

УТВЕРЖДАЮ  
руководитель БОУ УР  
«УГНГ им. Кузубая Герда»  
\_\_\_\_\_ / Т.Г. Волкова  
«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2024г

Программа профилактики и предотвращения суицидального поведения  
обучающихся в БОУ УР «УГНГ им. Кузубая Герда»  
на 2024 – 2025 учебный год

Ижевск, 2024г



## **Содержание:**

### **Введение**

### **Содержание программы**

1. Основные направления деятельности школьного психолога по профилактике и предотвращению суицидального поведения детей и подростков.

2. Пошаговый алгоритм действий по профилактике и предотвращению суицидального поведения детей и подростков.

3. Циклограмма деятельности педагога-психолога по реализации программы профилактики и предотвращения суицидального поведения детей и подростков.

### **Список литературы**

### **Приложения**

**Приложение 1.** Карта суицидальных признаков.

**Приложение 2.** Профилактические материалы для информационного стенда.

**Приложение 3.** Материалы для организации просветительской и проф  
- Конспект семинара для учителей «Предупреждение суицида среди учащихся. Основные признаки суицидального поведения».

- Практическое Занятие с классными руководителями по разбору, анализу и обсуждению кейсовых ситуаций суицидального поведения учащихся.

- Конспект Занятия для классных руководителей по профилактике суицидального поведения учащихся.

- Конспект семинара «Выявление обучающихся группы суицидального риска».

- Конспект семинара-практикума для педагогов «Подростковая депрессия».

- Конспект семинара с элементами тренинга «Поиск и активизация внутренних ресурсов подростка»

- Презентация по теме «Алгоритм действий педагога в образовательной организации по профилактике суицидального поведения школьников».

- Памятки педагогам по темам «Как не допустить суицид у подростка»,

«Навигатор профилактики. Суицидальное поведение», «Признаки кризисного состояния ребенка», «Признаки, что ребенок готовится совершить суицид».

**Приложение 4.** Материалы для организации просветительской и профилактической деятельности с родителями:

- Конспект родительского собрания на тему «Предупреждение суицида среди детей. Помощь родителей в преодолении трудностей ребенка».

- Практическое Занятие с родителями и классными руководителями учащихся по профилактике суицидального поведения учащихся.

- Практикум для родителей «Как рассказать родителям о риске детского суицида».

- Конспекты профилактических родительских собраний по темам «Роль взрослых в оказании помощи подростку в кризисных ситуациях», «Детская агрессия», «Как построить гармоничные отношения родителей и детей».

- Памятки для родителей по темам «Аутоагрессия у подростка», «Как общаться с аутоагрессивным подростком», «Как справиться с причинением себе вреда ребенком», «Самоповреждающее поведение у подростков», «Признаки намерения совершения суицида», «Как предотвратить подростковый суицид» и др.

**Приложение 5.** Подборка программ и Занятий с учащимися 1-11 классов по профилактике суицидального поведения детей и подростков, формированию жизнестойкости, подготовке к жизненным трудностям, преодолению стрессовых ситуаций и т.п.

**Приложение 6.** Материалы для организации просветительской и профилактической деятельности с учащимися:

- Конспект беседы с учащимися по теме «Как помочь другу, когда все плохо?».

- Памятки учащимся по темам «Как правильно говорить с другом о селфхарме», «Как помочь другу справиться с депрессией», «Как поддержать друга в период трудностей» и др.

**Приложение 7.** Перечень типичных кризисных ситуаций в разных возрастных периодах.

**Приложение 8.** Образец информированного согласия родителей на проведение углубленной диагностики и оказания ребенку психологической помощи.

**Приложение 9.** Методики для проведения углубленной диагностики учащихся «группы риска», электронные обработчики к каждой методике.

**Приложение 10.** Образец Заключения по результатам углубленной диагностики учащегося «группы суицидального риска».

**Приложение 11.** Образец протокола индивидуальной консультации с родителями учащегося.

**Приложение 12.** Рекомендации родителям по результатам индивидуальной консультации.

**Приложение 13.** Критерии показания к госпитализации учащегося с суицидальным поведением.

**Приложение 14.** Рекомендации классным руководителям по сопровождению учащихся с признаками суицидального поведения.

**Приложение 15.** Как педагогу-психологу подготовиться к участию в психолого-педагогическом консилиуме: пошаговая инструкция. Образцы документации ППк.

**Приложение 16.** Рекомендации как убедить родителей не отказываться от помощи психолога.

**Приложение 17.** Образец отказа родителей от оказания ребенку психологической помощи.

**Приложение 18.** Образец плана (маршрута) индивидуального психолого-педагогического сопровождения учащегося «группы суицидального риска».

**Приложение 19.** Рекомендации по проведению консультаций с учащимся «группы суицидального риска» в зависимости от категории суицидального риска.

**Приложение 20.** Образец протокола индивидуальной консультации с учащимся «группы суицидального риска» в зависимости от категории суицидального риска.

**Приложение 21.** Памятки, рекомендации учащимся с суицидальным поведением по темам «Как успокоиться, если начал нервничать», «Правила, чтобы принять себя», «Что такое суицидальные мысли и как помочь себе» и др.

**Приложение 22.** Подборка рабочих тетрадей и упражнений для

организации индивидуальных коррекционно-развивающих Занятий с учащимися второй и третьей категории суицидального риска.

**Приложение 23.** Подборка рабочих тетрадей и дневников самопомощи учащимся для самостоятельной работы дома.

**Приложение 24.** Программа групповых практических Занятий для детей с суицидальным поведением.

**Приложение 25.** Рекомендации по проведению консультаций с родителями учащихся с суицидальным риском.

**Приложение 26.** Тренинг детско-родительских отношений.

**Приложение 27.** Образец справки (отчета) об итогах реализации плана (маршрута) индивидуального психолого-педагогического сопровождения ребенка.

**Приложение 28.** Образец объяснительной Записки (в случае суицида школьника) и рекомендации по ее написанию.

**Приложение 29.** Конспекты совещаний (консилиумов) по обсуждению суицидальной попытки и факта суицида в педагогическом коллективе.

**Приложение 30.** Образцы планов психологической работы по факту суицидальной попытки и по факту суицида.

**Приложение 31.** Рекомендации родителям ребенка совершившего попытку суицида.

**Приложение 32.** Памятки и рекомендации классному руководителю по работе с учащимся, его родителями, классом в случае попытки суицида школьника.

**Приложение 33.** Алгоритм действий школьного психолога и классного руководителя по работе с классом, в котором произошел случай незавершенного и Завершенного суицида.

**Приложение 34.** Конспекты Занятий в классе, где произошла попытка суицида.

**Приложение 35.** Материалы для работы с учащимися, остро переживающими утрату.

**Приложение 36.** Конспект родительского собрания в классе, где произошел суицид.

## Введение

Суицид — явление психологическое. Чтобы понять его, нужно понять душевное состояние человека, который решил покончить с собой. Поднимая на себя руку, ребенок прибегает к последнему аргументу в споре с родителями, педагогами, сверстниками, самим собой. Совершенно искренне желая умереть в невыносимой для него ситуации, он в действительности хочет лишь наладить отношения с окружающими. И у него до последнего присутствует наивная вера в то, что после этого он снова заживет в мире и согласии с обидчиками.

Суицид не является случайным действием, он является выходом из Затруднений, кризиса или ответом на трудные вопросы. Общая цель всех суицидов — поиск решения. В связи с тем, что в последнее время число самоубийств и суицидальных попыток возросло, мы разработали программу психологической помощи детям, попавшим в трудную жизненную ситуацию.

В условиях современного общества процент детских и подростковых самоубийств растет, что порождает необходимость детального изучения причин, мотивов, ситуаций проявления суицидальных попыток и способов профилактики. Детскому психологу приходится сталкиваться с суицидальными мыслями и желаниями у детей различного возраста. Это обстоятельство и подводит нас к важности анализа отношения к жизни и смерти, а также желания покончить жизнь самоубийством в контексте психокоррекционной работы с детьми разного возраста.

**Актуальность.** В настоящее время существуют Федеральные нормальные локальные акты, которые обязывают образовательные организации осуществлять деятельность по профилактике суицидального поведения школьников:

- Распоряжение правительства Российской Федерации от 26 апреля 2021 года № 1058-р «О комплексе мер до 2025 года по совершенствованию системы профилактики суицида среди несовершеннолетних».

- Письмо Департамента государственной политики в сфере защиты прав детей от 18.01.2016 № 07-149 «О направлении методических рекомендаций по профилактике суицида».

- Распоряжение Минпросвещения от 28.12.2020 № Р-193 «Об

утверждении методических рекомендаций по системе функционирования психологических служб в общеобразовательных организациях».

- Письмо Министерства Здравоохранения Российской Федерации от 06.03.2020 №15-2/И/2-2645 «О методических рекомендациях «Суицидальное поведение несовершеннолетних (профилактические аспекты)».

