

КГА ПОУ «Красноярский техникум транспорта и сервиса»

УТВЕРЖДАЮ

Директор КГА ПОУ «КТТис»

А.Н. Толстихин

2021 г



ПРОГРАММА

профилактики суицидального поведения подростков
на 2021-2022 учебный год

Составитель:

педагог – психолог О.В. Герасимова

Паспорт программы.

Наименование программы	Программа профилактики суицидального поведения подростков
Основопологающие документы	Конституция РФ, Закон РФ «Об образовании», Конвенция о правах ребенка. (Принята резолюцией Генеральной Ассамблеи ООН от 20 ноября 1989 года. Вступила в силу 2 сентября 1990 года), Семейный кодекс РФ от 29.12.1995 N 223-ФЗ, Декларация принципов толерантности ООН и ЮНЕСКО (Утверждена резолюцией 5.61 генеральной конференции Юнеско от 16 ноября 1995 года, ПРИКАЗ Минобрнауки России от 26 октября 2011 г. N 2537 «Об утверждении плана мероприятий Министерства образования и науки Российской Федерации по профилактике суицидального поведения среди обучающихся образовательных учреждений на 2011 - 2015 годы». Письмо Минобрнауки России от 27.02.2012 г. № 06-356 «О мерах по профилактике суицидального поведения обучающихся», Устав КГА ПОУ «КТТиС»
Заказчик программы	КГАПОУ «КТТиС»
Основные разработчики программы	Педагог – психолог
Цель программы	Формирование у обучающихся позитивного отношения к жизни, социальной адаптации, 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. - Выявить обучающихся, нуждающихся в незамедлительной

	<p>помощи и организовать защиту и первую экстренную помощь им.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Изучить особенности психолого-педагогического статуса каждого учащегося с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих в психическом состоянии, общении, развитии, обучении. - Создание условий для психолого-педагогической поддержки учащихся разных возрастных групп в воспитательно-образовательном процессе и в период трудной жизненной ситуации. - Формирование позитивного образа Я, уникальности и неповторимости не только собственной личности, но и жизни других людей. - Оказание психолого-педагогической поддержки семье ребенка, попавшего в трудную жизненную ситуацию или испытывающего кризисное состояние.
Сроки и этапы реализации программы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Подготовительный этап: сентябрь – декабрь 2021 г. <ul style="list-style-type: none"> - изучение и анализ проблемы; - формирование общественного мнения о значимости и необходимости организации работы по данному направлению педагогов и родителей. 2. Основной этап: январь 2022 г. – сентябрь 2022 г. <ul style="list-style-type: none"> - реализация программы в соответствии с планом работы техникума. 3. Заключительный этап: сентябрь 2022 – декабрь 2022г. <ul style="list-style-type: none"> - мониторинг реализации программы с последующей коррекцией.

Направления деятельности	Работа с учащимися, нуждающимися в психоэмоциональной поддержке. Работа с неблагополучными семьями. Профилактическая работа с студенческим коллективом. Психолого-педагогическое просвещение родителей. Научно-методическое обеспечение воспитательного процесса.
Исполнители программы.	Педагогическая и родительская общественность.
Ожидаемые результаты	Снижение количества обучающихся с девиантным поведением. Повышение уровня педагогической компетентности в области решения конфликтных ситуаций. Высокий уровень социальной и психолого-педагогической поддержки и защиты учащихся, попавших в трудную жизненную ситуацию. Формирование у обучающихся компенсаторных механизмов поведения.
Критерии механизма оценки результатов:	- количество обучающихся, состоящих на ВТУ. - обращения за помощью к психологу. - итоги мониторингов основных направлений программы.
Контроль за исполнением программы	Зам.директора по УВР, педагог-психолог, социальный педагог.
Информационное обеспечение	Размещение информации о проведенных профилактических мероприятиях на сайте техникума.
Предложения об использовании результатов программы	Написание аналитических докладов, информационных справок, отчетов, публикаций.

