния к вечеру Ухудшение состояния к вечеру

11. Психодиагностика суицидального поведения

Почти каждый, кто всерьез думает о самоубийстве, так или иначе, дает понять окружающим о своем намерении. Самоубийства часто не возникают внезапно, импульсивно, непредсказуемо или неизбежно. Они являются последней каплей в чаше постепенно ухудшающейся адаптации. Среди тех, кто намерился совершить суицид, от 70 до 75 % тем или иным образом раскрывают свои стремления. Иногда это будут едва уловимые намеки, часто же угрозы являются легко узнаваемыми. Очень важно, что 3/4 тех, кто совершает самоубийства, посещают врачей, психологов, педагогов, работников социальных служб, до этого по какому-либо поводу в течение ближайших недель и

месяцев. Они ищут возможности высказаться и быть выслушанными. Однако очень часто врачи, педагоги и семья не слушают их.

Суицидальными людьми, в целом, часто руководят амбивалентные чувства. Они испытывают безнадежность, и в то же самое время надеются на спасение. Часто желания за и против суицида настолько уравновешены, что если близкие в эти минуты проявят теплоту, заботу и проницательность, то весы могут наклониться в сторону выбора жизни. Поэтому очень важно знать во время беседы с суицидальным человеком об особых ключах и предостерегающих признаках самоубийства.

Различают склонности к суицидальному поведению в зависимости от типа личности. Так, приводится статистика, что в 36% суициды совершают истероиды, в 33% - инфантильные эмоционально лабильные субъекты, и в 13% - у субъектов отмечались астенические черты.

Диагностика предсуицидального синдрома имеет важное профилактическое значение. Лица, находящиеся, а в предсуицидальном периоде, нуждающиеся в индивидуальной, групповой и (или) семейной психотерапии. Особую практическую значимость имеет анализ факторов, удерживающих детей от самоубийства. К их числу относят отсутствие психических заболеваний, протекающих с депрессивными расстройствами. лучшая интегрированность в семье, когнитивное функционирование, не достигшее уровня конкретного или формального мышления, наличие культуральных и духовно-религиозных факторов, делающих суицид менее приемлемым или табулирующим его, проведение индивидуализированной терапии, направленной на купирование травматизации и избирательно адресующейся к слабым сторонам акцентуированной или психотической личности (склонность к депрессивным состояниям у шизоидов и циклоидов).

Роль педагога в работе с суицидальными детьми.

Многие будут правы, если скажут: такие дети нуждаются в помощи специалистов.

Помощь педагога в заблаговременном выявлении таких детей может выразиться в том, что часто общаясь с ребенком, он может увидеть признаки проблемного состояния: напряжение, апатию, агрессивность и т.п.

Педагог может обратить внимание медицинской сестры, родителей, администрации школы на этого подростка. Старшему подростку он может предложить разъяснительную беседу, в которой пояснит, что видит его состояние и советует обратиться к психологу, психотерапевту, так как оно требует работы специалиста.

Даже такая роль педагога приносит свои плоды. Важно лишь педагогу вложить в такую работу немного искреннего сочувствия и душевного тепла.

Рекомендации для учителей.

Наблюдайте за изменениями в поведении ребенка, потерявшего кого-то из близких. В первые недели обычно отмечаются тенденция к уходу, агрессивность, гнев, нервозность, замкнутость, невнимательность. Относитесь к этому с терпением, никогда не показывайте своего удивления. Не действуйте вопреки ребенку.

Если ребенок хочет поговорить, найдите время выслушать его. Это не всегда легко сделать, и все же попытайтесь. Объясните ребенку, что вы хотите поговорить с ним, выберите удобное для этого время.

При разговоре слушайте не только ушами, но и глазами, сердцем. Обнимите ребенка, возьмите его за руку. Прикосновение имеет для ребенка огромное значение, ведь он потерял тепло любящего родителя. Это позволяет ребенку почувствовать, что вы заботитесь о нем и в любое время готовы помочь ему. Поддержите его желание говорить о родителе и делайте это сами.

Постарайтесь привлечь лучших друзей ребенка. Если вам удастся их собрать, объясните им, что, когда умирает кто-то, кого вы любите, беседы об этом человеке помогут сохранить о нем добрую память.