- Письмо Минобрнауки России от 18.01.2016 № 07-149 «О направлении методических рекомендаций по профилактике суицида».

- Письмо Минобрнауки от 28.04.2018 № 07-2498 «О направлении методических рекомендаций» о том, как проводить профилактическую работу со школьниками, которые склонны к суициду, и как работать с родителями таких детей.

- Письмо Минпросвещения России от 30.10.2020 № № 07-6586 о направлении рекомендаций по проведению в образовательных организациях субъектов Российской Федерации мероприятий для родителей (Законных представителей) по формированию культуры профилактики суицидального поведения несовершеннолетних с освещением вопросов, касающихся психологических особенностей развития детей и подростков, факторов поведения, необходимости своевременного обращения к психологам и психиатрам в случаях неадекватного или резко изменившегося поведения несовершеннолетнего».

- Письмо Минпросвещения от 30.06.2021 № 07-3586 «О направлении методического письма» в котором утверждены рекомендации по проведению в образовательных организациях с обучающимися профилактических мероприятий, направленных на формирование у них позитивного мышления, принципов Здорового образа жизни, предупреждение суицидального поведения.

- Письмо Минпросвещения от 30.06.2022 № 07-4237 «Рекомендации по проведению в образовательных организациях с обучающимися профилактических мероприятий, направленных на формирование у них позитивного мышления, принципов Здорового образа жизни, предупреждения суицидального поведения».

Кроме этого Федеральные государственные образовательные стандарты основного общего образования также предъявляют свои требования к организации психологической деятельности в области профилактики суицидального поведения детей и подростков: обеспечение социально-

психологической адаптации учащихся; организация профилактики формирования у учащихся девиантных форм поведения, агрессии и повышенной тревожности; сохранение и укрепление психологического благополучия и психического Здоровья учащихся.

Таким образом, в современных условиях возрастает необходимость разработки и внедрения качественных и доступных для реализации, профессиональных психологических методик и программ, позволяющих с учетом возможностей каждой образовательной организации оказывать психологическую помощь, направленную на профилактику кризисных ситуаций и отклонений в психическом здоровье подростков. Необходимость решения данной проблемы обусловила актуальность разработки программы по профилактике и предотвращению суицидального поведения учащихся.

С точки зрения социально-психологического подхода профилактика суицидов является профилактикой психологических кризисов, а с учетом специфики подросткового возраста любое кризисное состояние подростка следует рассматривать как суицидоопасное. Предлагаемый подход к работе с проблемой основан также на принципе раннего выявления школьников с высокой степенью риска суицида и своевременного направления таких детей и подростков к специалистам.

Основная **цель программы** – организация работы по выявлению учащихся с суицидальными признаками и предотвращению суицидального поведения.

#### **Задачи программы:**

1. Выявить учащихся с признаками суицидального поведения (суицидальные мысли, попытки самоубийства).
2. Оказать консультационную, коррекционную и профилактическую помощь учащимся склонным к суицидальному поведению.
3. Провести соответствующую просветительскую работу среди учителей, учащихся и их родителей.

**Научно-практическая новизна** представленного опыта заключается в расширении представления о причинах, мотивах, ситуациях проявления суицидальных попыток и способах профилактики; в теоретической разработке и экспериментальной апробации технологии психолого-педагогического сопровождения и предупреждения суицидального поведения детей и подростков; в разработке конспектов бесед с учащимися, родителями и учителями способствующих повышению уровня психологической культуры в вопросах детского и подросткового суицида, а также в разработке

практических Занятий способных оказать подросткам психологическую помощь, способствовать развитию личности, укреплению и совершенствованию психологического Здоровья детей и подростков, нормализации межличностных отношений, развитию чувства

собственного достоинства и преодолению неуверенности в себе.

**Теоретическая значимость** заключается в развитии представления о проблеме суицида среди детей и подростков; в разработке и выделении этапов психолого-педагогического сопровождения и предупреждения суицидального поведения детей и подростков.

**Практическая значимость** данной программы состоит в разработке и апробации новой методики психолого-педагогического сопровождения и предупреждения суицидального поведения среди детей и подростков; углублении знаний педагогов, учащихся и их родителей о психологической помощи и поддержке детей с суицидальными намерениями, а также в разработке системы коррекционно-развивающих мероприятий способствующих формированию у учащихся устойчивой положительной самооценки и уверенного поведения.

## Содержание программы.

### **1. Основные направления деятельности школьного психолога по профилактике и предотвращению суицидального поведения детей и подростков.**

Программа работы по профилактике и предотвращению суицидального поведения детей и подростков включает в себя следующие направления деятельности.

**Психодиагностическое** — в рамках данного направления осуществляется выявление учащихся входящих в «группу риска» по проблеме суицида, т.е. учащихся с признаками суицидального поведения (суицидальные мысли, попытки самоубийства). А также углубленная диагностика детей, входящих в группу суицидального риска.

**Консультационное** — в процессе реализации данного направления школьный психолог проводит собеседование с классными руководителями и обсуждение с ними результатов скрининг диагностики каждого ребенка; индивидуальное консультирование учащихся, входящих в группу суицидального риска и их родителей (Законных представителей) учащихся, обсуждение с ними результатов диагностик. При необходимости организует консультативную, поддерживающую помощь учащимся «группы риска».

**Просветительское** – в рамках данного направления организуются беседы с учащимися, семинары для учителей, родительские собрания, проводимые психологом с целью предоставить участникам наиболее важную и значимую информацию по проблеме детского суицида.

**Профилактическое** — в рамках данного направления осуществляется разработка и распространение памяток, буклетов, рекомендаций для участников образовательных отношений по вопросам профилактики и предотвращения суицидального поведения школьников.

**Коррекционно-развивающее** — в процессе данного направления школьный психолог проводит с учащимися индивидуальные, а также групповые коррекционно-развивающие занятия с целью развития личности, укрепления и совершенствования психологического здоровья детей и

подростков, нормализацию межличностных отношений, развития чувства собственного достоинства и преодоления неуверенности в себе.

## **2. Пошаговый алгоритм действий педагога-психолога по профилактике и предупреждению суицидального поведения детей и подростков.**

### 1. Этап выявления учащихся «группы риска».

#### **ШАГ 1. Проведите скрининг диагностику.**

Скрининг диагностика проводится не реже двух раз в год: осенью и весной. Именно в этот период обостряются различные психические расстройства и поведенческие отклонения. По статистике пик суицидов приходится на апрель- май.

В проведении скрининг диагностики могут помочь классные руководители. Кто как ни классные руководители знают своих учащихся, их характер, особенности поведения и семейную ситуацию. Педагог-психолог раздает классным руководителям 1 — 11 классов «Карту суицидальных признаков» (Приложение 1), просит их ознакомиться с индикаторами суицидального риска, проанализировать каждого учащегося класса в соответствии с данными индикаторами и заполнить карту. Заполненную карту классный руководитель возвращает педагогу-психологу.

По началу, классные руководители могут воспринять заполнение «Карты суицидальных признаков» как дополнительную работу. Поэтому, необходимо объяснить им, что работать с картой очень просто. Прочитав индикаторы суицидального риска становится сразу видно, кто из учащихся класса попадает в Зону риска. Достаточно лишь поставить знак «+» напротив фамилии учащегося по соответствующим суицидальным признакам.

**Внимание!** На всех этапах психологического сопровождения детей каждый классный руководитель в максимально возможной степени должен соблюдать принцип конфиденциальности полученной информации. Необходимо попросить классных руководителей не обсуждать личные проблемы учеников между делом в учительской или за обедом в столовой.

Выявление детей с суицидальным поведением может осуществляться не только посредством скрининг диагностики. Информация о таких детях может поступать через: внешние источники (родители, ученики, педагоги, учреждения системы профилактики); мониторинг социальных сетей

школьников педагогическими работниками; личное обращение ученика к педагогическому работнику: учителю, классному руководителю, педагог-психологу и др. В таких

случаях школьный психолог сразу переходит к организации индивидуальной работы с учащимся (см. ШАГ 8).

### **ШАГ 2. Выявите учащихся «группы риска».**

После проведения скрининг диагностики психолог совместно с классным руководителем и социальным педагогом (при наличии) обсуждают каждого ребенка, попавшего в «Карту суицидальных признаков». Затем составляют список детей, входящих в группу суицидального риска. Обычно этот список не превышает 5 — 7 человек, в каких-то классах (чаще всего в начальных) детей со склонностью к суицидальному поведению может вообще не быть.

После того, как список будет составлен, необходимо разделить учащихся «групп риска» на три категории суицидального риска: 1) учащиеся с низким суицидальным риском (менее 14 баллов); 2) учащиеся со средним суицидальным риском (14–19 баллов); 3) учащиеся с высоким суицидальным риском (более 19 баллов). Далее индивидуальная работа с учащимися будет организована в соответствии с данными категориями.