Пояснительная записка

*Жизнь — прекраснейшая из выдумок природы.
Гёте И.*

В развитии подростков кризисы практически неизбежны: они являются частью развития. Подростковый возраст – один из самых сложных периодов в жизни человека. Происходит очень быстрое развитие всех систем и органов, начинает активно функционировать гормональная система. Но одновременно с перестройкой всего организма происходит и перестройка психики. В этот период жизни подросток активно ведет поиск своего «я», появляется потребность в автономии. На первое место для него выходят собственные принципы поведения, собственные взгляды и убеждения, появляется критическая оценка наставления взрослых. Все это часто сопровождается чувством неуверенности в себе, в собственной ценности как личности, вопросами о смысле жизни. Фантазии о самоубийстве, которые психологи считают здорового развития в этом возрасте, знакомы двум третям молодых людей. Большинство из них выстаивает перед этим опасным искушением, используя трудные ситуации, чтобы научиться способам противостояния кризисам, то есть используют кризисы для своего развития. Тем не менее, на данном жизненном этапе ребенок или подросток является особенно чувствительным и уязвимым, кризис легко может перерасти в суицидальную ситуацию. Если отсутствует надлежащая поддержка со стороны семьи, школы, друзей.

В России частота суицидальных действий среди молодежи, в течение последних двух десятилетий удвоилась. У 30% лиц в возрасте 14 – 24 лет бывают суицидальные мысли, 6% юношей и 10% девушек совершают суицидальные действия. 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.

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.

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.

В подростковом возрасте основным видом деятельности является учение, и в учебных заведениях учащиеся проводят большую часть времени. Поэтому педагоги не могут стоять в стороне от решения обсуждаемой проблемы. Профилактика суицида эффективна прежде всего там, где люди постоянно взаимодействуют друг с другом. Так же как и семья, школа является тем местом, где складываются и поддерживаются важные социальные связи молодых людей. Учитывая тот факт, что, взрослея,

подростки все в большей степени удаляются от своей семьи, тревожные сигналы о намерениях совершить суицид скорее будут услышаны одноклассниками, друзьями или учителями, чем членами семьи.

Причинами суицидов в детском и подростковом возрасте может быть следующее:

- Несформированное понимание смерти.
В понимании ребенка смерть не означает бесповоротное прекращение жизни. Ребёнок думает, что всё можно будет вернуть назад. У подростков понимание и осознание страха смерти формируется не раньше 18 лет.
- Отсутствие идеологии в обществе.
Подросток в обществе — без родины и флага|| чаще испытывает ощущения ненужности, депрессии.
- Ранняя половая жизнь, приводящая к ранним разочарованиям. При этом возникает ситуация, по мнению подростка, не совместимая с представлением — как жить дальше|| (потеря любимого, наступление нежеланной беременности и т.д.), т.е. происходит утрата цели.
- Суицидальное поведение у подростков часто объясняется тем, что молодые люди, не имея жизненного опыта, не могут правильно определить цель своей жизни и наметить пути ее достижения.
- Дисгармония в семье.
- Саморазрушаемое поведение (алкоголизм, наркомания, криминализация общества).

В подавляющем большинстве случаев суицидальное поведение в возрасте до 15 лет связано с реакцией протеста, особенно частым источником последних являются нарушенные внутрисемейные, внутришкольные или внутригрупповые взаимоотношения. 70% подростков, в качестве повода, толкнувшего их на попытку суицида, называли разного рода школьные конфликты. Но причиной является как правило неблагополучие в семье. Однако это «неблагополучие» имеет не внешний, но содержательный характер: в первую очередь нарушены родительско-детские отношения. Роль «последней капли» играют школьные ситуации, поскольку школа — это место, где ребенок проводит значительную часть своего времени.