Будьте готовы к вопросам и всегда будьте честными в ответах. Детей часто интересуют вопросы рождения и смерти. Учитель никогда не должен бояться сказать «Я не знаю». Очень важно знать культурный уровень семьи ребенка, ее религиозные установки. Ваши собственные чувства никогда не должны вступать в противоречие с чувствами родителя или смущать ребенка.

Покажите ребенку, что плакать не стыдно. Если ваши глаза наполнились слезами, не скрывайте этого. «Ты очень любил маму, и я это понимаю. Очень грустно, что она умерла». В это время ребенку можно рассказывать множество трогательных историй. Покажите ему, что можно улыбаться и смеяться. «Мама любила клоунов, не правда ли?» - такая фраза может стать началом разговора о цирке и на уроке рисования можно предложить изобразить что-нибудь веселое.

Никогда не говорите: «Ты ведь так не думаешь, не так ли?» Не говорите, что вы надеетесь на исчезновение у ребенка страхов, и не пытайтесь сменить тему разговора. Когда ребенок говорит, что считает себя виноватым в смерти отца, он действительно так думал. Дети честны, они говорят то, что думают. Их чувства реальны и сильны, и о них надо знать, им надо верить, о них надо говорить. Не следует произносить фраз типа «Скоро тебе будет лучше».

Гораздо лучше будет сказать: «Я знаю, что ты чувствуешь, и тоже не понимаю, почему твой отец должен был умереть таким молодым. Я только знаю, что он любил тебя, и ты никогда не забудешь его».

Старайтесь быть в контакте с родителем. Ребенок быстро почувствует связь между вами и его семьей, и это создаст у него ощущение безопасности. Обсуждайте с ними изменения в поведении ребенка, в его привычках.

Необходимо с особым вниманием относиться к трудным для потерявшего родителя ребенка дням. Такими днями являются праздники, когда дети поздравляют маму или папу. Ребенку, у которого нет матери, нужно посоветовать приготовить поздравление для бабушки. Конечно, невозможно заранее учесть все возможные случайности.

Понимающий учитель, вооруженный знаниями о том, что смерть не является запретной темой, поможет страдающему ребенку пережить трудный для него период с минимальными потерями. Конечно, ребенок, долгое время не выходящий из кризиса, нуждается в специальной помощи.

Здесь требуется специализированная индивидуальная психотерапия как для ребенка, так и для родителя, а часто полезной оказывается и семейная терапия. Приведенные выше приемы кажутся на первый взгляд очень простыми и естественными. Однако в большинстве случаев взрослые ведут себя по отношению к страдающему ребенку именно так, как не надо себя вести: делают вид, что ничего не случилось, стараются избегать упоминаний о постигшем ребенка горе, а на самом деле предлагают ему самому справиться с горем, самому вырабатывать способы поведения и защиты и искать пути выхода из кризиса. Далеко не всегда он справляется с этой задачей.

Помочь ребенку, поддержать его в столь трудной ситуации должны уметь в первую очередь те взрослые, которые живут рядом с ребенком, встречают его каждый день в школе или в детском саду.

Что можно сделать для того, чтобы помочь

Подбирайте ключи к разгадке суицида.

Примите суицидента как личность.

Установите заботливые взаимоотношения.

Будьте внимательным слушателем .

Не спорьте.

Не предлагайте неоправданных утешений.

Предложите конструктивные подходы.

Вселяйте надежду.

Не оставляйте человека одного в ситуации высокого суицидального риска. Обратитесь за помощью к специалистам.

Важность сохранения заботы и поддержки.

12. План программных мероприятий Циклограмма мероприятий на 2020-2021 учебный год

Классные руководители, социальный педагог,
педагог-психолог

Составление базы данных по социально неблаго-получным семьям

сентябрь

Классные руководители, социальный педагог

Проведение индивидуальных профилактических мероприятий с семьями социального риска

в течение всего года

Информационная и организационно - посредническая помощь семьям, находящимся в социально – опасном положении: содействие в получении статуса многодетной, малоимущей семьи, помощь в оформлении опеки над несовершеннолетним.
в течение всего года (по запросу)

Администрация школы

Организация работы с педагогами по профилактике профессионального выгорания 2018г.
январь

Заместитель директора по ВР

Работа с учащимися

Тематические классные часы. Цикл бесед «Я люблю жизнь»

сентябрь

Классные руководители

Индивидуальные беседы.

