РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №4 ИМЕНИ ГЕРОЯ РФ В.Н. НОСОВА**

(МБОУ СОШ №4 ИМ. В.Н. НОСОВА)

**Россия, 238520, Калининградская область, г. Балтийск, ул. Гоголя, д. 20**

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ №4

им.В.Н.Носова

\_\_\_\_\_\_\_\_\_ З.О.Маматова

**Программа**

по профилактике суицида и суицидального поведения среди детей и подростков

**«Я выбираю жизнь»**

**Актуальность**

Семье и отдельной личности в период жизненных кризисов свойственно искажение субъективного образа мира, т.е., представлений и отношений к себе и к миру в целом. Суицидальные мысли и фантазии в этот момент очень распространены.

По данным отчёта Детского фонда ООН за последние годы значительно увеличилось число суицидальных попыток и завершенных самоубийств среди молодежи и даже детей. Уровень самоубийств среди российских подростков в настоящее время является одним из самых высоких в мире. Самоубийство подростков занимает третье место среди ведущих причин смертельных случаев и четвертое среди основных причин потенциальной потери жизни. Анализ материалов уголовных дел показывает, что 62% всех самоубийств несовершеннолетними совершается из-за конфликтов и неблагополучия: боязни насилия со стороны взрослых, бестактного поведения и конфликтов со стороны учителей, одноклассников, друзей, чёрствости и безразличия окружающих. В целом ряде случаев подростки решались на самоубийство из-за безразличия родителей, педагогов на их проблемы и протестовали таким образом против безразличия и жестокости взрослых. Решаются на такой шаг, как правило, замкнутые, ранимые по характеру, страдающие от одиночества и чувства собственной ненужности, потерявшие смысл жизни подростки. Также причиной суицида может быть алкоголизм и наркомания, как родителей, так и самих подростков, индивидуальные психологические особенности человека, внутриличностный конфликт и т.д.

Суицидальные действия у детей часто бывают импульсивными, ситуативными и не планируются заранее. Попытки суицида являются следствием непродуктивной (защитной) адаптации к жизни – фиксированное, негибкое построение человеком или семьей отношений с собой, своими близкими и внешним миром на основе действия механизма отчуждения: попыткам разрешить трудную жизненную ситуацию непригодными, неадекватными способами. Своевременная психологическая помощь, участие, оказанное подросткам в трудной жизненной ситуации, помогли бы избежать трагедий.

**Цель программы**: формирование у школьников позитивной адаптации к жизни как процесса сознательного построения и достижения человеком относительно устойчивых равновесий отношений между собой, другими людьми и миром в целом.

**Задачи программы:**

1. Выявление детей, нуждающихся в незамедлительной помощи и защите и оказание экстренной первой помощи, обеспечение безопасности ребенка, снятие стрессового состояния.
2. Изучение особенностей психолого-педагогического статуса каждого учащегося с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих в психическом состоянии, общении, развитии и обучении.
3. Создание системы психолого-педагогической поддержки учащихся разных возрастных групп в воспитательно-образовательном процессе школы так и в период трудной жизненной ситуации.
4. Привлечение различных государственных органов и общественных объединений для оказания помощи и защиты законных прав и интересов ребенка.
5. Привитие существующих в обществе социальных норм поведения, формирование детского милосердия, развитие ценностных отношений в социуме.
6. Формирование позитивного образа Я, уникальности и неповторимости не только собственной личности, но и других людей.

**Участники программы:**

- учащиеся школы;

- педагоги;

- родители

**Основные направления деятельности:**

1. Работа с детьми и подростками;
2. Работа с педагогами;
3. Работа с родителями.

**Принципы реализации программы:**

1. Принцип **ценности личности**, заключающийся в самоценности ребенка.
2. Принцип **уникальности личности**, состоящий в признании индивидуальности ребенка.
3. Принцип **приоритета личностного развития**, когда обучение выступает не как самоцель, а как средство развития личности каждого ребенка.
4. Принцип **ориентации на зону ближнего развития каждого ученика**.
5. Принцип **эмоционально-ценностных ориентаций** учебно-воспитательного процесса.

**Ожидаемый результат:**

Организованная таким образом работа позволит:

- осуществлять социальную и психологическую защиту детей;

- снизить количество детей с девиантным поведением и избежать суицидальных попыток;

- позволит организовать работу по оптимизации взаимоотношений в детско-родительской среде.

**Достоинства настоящей программы:**

* В имеющихся возможностях для психологического раскрепощения школьников, для формирования навыков и приемов, способствующих самовыражению каждого ученика;
* В имеющихся возможностях для оказания помощи классному руководителю, учителю-предметнику строить учебно-воспитательную работу в системе, с учетом психологических и возрастных особенностей учащихся;
* В создании условий для своевременной корректировки выявленных психологических проблем и совершенствования и оптимизации учебно-воспитательного процесса.