Депрессия также является одной из причин, приводящих подростка к суицидальному поведению. Многие из черт, свидетельствующих о суицидальности, сходны с признаками депрессии. Ее основным симптомом является потеря возможности получать удовольствие и испытывать наслаждение от тех вещей в жизни, которые раньше приносили счастье. Поступки и настроение как бы выдыхаются и становятся безвкусными. Психика лишается сильных чувств. Человеком овладевает безнадежность, вина, самоосуждение и раздражительность. Заметно ослабевает двигательная активность или, наоборот, возникают приступы громкой, быстрой, порой беспрестанной речи, наполненные жалобами, обвинениями или просьбами о

помощи. Часто бывают нарушения сна или волнообразная усталость. Соматические признаки тревоги проявляются дрожанием, сухостью губ и учащенным дыханием. Появляются ничем не обусловленные соматические нарушения в виде болей в голове, боку или животе. Люди, страдающие депрессией, постоянно ощущают свою нежеланность, греховность и бесполезность, в силу чего приходят к заключению, что жизнь не имеет смысла.

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.

Содержание основных понятий

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.

Суицид – самоубийство, 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).

Суицидальная попытка – это целенаправленное оперирование средствами лишения себя жизни, не закончившееся смертью.

Суицидальное поведение – волевые действия личности, конечной целью которых является покушение на самоубийство или сам акт самоубийства. Является следствием социально – психологической дезадаптации личности в условиях микросоциального климата.

Типы суицидального поведения:

Демонстративное поведение - в основе этого типа суицидального поведения лежит стремление подростка обратить внимание на себя и свои проблемы, показать, как ему трудно справиться в жизненными ситуациями. Это своего рода просьба о помощи. Как правило, демонстративные суицидальные действия совершаются не с целью причинить себе реальный вред или лишить себя жизни, а с целью напугать окружающих, заставить их задуматься над проблемами подростка, «осознать» свое несправедливое

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

Аффективное суицидальное поведение - суицидальные действия, совершенные под влиянием ярких эмоций относятся к аффективному типу. В таких случаях подросток действует импульсивно, не имея четкого плана своих действий. Как правило, сильные негативные эмоции – обида, гнев, – затмевают собой реальное восприятие действительности и подросток, руководствуясь ими, совершает суицидальные действия. При аффективном суицидальном поведении чаще прибегают к попыткам повешения, отравлению токсичными и сильнодействующими препаратами.

Истинное суицидальное поведение - истинное суицидальное поведение характеризуется продуманным планом действий. Подросток готовится к совершению суицидального действия. При таком типе суицидального поведения подростки чаще оставляют записки, адресованные родственникам и друзьям, в которых они прощаются со всеми и объясняют причины своих действий. Поскольку действия являются продуманными, такие суицидальные попытки чаще заканчиваются смертью. При истинном суицидальном поведении чаще прибегают к повешению или к прыгиванию с высоты.

Самоубийство – слишком противоестественный и кардинальный шаг, поэтому решение на его совершение вызревает не мгновенно. Ему, как правило, предшествует более или менее продолжительный период переживаний, борьбы мотивов и поиска выхода из создавшейся ситуации.

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.

К группе «группе риска» - по суициду относятся подростки: с нарушением межличностных отношений, —одиночки; злоупотребляющие алкоголем или наркотиками, отличающиеся девиантным или криминальным поведением, включающим физическое насилие; с затяжным депрессивным состоянием; сверхкритичные к себе подростки; страдающие от недавно испытанных унижений или трагических утрат, от хронических или смертельных болезней; фрустрированные несоответствием между ожидавшимися успехами в жизни и реальными достижениями; страдающие от болезней или покинутые окружением подростки; из социально-неблагополучных семей – уход из семьи или развод родителей; из семей, в которых были случаи суицидов.