**Внимание!** Обязательно убедитесь, что классный руководитель поставил подпись на Заполненной им «Карте суицидальных признаков». Поскольку, таким образом, он берет на себя ответственность за достоверность и полноту предоставленных данных.

## II. Этап профилактической и просветительской работы.

### **ШАГ 3. Подготовьте информационный стенд.**

В рамках профилактической работы педагог-психолог готовит и размещает на школьный стенд информацию для учащихся. Это могут быть памятки и рекомендации по таким темам как «Депрессия или плохое настроение? Как помочь себе в том или ином случае», «Как научиться снимать тревогу», «Селфхарм. Как помочь себе», «Тревога и стресс. Как подростку с ним справиться», «Как наладить контакт с родителями» и др. А также информация о бесплатных сайтах психологической помощи и номерах телефона доверия. Кроме этого, данная информация дублируется на странице школьного психолога официального сайта образовательной организации, а также в

официальной группе школы в социальных сетях.

Информация для стенда представлена в *П@ил>65=иш 2*.

**ШАГ 4. Организуйте семинар для педагогов.**

В рамках просветительской деятельности школьный психолог организует семинарское Занятие с учителями «Предупреждение суицида среди учащихся. Основные признаки суицидального поведения школьников». В процессе данного семинара учителя Знакомятся с типами суицидального поведения, с мотивами суицидальных попыток. Далее педагоги узнают о том, какие категории детей входят в «группу риска» по проблеме суицида, т.е. кто из учащихся наиболее подвержен и склонен к совершению суицида, а также поступки, жалобы и проявления суицидального поведения детей. В Завершении семинара педагоги Знакомятся с общими рекомендациями о том, как вести себя с учащимися, которые на их взгляд, склонны к суициду или имели в прошлом попытки к самоубийству. В конце семинара психолог раздает педагогам памятку «Признаки, что ребенок готовится совершить суицид».

В качестве Закрепления Знаний и отработки навыков педагогов выявлять и определять признаки суицидального поведения учащихся школьный психолог может провести отдельное Занятие с классными руководителями по разбору, анализу и обсуждению кейсовых ситуаций.

При необходимости, педагог-психолог также может провести семинары и Занятия для педагогов по таким темам как «Алгоритм действий педагога в образовательной организации по профилактике суицидального поведения школьников», «Выявление учащихся группы суицидального риска», «Подростковая депрессия», «Поиск и активизация внутренних ресурсов подростка» и др.

Материалы по организации просветительской и профилактической работы с педагогами представлены в *Приложение 3*.

#### **ШАГ 5. Выступите на родительском собрании.**

По согласованию с классным руководителем, Заместителем директора по ВР педагог-психолог посещает родительские собрания в классах с выявленными детьми «группы риска» для беседы с родителями на тему «Предупреждение суицида среди детей. Помощь родителей в преодолении трудностей ребенка». На родительском собрании психолог рассказывает о том какое негативное влияние оказывает неблагополучная семейная ситуация на эмоционально-личностное состояние ребенка. Родителю важно Знать о

признаках (словесных, поведенческих, ситуационных), мотивах и факторах суицидального поведения. Также психолог Знакомит участников с наиболее распространенными причинами суицида среди детей и подростков. Кроме этого, рассказывает родителям

учащихся о том, что люди имеют неправильное представление о суицидентах, поэтому часто упускают момент помощи, в которой нуждается человек. Профилактику самоубийств необходимо начинать с развенчания «мифов», объясняющих действия суицидентов. И, самое главное, о чем должен сказать психолог на родительском собрании это о том, что нужно делать взрослому и чего делать нельзя, если для его ребенка характерно суицидальное поведение. В завершении родительского собрания педагог-психолог раздает родителям памятки по профилактике суицидального поведения школьников по темам

«Аутоагрессия у подростка», «Как общаться с аутоагрессивным подростком», «Как справиться с причинением себе вреда ребенком», «Самоповреждающее поведение у подростков», «Признаки намерения совершения суицида», «Как предотвратить подростковый суицид» и др. В целях экономии времени и бумаги школьный психолог может вывесить на доске QR-код с ссылкой на памятки в электронном формате. После собрания родители, по желанию, сканируют QR-код и получают постоянный доступ к необходимой информации.

**Внимание!** В процессе проведения родительских собраний школьный психолог не должен говорить родителям о том, что в данном классе выявлены дети группы суицидального риска. А свое выступление обозначает как профилактическую беседу.

Кроме этого, в течение учебного года школьный психолог может запланировать и провести профилактические родительские собрания по таким темам как «Роль взрослых в оказании помощи подростку в кризисных ситуациях», «Детская агрессия», «Как построить гармоничные отношения родителей и детей» и др.

Материалы по организации просветительской и профилактической работы с родителями учащихся представлены в *Приложение 4*.

#### **ШАГ 6. Организуйте развивающие занятия по повышению жизнестойкости и профилактике суицидального поведения.**

В классах с выявленными детьми «группы риска» проведите в течение года занятия, направленные на профилактику суицидального поведения,

формирование жизнестойкости, подготовку к жизненным трудностям, преодоление стрессовых ситуаций и т.п. Запланируйте от 1 до 4 Занятий на один класс с учетом количества выявленных детей «группы риска» в классе, а также особенностей классного коллектива и других выявленных проблем.

В Приложении 5 представлена подборка программ и Занятий с учащимися

1-11 классов.

### **ШАГ 7. Организуйте беседы с учащимися.**

При необходимости и по согласованию с классным руководителем организуйте профилактические беседы в классах с выявленными детьми «группы риска». Проведите беседы с учащимися 7-11 классов по теме «Как помочь другу, когда все плохо?». В процессе беседы психолог рассказывает учащимся о том, что нужно Знать, для того чтобы помочь другу или Знакомому в трудной ситуации. По каким признакам ребенок может понять, что его друг собирается совершить суицид и самое главное, как ему можно помочь. Кроме этого, необходимо рассказать детям о том, к кому они могут обратиться если ситуация становится для них или их друзей непреодолимой. Рассказать о работе психолога, о том, что каждый учащийся может получить бесплатную, а самое главное конфиденциальную помощь. Также рассказать о круглосуточной работе телефона доверия, куда каждый может позвонить, если ему требуется помощь.

В Завершении беседы педагог-психолог вывешивает на доске QR-код с ссылкой на профилактические памятки для учащихся в электронном формате по темам «Как правильно говорить с другом о селфхарме», «Как помочь другу справиться с депрессией», «Как поддержать друга в период трудностей» и др.

**Внимание!** Данная беседа напрямую затрагивает тему суицида и суицидального поведения школьников. Поэтому, беседу следует проводить, делая акцент не на факте суицида, а на Знаниях и действиях, которые в будущем могут помочь учащимся спасти чью-то жизнь.

Конспект беседы, а также памятки учащимся представлены в Приложении

6.

### III. Этап индивидуальной работы.

#### **ШАГ 8. Проведите беседы с учащимися «группы риска».**

Далее психолог приглашает учащихся «группы риска» для индивидуальной беседы для подтверждения или опровержения риска суицида. В процессе беседы необходимо выяснить имеются ли у ребенка личностные и

(или) эмоциональные проблемы, наличие неблагополучного эмоционального состояния, нуждается ли он в помощи взрослых или конкретно в помощи психолога и т.п. Для этого психолог анализирует «Карту суицидальных признаков» данного ученика, задает школьнику вопросы относительно тех индикаторов суицидального риска, которые

отметил классный руководитель. Например, классный руководитель отметил, что у ребенка есть проблемы в семье. Школьный психолог выясняет как эти проблемы сказываются на эмоциональном и психологическом самочувствии подростка. В Приложение 7 представлен перечень типичных кризисных ситуаций в разных возрастных периодах. Ориентируясь на этот перечень педагогу-психологу будет легче определить в какой сфере жизнедеятельности у учащегося могут быть проблемы.

**Внимание!** Крайне **НЕ**желательно на протяжении всей работы с учащимися употреблять слово «суицид», «суицидальные мысли», «самоубийство» и т.п. Поскольку с одной стороны такие фразы могут напугать подростка, а с другой стороны, могут способствовать фиксации на суицидальной тематике. Необходимо заменять данные высказывания на такие как «кризисные состояния», «личностные проблемы», «психологические трудности» и т.п. В общении со школьниками необходимо формировать установку на доверительное и открытое взаимодействие в целях оказания им психологической помощи.

В результате бесед с учащимися «группы риска» педагог-психолог:

- обновляет списки учащихся по категориям суицидального риска (возможно, в процессе беседы выяснится, что ребенок соответствует не первой, а второй или третьей категории суицидального риска);
- определяет нуждается ли ребенок в углубленной диагностике (в случае если в процессе беседы у психолога остаются сомнения относительно психологического состояния подростка и риска суицидального поведения).