Наибольший эффект **программа** может иметь, реализованная как **целостная система совместной деятельности педагогов, психолога, администрации школы и родителей, направленная на активное приспособление ребенка к социальной среде, включающее в себя как успешное функционирование, так и перспективное психологическое здоровье.**

**Реализация программы:**

**Система программных мероприятий**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Содержание работы** | **сроки** | **ответственный** |
| **1** | Выявление и реабилитация несовершеннолетних и их семей, оказавшихся в сложной жизненной ситуации | В течение года | Администрация,  Уполномоченный по правам ребенка  Педагог-психолог |
| 2 | Составление базы данных по социально-неблагополучным семьям | сентябрь | Уполномоченный по правам ребенка |
| 3 | Проведение индивидуальных профилактических бесед с детьми из семей социального риска | В течение года | Уполномоченный по правам ребенка, классные руководители, педагог-психолог |
| 4 | Незамедлительное сообщение в администрацию школы ПДН, КДН, отдел опеки и попечительства о фактах насилия над ребенком со стороны родителей или других взрослых лиц. | В течение года | Классные руководители, Уполномоченный по правам ребенка, педагог-психолог |
| 5 | Регулирование взаимоотношений и конфликтных ситуаций среди школьников. Пресечение всех случаев неуставных (школьных) отношений с привлечением при необходимости работников ПДН | По необходимости | Классные руководители, Уполномоченный по правам ребенка, педагог-психолог |
| **Работа с учащимися** | | | |
| 6 | Проведение классных часов (приложение №1 к программе) | В течение года | Классные руководители |
| 7 | Проведение тренинговых занятий по психолого-педагогической поддержке обучающихся к выпускным экзаменам (9, 11 классы) | Март - апрель | Классные руководители, педагог-психолог |
| 8 | Организация работы в период школьных каникул по оздоровлению и занятости детей и подростков, находящихся в социально-опасном положении | Во время каникул | Классные руководители |
| 9 | Вовлечение детей и подростков, находящихся в социально-опасном положении, в кружки, секции, клубы по интересам | Октябрь | Классные руководители |
| **Работа с педагогами** | | | |
| 10 | Семинар «Профилактика суицидального поведения подростков» | Октябрь | Руководитель МО классных руководителей, педагог-психолог |
| 11 | Семинар классных руководителей «Психологический климат в классе» | Февраль | Зам. директора по УВР, педагог-психолог |
| 12 | Заседание ШМО классных руководителей  Круглый стол «Профилактика конфликтных ситуаций и работа с ними» | Апрель | Руководитель ШМО классных руководителей, педагог-психолог |
| 13 | Конкурс на лучшие методические разработки по организации профилактики суицидального поведения детей и подростков. | Май | Зам. директора по УВР |
|  | **Работа с родителями** | | |
| 14 | Классные родительские собрания по профилактике суицида среди подростков (приложение №1 к программе) | В течение года | Классные руководители, педагог-психолог |
| 15 | Круглый стол «Позитивное и негативное в поведении ребенка: как к этому относиться» (родители 8-11 классов) | Февраль | Зам. директора по УВР, классные руководители |
| 16 | Родительский лекторий:   * Что такое суицид и как с ним бороться. * Особенности детско-родительских отношений как фактор психологического дискомфорта | Сентябрь  Март | Зам. директора по ВР, классные руководители, педагог-психолог |
|  | **Диагностика** | | |
|  | **Учащиеся** | | |
| 17 | * Исследование социального статуса (1 – 11 классы) * Исследование уровня адаптации (1,5 классы) * Склонность к отклоняющемуся поведению   (дети «группы риска») | 1 раз в год  октябрь  2 раза в год (октябрь, апрель) | Классные руководители, педагог-психолог |