Система мероприятий

ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ			
№ п/п	Содержание работы	Сроки	Ответственный
1.	Выявление несовершеннолетних и их семей, оказавшихся в сложной жизненной ситуации	В течение года	Зам. директора по У ВР, Руководители групп, соц.педагог, педагог - психолог
2.	Составление базы данных по социально-неблагополучным семьям.	Сентябрь-октябрь 2021г.	Зам. директора по УВР, Руководители групп, соц.педагог
3.	Формирование банка данных учащихся, склонных к девиантному поведению (по результатам мониторинга)	В течение года	Руководители групп, педагог - психолог
4.	Изучение участниками образовательной деятельности нормативно - правовой базы, повышение профессиональной компетенции.	В течении года по индивидуальным планам, по графику пед. совещаний.	Зам. директора по УВР, Руководители групп, соц.педагог, педагог – психолог, руководитель МО кураторов групп.
5.	Размещение информации на сайте техникума, где можно получить психологическую поддержку и помощь	Сентябрь 2021 г.	Педагог - психолог
6.	Посещение семей обучающихся, имеющих проблему в семье. Изучение семейных отношений, составление актов обследования.	В течение года	Руководители групп, социальный педагог.
ПРОСВЕЩЕНИЕ И ПРОФИЛАКТИКА			
7.	Проведение индивидуальных профилактических мероприятий с семьями социального риска	течение года, по индивидуальным планам	руководители групп, зам. директора по УВР, педагог – психолог, соц. педагог
8.	Проведение индивидуальных профилактических мероприятий с семьями социального риска	В течение года	руководители групп, зам.директора по УВР, педагог-психолог
9.	Индивидуальные и	В течение года	Зам. директора по УВР,

	профилактические беседы с обучающимися.		руководители групп, педагог – психолог
10.	Индивидуальные консультации для родителей.	В течение года, по индивидуальным запросам	Зам. директора по У ВР, руководители групп, педагог – психолог
11.	Общетехникумовские родительские собрания	Октябрь 2021	Зам. директора по У ВР, руководители групп, педагог – психолог
12.	День правовых знаний, встреча с инспектором ПДН.	Ноябрь 2021	Зам. директора по У ВР, Руководители групп, соц.педагог.
13.	Тематические классные часы.	1 разв месяц по вторникам	Руководители групп, зам.директора по У ВР
14.	Развитие навыков, способствующих успешной адаптации, проведение адаптивных мероприятий с обучающимися 1 курса.	Сентябрь – Октябрь 2021	педагог - психолог
15.	Мероприятия, направленные на профилактику возникновения агрессивных форм поведения среди обучающихся.	Октябрь 2021	педагог - психолог
16.	Проведение мероприятий с направленных на предупреждение суицидальных намерений среди обучающихся 1 курса, формирование установки на безопасное поведение.	Ноябрь 2021	педагог - психолог
17.	Психологическая поддержка направленная на профилактику возникновения стрессовых состояний, развитие навыков саморегуляции, самоконтроля повышение уверенности в себе.	Декабрь 2021	педагог - психолог
18.	Снижение уровня тревожности, агрессивности среди обучающихся, повышение уровня внутреннего доверия и сплоченности членов группы.	Январь 2022	педагог - психолог

19.	Внеурочные мероприятия, акции, с целью формирования у подростков принятия себя через вовлечение в новые виды деятельности.	В течение года	Руководители групп
ДИАГНОСТИКА			
20.	Анкетирование «Адаптация обучающихся 1 курса к условиям образовательного процесса»	Сентябрь – октябрь 2021	педагог - психолог
21.	Методика диагностики девиантного поведения несовершеннолетних (тест СДП – склонности к девиантному поведению) разработана коллективом авторов (Э.В. Леус, САФУ им. М.В. Ломоносова; А.Г. Соловьев, СГМУ, г. Архангельск)	Сентябрь 2021	Педагог – психолог, обучающиеся «группы риска»
22.	Исследование уровня тревожности: Шкала реактивной личностной тревожности Ч.Д Спилберга – Ю.Л. Ханина	В течении года по плану индивидуальных коррекционных занятий	педагог - психолог

Литература

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. Фоминова 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.