**ШАГ 9. Проинформируйте родителей учащихся «группы риска» и получите их согласие на проведение углубленной диагностики.**

Прежде чем начать работу с учащимися «группы риска» необходимо проинформировать об этом их родителей (Законных представителей) и получить письменное согласие на проведение углубленной диагностики (Приложение 8). Поэтому одна из основных задач психолога на этом этапе в доступной и понятной для ребенка и его родителей форме объяснить цель данной работы, для чего она проводится, какие методы будут применяться психологом в работе с ребенком и т.п. Но главное сделать акцент на том, что вся работа будет проводиться только на благо и в интересах ребенка с целью

помочь ему в возникших трудностях и предупредить появление новых возможных проблем.

В случае, если в углубленной диагностике нет необходимости, то психолог переходит к шагу 11. Если же родители не дают согласие на углубленную

диагностику педагог-психолог готовит на этих детей представление на ППк (см. ШАГ 12) по сведениям полученным от классного руководителя и из личной беседы с ребенком.

### ШАГ 10. Проведите углубленную диагностику.

После получения согласия школьный психолог проводит индивидуальную углубленную диагностику учащихся «группы риска» (кому это необходимо). Углубленная диагностика особенно важна в тех случаях, когда ребенок замкнут и старается не рассказывать о своих трудностях.

В процессе работы мы выделили ряд основных методик способных прямо или косвенно определить склонность подростка к суицидальному поведению (П@ил>65=и5 9). Их можно разделить на три группы: методики диагностики актуального психологического состояния; методики оценки риска суицидального поведения; методики оценки личностных особенностей.

Наименование методики, автор	Оцениваемые показатели	Класс
<b>Методики диагностики актуального психологического состояния</b>		
Тест тревожности (Р. Тэмпл, В. Амен, М. Дорки)	Уровень тревожности	1 класс
Цветовой тест (М. Люшер в модификации Л.А. Ясюковой)	- эмоциональное состояние; - психическое напряжение (ВК)	1-11 класс
Опросник САН (В.А. Доскин, Н.А. Лаврентьева, В.Б. Шарай и М.П. Мирошников)	- самочувствие; - активность; - настроение	1-11 класс
Опросник на выявление депрессии у детей и подростков (CDL) (М. Ковач)	- негативное настроение; - неэффективность в школе; - ангедония (истощаемость); - межличностные проблемы; - негативная самооценка.	1-11 класс
Методика многомерной оценки детской тревожности (МОДТ) (Е.Е. Малкова, Л.И. Вассерман)	- общая тревожность; - в отношениях со сверстниками; - с оценкой окружающих; - в отношениях с учителями; - в отношениях с родителями; - связана с успешностью обучения; - возникающая в ситуациях самовыражения; - возникающая в ситуации проверки Знаний; - снижение психической активности; - повышение вегетативной реактивности.	2-11 класс
Опросник «Шкала личностной тревожности» (А.М. Прихожан)	- школьная тревожность; - самооценочная тревожность; - межличностная тревожность; - магическая тревожность	4-10 класс

Опросник «Самооценка психических состояний личности» (Г. Айзенк)	- тревожность; - фрустрация; - агрессия; - ригидность	7-11 класс
Шкала безнадёжности (А. Бек)	Уровень безнадёжности	10-11 класс
Опросник «Одиночество» (С.Г. Корчагина)	Уровень одиночества	7-11 класс
<b>Методики оценки риска суицидального поведения</b>		
Проективный тест «Ваши суицидальные наклонности» (З. Королева)	- актуальное настроение; - саморегуляция; - суицидальные мысли; - степень чувствительности; - манипулирование суицидальными мыслями; - подсознательное;	1-11 класс
Проективный тест «Ваши мысли о смерти» (З. Королева)	- присутствие-отсутствие страха смерти; - интерес к смерти; - пессимизм-оптимизм по отношению к смерти; - отношение к смерти;	1-11 класс
Выявление суицидального риска у детей (А.А. Кучер, В.П. Костюкевич)	Аутоагрессивные тенденции и факторы, формирующие суицидальные намерения: - алкоголь, наркотики; - несчастная любовь; - противоправные действия; - деньги и проблемы с ними; - добровольный уход из жизни; - семейные неурядицы; - потеря смысла жизни; - чувство неполноценности, ущербности, уродливости; - школьные проблемы, проблема выбора жизненного пути; - отношения с окружающими;	5-11 класс
Тест «Склонность к девиантному поведению» (Леус Э.В. и др.) 5 блок (вопросы с 61 по 75)	Самоповреждающее (аутоагрессивное) поведение	7-11 класс
Личностный опросник ИСН (М.Р. Таминдарова)	- искренность; - депрессивность; - невротизация; - общительность	7-11 класс

Опросник суицидального риска (А.Г. Шмелев в модификации Т.Н. РаЗуваевой)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- демонстративность;</li> <li>- аффективность;</li> <li>- уникальность;</li> <li>- несостоятельность;</li> <li>- социальный пессимиЗм;</li> <li>- слом культурных барьеров;</li> <li>- максималиЗм;</li> <li>- временная перспектива;</li> <li>- антисуицидальный фактор</li> </ul>	8-11 класс
Опросник «Антивитальность и жиЗнестойкость» (О.А . Сагалакова, Д.В. Труевцев)	<p>ЖиЗнестойкость:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- психологическая поддержка;</li> <li>- функциональная семья;</li> <li>- удовлетворенность жиЗнью;</li> <li>- стремление к успеху;</li> <li>- саморегуляция;</li> <li>- поЗитивный обраЗ будущего.</li> </ul> <p>Антивитальность:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- антивитальные мысли и действия;</li> <li>- антивитальные переживания;</li> <li>- страх негативной оценки;</li> <li>- микросоциальный климат;</li> <li>- одиночество, недоверчивость;</li> <li>- вредные привычки;</li> <li>- тревожные руминации;</li> <li>- склонность к асоциальному поведению.</li> </ul>	8-11 класс
Тест суицидального поведения (М.В. Горская)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- уровень тревожности;</li> <li>- уровень фрустрации;</li> <li>- уровень агрессии;</li> <li>- уровень ригидности.</li> </ul>	9-11 класс
Склонность к суицидальным реакциям «СР-45» (П.И. Юнацкевич)	Склонность к суицидальным реакциям	9-11 класс
Тест-опросник «Исследование склонности к виктимному поведению» (О.О. Андронникова)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- склонность к агрессивному виктимному поведению;</li> <li>- склонность к самоповреждающему и саморазрушающему поведению;</li> <li>- склонность к гиперсоциальному поведению;</li> <li>- склонность к Зависимому и беспомощному поведению;</li> <li>- склонность к некритичному поведению;</li> <li>- реалиЗованная виктимность</li> </ul>	9-11 класс
<b>Методики диагностики личностных особенностей</b>		

Личностный опросник (Кетелл в модификации Л.А. Ясюковой)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- исполнительность;</li> <li>- волевой самоконтроль;</li> <li>- честолюбие;</li> <li>- самостоятельность, независимость;</li> <li>- прагматизм;</li> <li>- тревожность;</li> <li>- беспечность;</li> <li>- эмоциональность;</li> <li>- дипломатичность;</li> <li>- коммуникативная активность;</li> <li>- конформизм;</li> <li>- потребность в общении;</li> <li>- психологическая энергия;</li> </ul>	3-11 класс
Тест-опросник «Определение уровня самооценки» С.В. Ковалёва	Уровень самооценки	5-11 класс
Опросник акцентуации характера (Г. Шмишек)	<p>Акцентуации характера:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- демонстративный;</li> <li>- педантичный;</li> <li>- Застревающий;</li> <li>- возбудимый;</li> </ul> <p>Акцентуации темперамента:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- гипертимический;</li> <li>- дистимический;</li> <li>- тревожно-боязливый;</li> <li>- циклотимический;</li> <li>- экзальтированный;</li> <li>- эмотивный.</li> </ul>	5-11 класс
Тест на иррациональные установки (А. Эллис)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- восприятие неблагоприятных ситуаций;</li> <li>- Завышенные требования к себе;</li> <li>- Завышенные требования к другим;</li> <li>- уровень стрессоустойчивости;</li> <li>- рациональность и оценочные установки</li> </ul>	7-11 класс
Тест-опросник «Исследование волевой саморегуляции» (А.В. Зверьков, Е.В. Эйдман)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- настойчивость;</li> <li>- самообладание</li> </ul>	7-11 класс
Методика диагностики социально-психологической адаптации (К. Роджерс, Р. Даймонд)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- адаптивность,</li> <li>- дезадаптивность</li> <li>- принятие-непринятие себя</li> <li>- принятие-непринятие других</li> <li>- эмоциональный комфорт-дискомфорт</li> <li>- внутренний-внешний контроль</li> <li>- доминирование-ведомость</li> <li>- эскапизм (уход от проблем)</li> </ul>	7-11 класс

Опросник способов совладания (Р. Лазарус, С. Фолкман)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- конфронтация;</li> <li>- дистанцирование;</li> <li>- самоконтроль;</li> <li>- поиск социальной поддержки;</li> <li>- принятие ответственности;</li> <li>- бегство-избегание;</li> <li>- планирование решение проблемы;</li> <li>- положительная переоценка.</li> </ul>	8-11 класс
Методика Индекс жизненного стиля (Плутчик, Келлерман, Конте)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- вытеснение;</li> <li>- регрессия;</li> <li>- Замещение;</li> <li>- отрицание;</li> <li>- проекция;</li> <li>- компенсация;</li> <li>- гиперкомпенсация;</li> <li>- рационализация</li> </ul>	10-11 класс
Тест жизнестойкости (адаптация опросника Hardiness Survey С. Мадди Д.А. Леонтьев, Е.И. Рассказова)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- вовлеченность;</li> <li>- контроль;</li> <li>- принятие риска</li> </ul>	10-11 класс

Поскольку не существует универсальных диагностик, подходящих для всех школьников без ограничений, рекомендуем подбирать методики с учетом возраста ребенка и его индивидуальных особенностей.