в течение года (по запросу)

Классные руководители, педагог-психолог, социальный педагог

Исследование уровня тревожности

февраль

Классные руководители, педагог-психолог

Определение личностных отклонений подросткового возраста: Методика самооценки и уровня притязаний Дембо-Рубинштейн; Анкета «Оценка уровня школьной мотивации» Н.Г. Лускановой. Опросник Басса-Дарки, Диагностика предрасположенности личности к конфликтному общению

по запросу

Классные руководители, педагог-психолог

Определение склонности к девиантному поведению

по запросу

Классные руководители

Методика экспресс-диагностики суицидального риска «Сигнал»

по запросу

Классные руководители

Работа с родителями

Тематические классные собрания

сентябрь

Классные руководители

Индивидуальные беседы и консультации.

в течение года по запросу

Классные руководители

Оформление стендов, обновление информации по телефону доверия.

по необходимости

методисты ,

педагоги-организаторы

Циклограмма мероприятий по реализации программы на 2020 – 2021 учебный год:

в течение года (по запросу)

Заместитель директора по ВР

Участие в организации оздоровления и отдыха во внеурочное время детей из неблагополучных и малообеспеченных семей

каникулярное время

Классные руководители, руководители кружков и секций

Организация работы с педагогами по профилактике профессионального выгорания

январь

Заместитель директора по ВР

Цикл занятий из Программы повышения эмоциональной устойчивости педагога

Один раз в четверть в течение года

Заместитель директора по ВР

Информирование педагогов по теме «Возрастные психолого-педагогические особенности подростков»

сентябрь

Педагог-психолог

Информирование педагогов по теме «Причины подросткового суицида. Роль взрослых в оказании помощи подросткам в кризисных ситуациях»

в течение года

Педагог-психолог

Повышение психолого-педагогической компетенции всех участников УВП

в течение года

Заместитель директора по ВР

Работа с учащимися

Психологические классные часы:

«Как научиться жить без драки» -2-4 класс

«Я – уникальная и неповторимая личность» (5-6 класс, цель: формирование позитивного отношения к другим людям (толерантности) «Мир глазами агрессивного человека» (7-8 класс) «Подросток и конфликты» (8-9 класс)

«Проблема отцов и детей в современном обществе» (8-9 класс)

«Расскажи мне обо мне» 8-9 класс

«Стресс в жизни человека.

Способы борьбы со стрессом» (7-9 класс)

в течение года (по запросу)

Классные руководители, педагог-психолог

Правовые классные часы:

«Уголовная и административная ответственность несовершеннолетних» (7-9 классы);
«Права и обязанности учащихся школы» (5-7 классы); «Умей сказать «нет»» (5-9 классы);
«Вредные и полезные привычки» (5-9 классы).

в течение года (по запросу)

Классные руководители, педагог-психолог

Формирование у учащихся позитивного образа (беседы)

в течение года

Классные руководители, педагог-психолог, социальный педагог

Коммуникативный мини-тренинг «Сердце»

сентябрь

Классные руководители

Игра «Друзья» для учащихся начальных классов (цель: развитие эмпатии, понимания другого, обучение сотрудничеству)

октябрь

Классные руководители

Акция «Письмо матери», «Подарок матери».

ноябрь

Классные руководители, учителя технологии

Игра «В чем смысл жизни?» (8-11 класс)

в течение года

Классные руководители

Тренинг «Быть уверенным – это здорово!» (цель: формирование навыков уверенного поведения и умения противостоять давлению, 9 класс)

в течение года

Классный руководитель педагог-психолог

Психолого-педагогическая поддержка выпускников в период подготовки к ОГЭ, ЕГЭ
апрель-май

педагог-психолог

Организация оздоровления и отдыха детей из неблагополучных и малообеспеченных семей (лагерь дневного пребывания при ОУ)