**Приложение №1 к программе**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Содержание работы/участники** | **Сроки** | **Ответственные** |
| **Просвещение и профилактика суицидального поведения среди несовершеннолетних** | | | |
| 1 | Выявление и реабилитация несовершеннолетних и их семей, оказавшихся в сложной жизненной ситуации | в течение года | Педагог-психолог |
| 2 | Составление базы данных по социально неблагополучным семьям | сентябрь | Педагог-психолог |
| 3 | Проведение индивидуальных профилактических мероприятий с семьями социального риска | в течение года | Педагог-психолог |
| 4 | Организация оздоровления и отдыха во внеурочное время детей из неблагополучных и малообеспеченных семей (оздоровительный лагерь при школе) | каникулярное время | Педагог-психолог |
| 5 | Организация работы по профилактике профессионального выгорания | в течение года | Педагог-психолог |
| 6 | Организация волонтерского движения по оказанию помощи детям, склонным к суицидальным действиям | в течение года | Педагог-психолог |
| 7 | Цикл психологических классных часов: |  |  |
|  | 1. «В поисках хорошего настроения» (1 класс) | октябрь | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 1. «Как здорово жить!»(1 класс) | декабрь | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 1. «Жизнь как чудо» (1 класс) | январь | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 1. «Учимся снимать усталость» (1 класс) | май | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 1. «Мы выбираем жизнь» (2 класс) | октябрь | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 1. «Как преодолевать тревогу» (2 класс) | декабрь | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 1. «В поисках хорошего настроения» (2 класс) | январь | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 1. «Семья в моей жизни» (2 класс) | май | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 1. «Учимся снимать усталость» (3 класс) | октябрь | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 1. Я + он + они = мы (3 класс) | декабрь | Педагог-психолог, классный руководитель, волонтёры |
|  | 1. «Красота спасет мир» (3 класс) | январь | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 1. «Здоровье-богатство на все времена» (3 класс.) | май | Педагог-психолог, классный руководитель, волонтёры |
|  | 1. «Как прекрасен этот мир!» (4 класс) | октябрь | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 1. «В поисках хорошего настроения» (4 класс) | декабрь | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 1. «Дружба начинается с улыбки»» (4 класс) | январь | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 1. «Жить в мире с собой и другими» (4 класс) | май | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 1. «Жизнь прекрасна» (5 класс) | октябрь | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 1. «Познай себя» (5 класс) | декабрь | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 1. «Как преодолевать тревогу» (5 класс) | январь | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 1. «Мир моих увлечений» (5 класс) | май | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 1. «Ты не один!» (6 класс) | октябрь | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 1. «Мы против жестокости» (6 класс) | декабрь | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 1. «Моя семья – мое богатство» (6 класс) | январь | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 1. «У меня такой характер» (6 класс) | май | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 1. «Как преодолевать тревогу» (7 класс) | октябрь | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 1. «Способы решения конфликтов с родителями» (7 класс) | декабрь | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 1. «Жизнь дается человеку один раз…» (7 класс) | январь | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 1. «Как принять помощь, поддержку другого?» (7 класс) | май | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 1. «Жить в радость» (8 класс) | октябрь | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 1. «Жизнь ради жизни» (8 класс) | декабрь | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 1. «Мы счастливые, креативные» (8 класс) | январь | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 1. « Настроение на «отлично» (8 класс) | май | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 1. «Сделай свой выбор» (9 класс) | октябрь | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 1. «Нужна ли нам несчастная любовь» (9 класс) | декабрь | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 1. «Как сдать экзамен без стресса» (9 класс) | январь | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 1. «Поговорим о смысле жизни» (9 класс) | май | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 1. «Безмолвие души» (10-11 классы) | октябрь | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 1. «Жизнь как высочайшая ценность» (10-11 классы) | декабрь | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 1. «Способы саморегуляции эмоционального состояния» (10-11 классы) | январь | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 1. «Я – человек!» (10-11 классы) | май | Педагог-психолог, классный руководитель |