После проведения углубленной диагностики педагог-психолог обрабатывает и интерпретирует результаты исследования, составляет Заключение по результатам диагностического обследования (*П@ил>65=и5 10*) на каждого ребенка.

### **ШАГ 11. Проведите консультации учащихся и их родителей по результатам диагностики.**

Затем психолог приглашает на повторную консультацию учащегося и его родителей. В некоторых случаях консультация может быть проведена без присутствия школьника.

На консультации обсуждаются результаты углубленной диагностики учащегося: наличие (отсутствие) депрессивного, тревожного, подавленного состояния у учащегося и причин его появления; наличие (отсутствие) суицидального поведения и риска его появления; выявленные особенности личности, которые привели или могут привести к суицидальному поведению.

В процессе консультации:

- необходимо оценить, насколько адекватно отнеслись родители к сообщению: не поверили, считают, что вы преувеличиваете или, напротив, выражают крайнюю озабоченность, растеряны, неспособны принять решение;

- не стоит пугать родителей, необходимо сообщать результаты в спокойной форме; равнодушным родителям важно объяснить серьезность последствий;

- не стоит принимать решение за родителей, обещать помогать им без их участия — важно продолжать диалог до тех пор, пока не станет ясно, какие конкретные шаги они планируют предпринять или уже предприняли;

- в то же время необходимо дать понять родителям, что вы (школа) не оставляете их один на один с проблемой;

- сообщение должно быть сделано корректно, без упреков родителей в допущении происходящего;

- сообщение не должно звучать как диагноз или приговор.

Кроме этого, важно объяснить родителям, что информация, содержащая

в себе предположение о суицидальном поведении школьника, является конфиденциальной. Она предоставляется родителям и тем субъектам

образовательной организации, чьи должностные обязанности направлены на работу по профилактике суицидального поведения несовершеннолетних.

Дату, тему встречи, а также все договоренности с родителями, необходимо зафиксировать письменно, чтобы иметь доказательства проведенной работы. Для этого психолог заранее готовит письменный протокол консультации (П@ил>65=и5 11), куда включает рассматриваемые вопросы, а также рекомендации родителям (п@ил>65=и5 12). Родители подписывают данный протокол. Один экземпляр педагог-психолог оставляет себе, а другой отдает родителям на руки.

**Внимание!** Если в процессе углубленной диагностики школьный психолог выявил у ребенка явную склонность к самоубийству, если выяснилось, что ребенка не редко посещают мысли о самоубийстве, и что еще более серьезнее подросток не раз обдумывал способы суицида, то такого подростка необходимо в срочном порядке направить на прием к врачу психиатру, психотерапевту. Рекомендации о направлении школьника к соответствующему специалисту также должны быть отражены в протоколе консультации.

В п@ил>65=ии 13 представлены критерии показания к госпитализации учащегося с суицидальным поведением.

С классными руководителями результаты углубленной диагностики не обсуждаются. Психолог только предоставляет им рекомендации по сопровождению учащихся с признаками суицидального поведения (П@ил>65=и5 14).

### **ШАГ 12. Подготовьтесь к ШК.**

В рамках подготовки к психолого-педагогическому консилиуму (П@ил>65=и5 15) школьный психолог готовит аналитическую информацию по выявленным детям «группы риска». В данной информационной справке необходимо указать какие суицидальные признаки выявлены у каждого ребенка «группы риска» (по «Карте суицидальных признаков», из личной беседы с учащимися, по результатам углубленной диагностики); к какой категории суицидального риска можно отнести каждого учащегося «группы риска»; информацию о том какую работу рекомендуется провести с каждым учащимся «группы риска».

### **ШАГ 13. Примите участие в ПШк.**

На психолого-педагогическом консилиуме присутствуют Заместитель директора по воспитательной работе, классные руководители, социальный педагог, медицинский работник школы (при необходимости) и педагог-психолог. В

процессе консилиума происходит обмен информацией между всеми его участниками относительно каждого ребенка «группы риска».

После Завершения обсуждения ППк принимает одно из двух следующих решений в отношении учащихся «группы риска»:

- нуждается в оказании психолого-педагогической помощи и организации индивидуального психолого-педагогического сопровождения;
- в оказании психолого-педагогической помощи не нуждается.

Если ППк принимает первое решение, то далее происходит разработка и планирование стратегии индивидуального психолого-педагогического сопровождения учащихся «группы риска» классным руководителем, социальным педагогом и педагогом-психологом.

Так, в рамках индивидуального сопровождения классный руководитель продолжает отслеживание состояния ученика «группы риска» по индикаторам суицидального поведения; обеспечивает досуговую занятость ученика, включение его в школьные мероприятия; обеспечивает положительный психологический климат в классе; создает условия для доверительного общения и эмоциональной поддержки; организует взаимодействие с родителями. Социальный педагог организует мониторинг социальной ситуации развития школьника; повышает правовую грамотность подростка и его родителей; осуществляет меры по социальной защите детей (при необходимости); организует коррекцию отклоняющегося поведения учеников, развитие навыков преодоления трудных ситуаций; обеспечивает взаимодействие с учреждениями системы профилактики. Деятельность педагога-психолога в рамках организации индивидуального сопровождения учащихся «группы риска» описана ниже.

В особо сложных случаях, для реализации индивидуального сопровождения ребенка «группы риска», могут быть подключены представители внешних организаций: психиатр, работник социальной службы, представитель органов опеки, представитель правоохранительных органов, специалисты центра психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи и др.

**Внимание!** Решение об организации индивидуального психолого-педагогического сопровождения чаще всего принимается в отношении

школьников второй и третьей категории суицидального риска. Но это не значит, что работа с детьми первой категории суицидального риска не проводится, она осуществляется в рамках развивающей и профилактической деятельности.

**ШАГ 14. Проинформируйте родителей учащихся «группы риска» о решении ППк и получите их согласие на оказание психолого-педагогической помощи учащимся группы риска.**

После проведения ППк родители учащихся «группы риска» Знакомятся с решением ППк и планом индивидуального сопровождения подростка. Далее необходимо получить от родителей письменное согласие на оказание учащемуся группы риска психолого-педагогической помощи (П@ил>65=и5 8).

В случае если родители против организации индивидуального психолого- педагогического сопровождения и оказания психолого-педагогической помощи их ребенку необходимо попробовать убедить родителей не отказываться от помощи психолога (П@ил>65=и5 16).

Если же родители высказали свой категоричный протест на оказание психолого-педагогической помощи ребенку с них необходимо Взять письменный отказ, а также письменно проинформировать о рисках неполучения ребенком своевременной психолого-педагогической помощи и об учреждениях, которые ее предоставляют (П@ил>65=и5 17).

**Внимание!** При наличии письменного отказа родителей от оказания ребенку психолого-педагогической помощи психологическое сопровождение осуществляется опосредовано: педагогом-психологом через просветительскую и профилактическую деятельность; классным руководителем через систему воспитательных мероприятий класса (индивидуальный педагогический подход на уроках, помощь в улучшении контактов в классе, в повышении статуса в классе и др.), социальным педагогом через мониторинг социальной ситуации развития школьника.

**ШАГ 15. Разработайте план (маршрут) индивидуального психолого-педагогического сопровождения учащегося «группы риска».**

После получения согласия родителей осуществляется реализация решения ППк. В целях организации индивидуального психолого-педагогического сопровождения учащегося «группы риска» и оказания ему психолого- педагогической помощи школьный психолог разрабатывает план (маршрут) индивидуального психолого-педагогического сопровождения ребенка.