июнь - август

Зам. директора по ВР,

социальный педагог

педагог-психолог

Родители

Цикл родительских собраний по предупреждению детского суицида «Как прекрасен этот мир...» Родительские собрания, лектории: «Возрастные психолого-педагогические особенности (младший школьник, подросток)»; «Наши ошибки в воспитании детей»; «Причины подросткового суицида. Роль взрослых в оказании помощи подросткам в кризисных ситуациях»; «Родители меня не понимают или как услышать подростка»; «Родительская любовь»; «Как подготовиться к экзаменам и сохранить здоровье»; «Капля никотина убивает верблюда»; «Серьезный мир несерьезных подростков»; «Про «Это»...» (подростковая сексуальность); «Доброе начало, или Как помочь первокласснику адаптироваться к школе»; «Понять. Простить. Принять»; «Я бы в дворники пошел... или Как не отбить у детей желание учиться»; «О любви – взрослые и дети»; «Школьная травля, как один из подводных камней школьной жизни»; «Ваш ребенок—пятиклассник»; «Родители и дети – поиски взаимопонимания»; «Правовые основы семейного воспитания: права и обязанности родителей и детей»; «Курение и статистика»; «Давайте будем учиться вместе со своими детьми» Дискуссионный клуб для родителей «От отчаяния к надежде»

по плану и по запросу

Заместитель директора по ВР, социальный педагог, педагог-психолог

Диагностика Учащиеся

Исследование социального статуса

ежегодно

Классные руководители

Исследование уровня адаптации (1, 5, 9 классы)

ежегодно

педагог-психолог

Определение личностных отклонений подросткового возраста: Методика самооценки и уровня притязаний Дембо-Рубинштейн; Анкета «Оценка уровня школьной мотивации»

Н.Г. Лускановой ПДО по А. Е. Личко, Опросник Басса-Дарки, Диагностика

предрасположенности личности к конфликтному общению

по запросу

педагог-психолог

Исследование уровня тревожности

сентябрь, октябрь

Классные руководители

Библиографический список

1. Бережковская Е. Чем и как увлекаются подростки // Школьный психолог, 2005, №1
2. Борщевицкая Л. Психологический час “Как научиться жить без драки” // Школьный психолог, 2006, №10.
3. Галушина Э., Комарова О. Игра для подростков “В чем смысл жизни” // Школьный психолог, 2005, №5.
4. Зарипова Ю. Поверь в себя. Программа психологической помощи подросткам // Школьный психолог, 2007, №4 (16).
5. Кардашина О., Родионов В., Ступницкая М. Я и мой выбор. Занятия для учащихся 10 – 11 классов по формированию социальных навыков и навыков здорового образа жизни // Школьный психолог, 2001, №27.
6. Кузнецов Д. Демобилизирующая тревожность: некоторые причины и формы проявления невротических расстройств у современных старшеклассников // Школьный психолог, 2005, №2
7. Михайлова Н., Сафонова Т., Тюпкина Е., Немолот Е. Деловая игра для педагогов среднего звена “Педагогические приёмы создания ситуации успеха” // Школьный психолог, 2006, №15.
8. Манелис Н. Психологический климат в классе // Школьный психолог, 2001, №10, 12, 16, 19.
9. Мешковская О. Занятие “Подарок самому себе” // Школьный психолог, 2005, №10.
10. Николаева Н. Программа комплексного взаимодействия с подростками “группы риска” “Грани моего Я” // Школьный психолог, 2006, №15
11. Ожегов С.И. словарь русского языка. / Под ред. Н.Ю.Шведовой. 1984. – 797 с.
12. Панченко Н. Занятие “Я + Он + Они == Мы” // Школьный психолог, 2006, №18.
13. Профилактика суицидального поведения. Методические рекомендации. Сост.: А.Г.Абрумова и В.А.Тихоненко. М., 1980.
14. Родионов В., Лангуева Е. Программа тренинга “Манипуляция: игры, в которые играют все” // Школьный психолог, 2005, №2, 5, 6, 7.
15. Савченко М. Тренинг “Уверенность” для учащихся 11 классов // Школьный психолог, 2005, №2, 3, 4
16. Синягин Ю.В., Синягина Н.Ю.. Детский суицид. Психологический взгляд. КАРО, С – П , 2006. – 176 с.

17. Соболева А. Профилактика конфликтных ситуаций и борьба с ними // Школьный психолог, 2004, №40, 41, 42.
18. Стишенок И. Игра “Колючка” // Школьный психолог, 2006, №11.
19. Фомина А. Как улучшить настроения. Изучение способов саморегуляции эмоционального состояния. Школьный психолог, 2006, №2
20. Шашкова З. Ты и я – такие разные. Занятие для подростков 11-12 лет // Школьный психолог, 2002, №11.
21. Электронный вариант журнала «Школьный психолог» (ШП)
<http://psy.1september.ru/index.php?year=2005&num=02>