План (маршрут) индивидуального сопровождения (П@ил>65=и5 18)

может включать в себя следующие пункты.

- Ф.И. ребенка

- Возраст

- Класс
- Ф.И.О. родителя
- Результаты диагностики и краткая характеристика выявленных проблем
- Категория суицидального риска
- Решение ППк
- Рекомендации ППк
- Период реализации
- Цель
- Задачи
- Направления, формы и методы работы
- План-график сопровождения
- Планируемые результаты
- Критерии достижения планируемых результатов
- Итоговая диагностика
- Результаты итоговой диагностики
- Решение по итогам сопровождения

План (маршрут) индивидуального сопровождения учащегося «группы риска» разрабатывается на основе результатов углубленной диагностики с учетом индивидуально-психологических особенностей учащегося, его семейной и жизненной ситуации, анализа факторов суицидального риска. В зависимости от выявленных проблем ребенка и его семьи педагог-психолог может включить в план сопровождения индивидуальные и семейные психологические консультации, индивидуальные занятия личностного развития, занятия по коррекции детско-родительских отношений, профилактические рекомендации участникам образовательных отношений и др.

**Внимание!** При разработке и реализации плана индивидуального сопровождения учащегося «группы риска» необходимо действовать согласованно, обеспечивая преемственность и распределение ответственности между всеми специалистами сопровождения.

**Шаг 16. Реализуйте основные направления психолого-педагогического сопровождения.**

Кризисные ситуации носят индивидуальный характер поэтому

универсальных приемов и механизмов коррекции нет. Однако, многолетний опыт работы позволил нам разработать примерную схему работы с учащимися разных категорий суицидального риска.

№	Направления работы	Категория суицидального риска
1	Организация индивидуальных консультаций учащихся	1, 2, 3
2	Предоставление рекомендаций, памяток, буклетов учащимся	1, 2, 3
3	Организация индивидуальных коррекционно-развивающих Занятий с учащимися	2, 3
4	Предоставление дополнительных Заданий учащимся для самостоятельной работы дома	3
5	Организация групповых коррекционно-развивающих Занятий с учащимися	3
6	Организация индивидуальной работы с родителями учащихся	3

**Внимание!** В рамках организации коррекционно-развивающей работы к третьей категории суицидального риска также относятся учащиеся с суицидальными попытками. Таким образом, работа с учащимися совершившими незаконченный суицид будет проводиться по направлениям работы с учащимися третьей категории суицидального риска.

1. Индивидуальные консультации учащихся «группы риска» можно разделить на профилактические (проводятся с 1 и 2 категорией детей «группы риска») и поддерживающие (проводятся с 3 категорией детей «группы риска»).

Цель профилактических консультаций – оказать учащемуся эмоциональную поддержку в период жизненных трудностей, снять эмоциональное напряжение и негативные убеждения.

Цель поддерживающих консультаций — оказание помощи школьнику в преодолении кризисного состояния. В рамках таких бесед необходимо отслеживать «сигналы», оповещающие о наличии суицидальных мыслей или тенденций; оценивать степень опасности (летальности) ситуации; постараться выявить неадаптивные психологические установки подростка, мешающие преодолению кризисной ситуации; провести поиск и укрепление личностных ресурсов; помочь в принятии решения в пользу образа действий, исключающего суицид, хотя бы на данный момент времени. В *П@ил>65=ии 19* представлены рекомендации по проведению консультаций с учащимся «группы риска» в зависимости от категории суицидального риска.

Кроме этого, рекомендуется вести протоколы данных консультаций: на учащихся второй категории по необходимости, на учащихся третьей категории

в каждом случае. Это необходимо делать для того, чтобы у психолога всегда  
был

подтвержденный факт проведенной работы со школьником. Данный протокол также подписывается школьником по окончании консультации (П@ил>65=и5 20).

## 2. Логичным Завершением индивидуальной консультации учащегося

«группы риска» является предоставление рекомендаций, а также различных информационных и профилактических памяток и буклетов учащимся. В конце индивидуальной встречи школьный психолог может предоставить учащемуся памятки по таким темам как «Как успокоиться, если начал нервничать», «Правила, чтобы принять себя», «Что такое суицидальные мысли и как помочь себе» и т.п. (П@ил>65=и5 21)

3. Индивидуальные коррекционно-развивающие Занятия направлены на преодоление выявленных эмоционально-личностных проблем учащихся. Для учащихся второй категории суицидального риска характерны состояние тревоги, депрессии, плохого настроения, Заниженная самооценка, а также несформированные социальные навыки и навыки самоконтроля своих эмоций и поведения. Таким образом, коррекционно-развивающие Занятия с учащимися второй категории суицидального риска должны включать упражнения на снятие негативных эмоций, которые копятся у учащегося; на формирование умений разбираться в своих чувствах и отношениях; на обучение социальным навыкам, навыкам общения со сверстниками и умениям преодоления стресса; на повышение самооценки подростка, развитие адекватного отношения к собственной личности, развитие эмпатии, формирование позитивного мышления.

Для учащихся третьей категории суицидального риска характерны повышенная аутоагрессия, самоповреждающее поведение, негативное самовосприятие в сочетании с неустойчивой самооценкой, что в свою очередь приводит к суицидальным мыслям и суицидальному поведению. В связи с этим работа психолога с учащимися третьей категории суицидального риска должна быть направлена в первую очередь на проработку непосредственно суицидальных мыслей и их причин, на преодоление личностного кризиса и оптимизацию психоэмоционального состояния учащегося. Во-вторую очередь на развитие положительных личностных качеств и черт, на развитие у

учащегося позитивного самоотношения, формирование адекватной самооценки, выработку навыков эмоциональной саморегуляции и самоконтроля, обучение навыкам совладающих копинг-стратегий, развитие способности к позитивному мышлению, формирование жизненных перспектив.

В *П@ил>65=ии* 22 представлена подборка упражнений для организации индивидуальных коррекционно-развивающих Занятий с учащимися второй и третьей категории суицидального риска.

4. Не смотря на систематичность коррекционно-развивающей работы, Знания и умения, полученные учащимися в процессе индивидуальных Занятий, проходят коррекцию жизнью. И часто случается так, что, вернувшись домой, оставшись один на один со своими переживаниями ребенок может снова замкнуться в себе, почувствовать апатию и беспомощность. Для повышения эффективности коррекционной работы с учащимися третьей категории суицидального риска школьный психолог организует дополнительные задания для самостоятельной работы дома. В этих целях можно использовать различные рабочие тетради и дневники самопомощи. Преимущество такого дневника в том, что он всегда под рукой. С ним можно работать в любое удобное для подростка время. Учащийся может выполнять по одному упражнению в день или посвятить этому целый день. Возвращаться к предыдущим заданиям, перечитывать их, заново переосмысляя полученный опыт. Результаты выполнения этих заданий не проверяются и не оцениваются, их не нужно показывать психологу или другим участникам (в рамках групповой работы). Однако, в случае возникновения у подростка трудностей при выполнении заданий необходимо обсудить их на следующем занятии или, при желании, поделиться своими успехами в работе с дневником. В *П@ил>65=ии* 23 представлена подборка рабочих тетрадей и дневников самопомощи учащимся для самостоятельной работы дома.

5. Групповая коррекционная работа организуется с учащимися третьей категории суицидального риска. Данные занятия необходимы в тех случаях, когда учащийся замкнулся на своих собственных проблемах и не может посмотреть на ситуацию со стороны. Групповые занятия помогут школьнику осознать, что рядом есть сверстники, которые столкнулись с подобными проблемами и которые испытывают похожие эмоции и переживания. Кроме этого групповые коррекционно-развивающие занятия будут способствовать нормализации межличностных отношений учащихся, развитию личностных качеств, чувства собственного достоинства и преодолению неуверенности в себе. В этих целях нами была разработана программа групповых практических

Занятий для детей с суицидальным поведением «Мы выбираем жизнь!»  
(П@ил>65=i5 24). Данная программа состоит из четырех тренинговых Занятий:  
тренинг личностного роста, тренинг развития эмоций, тренинг уверенности в  
себе, тренинг коммуникативных

навыков. Содержание тренингов Затрагивает наиболее проблемные сферы личности подростка с суицидальным поведением.

6. Кроме индивидуальной работы с учащимся психолог должен направить свою деятельность на улучшение психологического климата в семье ребенка, помочь родителям принять негативные чувства ребенка и развить навыки общения с ним. В первую очередь эта деятельность может осуществляться через индивидуальные и совместные с учащимися консультации родителей. В рамках данных консультаций педагог-психолог формирует общее представление родителей о проблеме подросткового суицида; информирует их о признаках суицидальной опасности и способах психологической профилактики суицидального поведения среди подростков (индивидуальная консультативная помощь, экстренная помощь по телефону доверия, работа со специализированными сайтами); информирует родителей о необходимости налаживания конструктивных межличностных отношений и урегулирования конфликтов в семье. Кроме этого, отдельной темой для консультации должно стать обсуждение внутрисемейных отношений и особенностей воспитания ребенка. Необходимо объяснить родителям, что очень важно проявлять любовь и заинтересованность в подростке, но при этом избегать гиперопеки. Родители должны поддерживать подростка, чаще разговаривать о его переживаниях, но не осуждать. В П@ил>65=ии 25 представлены рекомендации по проведению консультаций с родителями учащихся третьей категории суицидального риска.

При необходимости в целях коррекции детско-родительских взаимоотношений, формирования взаимопонимания, толерантности, положительного эмоционального настроения школьный психолог может провести тренинг детско-родительских отношений (П@ил>65=и5 26).

**Важно!** В процессе коррекционной работы необходимо постоянно оценивать психологическое и эмоциональное состояние учащихся. В сложных случаях необходимо обратиться в городской Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи (ЦППМС), где специалисты по кризисным ситуациям определяют проблему ребенка и его семьи, пропишут Задачи работы и распределяют ответственность между школой и Центром.

**Шаг 17. Оцените эффективность реализации плана (маршрута)**

**индивидуального психолого-педагогического сопровождения ребенка.**

После Завершения коррекционной работы проводится итоговая диагностика учащихся, позволяющая оценить эффективность реализации плана

(маршрута) индивидуального психолого-педагогического сопровождения ребенка. Данная диагностика проводится теми же методиками, которыми была проведена углубленная диагностика школьника, чтобы оценить динамику эмоционально-личностного развития ребенка. По результатам контрольной диагностики школьный психолог составляет справку (отчет) об итогах реализации плана (маршрута) индивидуального психолого-педагогического сопровождения ребенка в которой анализирует динамику развития учащегося, делает выводы об эффективности реализации плана (маршрута) индивидуального психолого-педагогического сопровождения ребенка. (П@ил>65=и5 27). По итогам анализа психолог готовит информацию для ППк.

### **ШАГ 18. Примите участие в ППк.**

После Завершения всех мероприятий по реализации планов индивидуального сопровождения учащихся «группы риска» вновь проводится Заседание ППк на котором принимается одно из следующих решений:

- считать план (маршрут) индивидуального психолого-педагогического сопровождения учащегося выполненным, Завершить оказание психолого-педагогической помощи;

- внести соответствующие корректировки в план (маршрут) индивидуального психолого-педагогического сопровождения учащегося, продолжить оказание психолого-педагогической помощи.

Решение о Завершении оказания психолого-педагогической помощи может приниматься на основании:

- успешного прохождения всех коррекционно-развивающих мероприятий;
- наличия наблюдаемых положительных изменений в эмоциональной и поведенческой сферах (демонстрация признаков эмоциональной стабильности, отсутствие беспричинной раздражительности, контроль собственных эмоций, способность принимать обдуманные решения, умение игнорировать мелкие неприятности, отсутствие импульсивности как в привычных, так и в кризисных ситуациях);

- стабильных благоприятных результатов диагностик;

- стабильных в течение не менее полугода объективных и субъективных признаков социальной адаптации (устойчивость интересов, ориентация на реализацию собственных замыслов в реальных социальных условиях,

благополучные взаимоотношения со сверстниками, педагогами, взрослыми и др.;

- отсутствия стрессогенной ситуации.

#### IV. Этап работы с неЗавершенным и Завершенным суицидом.

##### **ШАГ 19. Подготовьте отчет о проведенной работе.**

В случае, если учащийся совершает суицид (неЗавершенный или Завершенный), то это дело попадает на контроль органов прокуратуры. Прокуратура может Затребовать информацию о том, какая работа была проведена с учащимся и его семьей, чтобы предотвратить суицид ребенка. Школа должна отчитаться о проделанной работе. Так, в соответствии со своими компетенциями школьный психолог готовит объяснительную Записку на имя директора школы, в которой последовательно излагает все этапы работы с ребенком, проведенные мероприятия и достигнутые результаты. В *П@ил>65=ии*

28 представлен образец объяснительной Записки и рекомендации по ее написанию.

##### **ШАГ 20. Примите участие в педагогическом консилиуме.**

После проведения анализа случившегося, проводится педагогический консилиум (совещание) на котором присутствуют директор, Заместитель директора по ВР, классный руководитель, социальный педагог, педагог-психолог, а также учителя ведущие уроки в классе, в котором была совершена попытка суицида. В процессе консилиума проводится анализ маркеров суицидального поведения учащегося, определяются наиболее Значимые факторы суицидального риска школьника, прорабатываются педагогические стратегии по работе с данным подростком, а также возможные направления психолого-педагогического сопровождения с определением реальных возможностей и ресурсов в работе с конкретным ребенком и классом.

В случае с Завершенным суицидом на консилиуме также проводится анализ маркеров суицидального поведения учащегося, для того, чтобы определить, что было упущено. Определяются наиболее Значимые факторы суицидального риска ближайшего окружения суицидента, прорабатываются возможные направления психолого-педагогического сопровождения в работе с классом, а также наиболее близкими с подростком, совершившим суицид учащимися.

В *П@ил>65=ии* 29 представлены примерные конспекты бесед с педагогами по факту попытки суицида и Завершенного суицида.

**ШАГ 21. Подготовьте план психологической работы по факту суицида.**

После проверки органы прокуратуры обычно запрашивают от образовательной организации план профилактической работы по факту суицида. В этот план включается деятельность всех субъектов профилактики:  
Заместителя

директора по ВР, классного руководителя, социального педагога, педагога-психолога. Каждый специалист прописывает свою часть работы. При этом, наибольший объем работы у школьного психолога.

В Приложение 30 представлены образцы планов работы по факту попытки суицида и Завершенного суицида.

### **ШАГ 22. Организуйте индивидуальную работу с учащимся (в случае с незавершенным суицидом) и его родителями.**

Если учащийся совершил неудачную попытку суицида он направляется на лечение в психиатрическую больницу. По результатам лечения врач может рекомендовать школьнику работу с психологом. Однако, даже если подросток и его родители отказались от лечения, они могут дать согласие на оказание психолого-педагогической помощи школьником психологом. Поэтому по возвращению ребенка в школу педагог-психолог организует с этим учащимся и его родителями индивидуальную работу в соответствии с описанным выше алгоритмом действий (см. ШАГ 8 — ШАГ 18).

В Приложение 31 представлены рекомендации родителям ребенка совершившего попытку суицида.

### **ШАГ 23. Организуйте работу с классным руководителем учащегося совершившего суицид.**

В случае, если в классе произошел суицид классный руководитель может обратиться к школьному психологу за консультативной помощью. Его могут волновать вопросы: как общаться с учащимся, который совершил попытку суицида, как общаться с его родителями, как работать с классом и т.п.

В Приложение 32 представлены памятки и рекомендации, которые школьный психолог может предоставить классному руководителю в данном случае.

### **ШАГ 24. Организуйте беседу в классе, где произошел суицид.**

Профилактические беседы в классах, где произошел суицид школьный психолог проводит совместно с классным руководителем, предварительно обговорив план беседы.

Психологическая беседа в классе, где произошла попытка суицида должна быть проведена:

- сразу, в первые дни после инцидента, чтобы пресечь различные

обсуждения;

- без суицидента, но не удаляя его демонстративно из класса перед беседой с оставшимися ребятами;
- без осуждения и проговаривания причин, которые спровоцировали поступок учащегося.

Необходимо помнить о том, что суицид в классе, является острым провоцирующим фактором психического заражения и ситуация может приобрести романтический ореол и с подвигнуть других учащихся на подобный поступок. Поэтому важно провести работу с классом в первые дни произошедшего, когда эмоциональный накал особенно высок.

Если дети и их родители активно обсуждают случай, нужно дать краткую информацию о случившемся и переключить внимание класса на другие дела, дав понять, что обсуждения не корректны по отношению к однокласснику. Для травмированной психики ребенка, предпринявшего попытку, нахождение в таком коллективе может стать последней каплей для решения о повторном суициде. Чтобы минимизировать негативные психологические последствия и развитие дополнительного стресса у суицидента, необходимо поговорить со школьниками о важности быть предельно корректными в поведении и высказываниях.

При этом, самому школьнику, совершившему попытку самоубийства, важно помочь вновь адаптироваться к коллективу сверстников и особенно важно предотвратить возвращение в условия и повторении ситуации, которая спровоцировала суицид, если причиной были школьные проблемы или взаимоотношения со сверстниками.

Психологическая беседа в классе, где произошел Завершенный суицид также проводится в первые дни после случившегося. Важно разговаривать со школьниками уверенно, как со взрослыми, чтобы сформировать доверительную атмосферу. Цель беседы — минимизировать негативные последствия произошедшего события на психологическое состояние учащихся класса, предотвратить нагнетание ситуации недосказанности, снять ореол таинственности. Не стоит умалчивать о случившемся или делать вид, что ничего не произошло. Молчание авторитетного взрослого, на мнение которого ориентируются и к которому прислушивается коллектив детей, на фоне обсуждения инцидента учащимися и родителями, может нанести психотравму

впечатлительным детям. Поэтому диалог должен быть простым и прозрачным. Групповое обсуждение травматического события позволит учащимся лучше понять произошедшее, отреагировать свои чувства, повысить взаимопонимание и

доверие между друг другом, адаптироваться после случившегося, сформировать образ позитивного будущего, вернуть чувство самообладания и утраченное психологическое равновесие. Важно дать максимально возможную информацию, ответить на вопросы детей, закрыть все «пробелы», чтобы между собой и с другими школьниками уже было нечего обсуждать.

Кроме этого, задача психолога в процессе беседы выявить учащихся, которые особо остро переживают данную ситуацию, испытывают страх, подавленность, растерянность, скорбь, утрату и т.п. Необходимо замотивировать этих детей обратиться за помощью к школьному психологу, при необходимости к психиатру, психотерапевту.

В Приложение 33 представлен алгоритм действий школьного психолога и классного руководителя по работе с классом, в котором произошел случай незавершенного и завершенного суицида.

В целом работа с классом, в котором произошел суицид, должна быть направлена на формирование антисуицидальных установок, практическое обучение реагированию на жизненные трудности, правильному поведению, психологическому самосохранению в трудных жизненных ситуациях (см. Шаг 6). Поэтому рекомендуется провести в течение года несколько развивающих занятий в классе, где произошел суицид (незавершенный и завершенный) направленных на снижение эмоциональной напряженности, повышение информированности о возможных способах решения жизненных проблем, создание атмосферы доверительности, повышение ценности жизни.

В Приложение 34 представлены конспекты занятий с классом, в котором произошел суицид.

**Шаг 25. Организуйте индивидуальную работу с учащимися, остро переживающими утрату.**

После беседы с классом педагог-психолог приглашает учащихся нуждающихся в психологической помощи на индивидуальную беседу с целью уточнения степени воздействия травматического события, а также оценки наличия явной или потенциальной угрозы для жизни учащихся. Если в процессе беседы выясняется, что школьник испытывает страхи (оставаться одному, спать без света, приходить в то место, где был совершен суицид), плохое самочувствие, чувство вины, раскаяние, подавленное состояние и др., то

такой учащийся попадает в «группу риска» и с ним должна быть проведена соответствующая индивидуальная работа (см. ШАГ 9 – ШАГ 18). При этом коррекционная деятельность должна быть

направлена на проработку негативных эмоций, восстановление чувства безопасности, на освобождение от связи с умершим и формирование новых взаимоотношений, в которых он уже отсутствует.

В Приложение 35 представлены материалы для работы с учащимися, остро переживающими утрату.

**Внимание!** Как уже говорилось выше, в сложных случаях, или в ситуации, когда школьный психолог осознает свою некомпетентность в вопросах работы с травмой, утратой, горем необходимо направить учащегося к соответствующим специалистам.

**ШАГ 26. Примите участие в родительском собрании в классе, где произошел суицид.**

В целях стабилизации общего психоэмоционального состояния родителей (Законных представителей) учащихся; повышения их психолого-педагогических компетенций в вопросах распознавания рисков суицидального поведения детей, алгоритма действий, направленных на предотвращение суицидов школьный психолог организует выступление на родительском собрании в классе, где произошел суицид. Основные задачи такого выступления: информирование родителей (Законных представителей) учащихся о случившемся; проработка впечатлений, реакций, чувств; когнитивная организация переживаемого опыта посредством понимания структуры и смысла произошедших событий, реакции на них; обсуждение способов оказания помощи детям с суицидальными намерениями, при кризисных ситуациях.

В Приложение 36 представлен конспект родительского собрания в классе, где произошел суицид.

**1.3. Циклограмма деятельности педагога-психолога по реализации программы профилактики и предотвращения суицидального поведения учащихся.**

<b>№</b>	<b>Мероприятие</b>	<b>Период проведения</b>
<b>Октябрь<sup>1</sup></b>		
1	Проведение скрининг диагностики. Заполнение классными руководителями «Карты суицидальных признаков»	1-я неделя
2	Подготовка информационного стенда для учащихся	
3	Семинар для педагогов на тему: «Предупреждение суицида среди учащихся. Основные признаки суицидального поведения»	
4	Обсуждение с классными руководителями и социальным педагогом результатов скрининг диагностики каждого ребенка	2-я неделя
5	Формирование списка детей, входящих в группу суицидального риска	
6	Индивидуальные консультации с учащимися, входящими в группу суицидального риска	3-я неделя
7	Родительское собрание на тему: «Предупреждение суицида среди детей. Помощь родителей по преодолению трудностей ребенка»	
8	Индивидуальное консультирование родителей (Законных представителей) учащихся, входящих в группу суицидального риска	4-я неделя
9	Получение согласия от родителей на проведение углубленной диагностики учащихся	
10	Беседа с учащимися на тему: «Как помочь другу, если все плохо?»	
<b>Ноябрь</b>		
11	Разработка схем углубленной диагностики детей, входящих в группу суицидального риска	1-я неделя
12	Углубленная диагностика детей, входящих в группу суицидального риска	2-я неделя
13	Обработка и интерпретация результатов исследования каждого ребенка	
14	Разработка рекомендаций	
14	Индивидуальные консультации учащихся, входящих в группу суицидального риска и их родителей, по результатам углубленной диагностики	3-я неделя
15	Организация ППк	4-я неделя
17	Получение согласия от родителей на оказание психологической помощи ребенку	

18	Разработка планов (маршрутов) индивидуального психолого-педагогического сопровождения учащихся «группы риска»	
<b>Декабрь – март<sup>2</sup></b>		
19	Организация индивидуальных консультаций учащихся	В соответствии с ИПС
20	Предоставление рекомендаций учащимся	
21	Организация индивидуальных коррекционно-развивающих Занятий с учащимися	
22	Предоставление дополнительных Заданий учащимся для самостоятельной работы дома	
23	Организация групповых коррекционно-развивающих Занятий с учащимися	
24	Организация индивидуальной работы с родителями учащихся	
<b>Апрель (май)</b>		
25	Повторная диагностика учащихся, входящих в группу суицидального риска, для определения результатов коррекционной работы	1-2 неделя
26	Составление справки (отчета) об итогах реализации плана (маршрута) индивидуального психолого-педагогического сопровождения ребенка	3 неделя
27	Организация ППк, с целью оценки эффективности реализации плана (маршрута) индивидуального психолого-педагогического сопровождения учащихся группы риска	4 неделя
28	Принятие решения о Завершении или продолжении психолого-педагогического сопровождения учащегося «группы риска»	
<b>В течение года</b>		
29	Развивающие Занятия по формированию жизнестойкости и профилактике суицидального поведения в классах с выявленными детьми группы риска	По согласованию с кл. рук-ми

<sup>1</sup> Работу можно начинать с любого месяца, главное — соблюдать последовательность действий, указанных в циклограмме.

<sup>2</sup> Продолжительность коррекционно-развивающей деятельности Зависит от поставленных целей и Задач, а также выявленных проблем учащегося.

## Список литературы

1. Александровская Э.М. Психологическое сопровождение школьников. – М.: Издательский центр “Академия”, 2002 г.
2. Буянов М.И. Беседы о детской психиатрии. – М., 1992 г.
3. Вроно Е.М. Предотвращение суицида подростков.
4. Егоров А.Ю. Игумнов С.А. Расстройства поведения у подростков: клиничко- психологические аспекты. — СПб.: Речь, 2005 г.
5. Зарипова Ю. Программа психологической помощи подросткам “Поверь в себя”. — М. 2007 г.
6. Иовчук Н.М. Северный А.А. Детская социальная психиатрия для неспециалистов.
7. Малкина – Пых И.Г. Кризисы подросткового возраста. – М. 2004 г.
8. Меновщиков В. Ю. Психологическое консультирование: работа с кризисными и проблемными ситуациями. — М. 2005 г.
9. Практическая психология образования. Под ред. Дубровиной И.В. – СПб. 2004г.
10. Практикум по возрастной психологии. Под ред. Л.А. Головей, Е.Ф. Рыбалко. — СПб. 2002 г.
11. Прутченков А.С. Социально-психологический тренинг в школе. М. – Изд-во ЭКСМО Пресс, 2001 г.
12. Толстов В.Г. Профилактика и психокоррекция поведения несовершеннолетних групп риска. – Сыктывкар. 2005г.
13. Шилова Т.А. Психодиагностика и коррекция детей с отклонениями в поведении. — М. 2005 г.
14. Шнейдер Л.Б. Девиантное поведение детей и подростков. – М. 2005 г.