| 8 | Правовые классные часы |  |  |
|  | 1. Право имею (1-2 классы) | сентябрь | Классный руководитель |
|  | 2.Я выбираю жизнь (3 класс) | октябрь | Классный руководитель |
|  | 3.Мы тоже имеем право (4 класс) | ноябрь | Классный руководитель |
| 9 | Психолого-педагогическая поддержка учащихся к ОГЭ (9 класс), ЕГЭ (11 класс). Составление памяток | март  апрель | Педагог-психолог, классный руководитель |
| 10 | Притча о смысле жизни (5 класс) | октябрь | Педагог-психолог |
| 11 | Преступление и наказание (6 класс) | ноябрь | Педагог-психолог |
| 12 | «Долой сквернословие» (7 класс) | февраль | Классный руководитель |
| 13 | «Закон обо мне – я о законе» (9 класс) | сентябрь | Педагог-психолог, классные руководители |
| 14 | Работа по выявлению дезадаптивных детей (5 кл.) | октябрь - ноябрь | Педагог-психолог, классный руководитель |
| 15 | Игра «Имею право» (9-11 кл) | декабрь | Педагог-психолог |
| 16 | Организация работы группы для подростков «Поверь в себя» (8 кл) | январь | Педагог-психолог |
| **Работа с педколлективом ОУ** | | | |
| 1 | Выступление на МО классных руководителей «Как избежать школьных конфликтов. Методика работы с детьми девиантного поведения» | октябрь | завуч по ВР, Педагог-психолог |
| 2 | Семинар «Что такое суицид и как с ним бороться?» | ноябрь | Педагог-психолог |
| 3 | Памятка для педагогов «Оказание первичной психологической помощи в беседе с подросками» | декабрь | завуч по ВР, Педагог-психолог |
| 4 | Выступление на МО классных руководителей «Психологический климат в классе» | февраль | завуч по ВР, Педагог-психолог |
| 5 | Выступление на МО классных руководителей «Профилактика конфликтных ситуаций и работа с ними» | март | завуч по ВР, педагог-психолог |
| 6 | Семинар-практикум: «Методы разрешения педагогических конфликтов» | по запросу | Педагог-психолог |
| 7 | Консультация для педагогов «Признаки готовящегося самоубийства» | сентябрь | Педагог-психолог |
| **Психопросвещение родителей** | | | |
| 1 | Темы родительских собраний | по плану | Педагог-психолог,  завуч по ВР, классные руководители |
|  | 1. «Как прекрасен этот мир…» (1 класс) | 1 четверть | Педагог-психолог,  завуч по ВР, классные руководители |
|  | 2. «В каждой бочке дёгтя всегда можно найти ложку мёда» (2 класс) | 1 четверть | Педагог-психолог,  завуч по ВР, классные руководители |
|  | 3. «Обеспечение информационной безопасности детей и подростков, в **том** числе с целью профилактики суицидов. Игра «Киты». Что нужно знать всем родителям?»  (3 класс) | 1 четверть | Педагог-психолог,  завуч по ВР, классные руководители |
|  | 4. «Мы с тобой рядом» (4 класс) | 1 четверть | Педагог-психолог,  завуч по ВР, классные руководители |
|  | 5. «Семейный разговор» (5 класс) | 2 четверть | Педагог-психолог,  завуч по ВР, классные руководители |
|  | 6. «Суицид — геройство или слабость" (6 класс) | 2 четверть | Педагог-психолог,  завуч по ВР, классные руководители |
|  | 7. «Профилактика суицидального поведения детей и подростков» (7 класс) | 3 четверть | Педагог-психолог,  завуч по ВР, классные руководители |
|  | 8.  «Профилактика суицида и рискованного поведения среди подростков» (8 класс) | 3 четверть | Педагог-психолог,  завуч по ВР, классные руководители |
|  | 9. «Школа, семья и психическое здоровье старшеклассников» (9 класс) | 4 четверть | Педагог-психолог,  завуч по ВР, классные руководители |
|  | 10. «Чем и как увлекаются подростки. Обеспечение безопасности в интернет-пространстве»  (10-11 классы) | 4 четверть | Педагог-психолог,  завуч по ВР, классные руководители |
| **Диагностика** | | | |
| Учащиеся | | | |
| 1 | Исследование социального статуса | ежегодно | кл. руководитель, педагог-психолог |
| 2 | Исследование уровня адаптации | по плану | педагог-психолог |
| 3 | Исследование уровня тревожности | по плану | педагог-психолог |
| 6 | Оценка способов реагирования на конфликтные ситуации | по запросу | педагог-психолог |
| 7 | Опросник Г.Айзенка «Самооценка психических состояний личности» (8-11 классы) | ноябрь | педагог-психолог |
| 8 | Рисуночный тест «Ваши суицидальные наклонности» (5-11 классы) | октябрь | педагог-психолог |
| 9 | Методика самооценки эмоциональных состояний (8-11 классы) | декабрь | педагог-психолог |
| 12 | Методика определения степени риска совершения суицида (9-11 классы) | декабрь | педагог-психолог |
| 13 | Заполнение таблицы факторов риска развития кризисных состояний и наличия суицидальных знаков у обучающихся | январь | педагог-психолог |
| Родители | | | |
| 1 | Опросник для родителей – диагностика нарушений во взаимоотношениях подростка с родителями и их причин | по запросу | педагог-психолог |
| 2 | Опросник родительского отношения (А.Варга, В.Столин) | по запросу | педагог-психолог |
| **Коррекционные мероприятия** | | | |
| 1 | Игры на сплочение детского коллектива (5-6 классы) | октябрь | педагог-психолог |
| 2 | Занятие «Барьеры непонимания» 8 класс | ноябрь | педагог-психолог |
| 3 | Занятие по повышению самооценки «Нарисуй подарок самому себе» 7 класс | декабрь | педагог-психолог |
| 4 | Тренинг уверенности (для старшеклассников) | февраль | педагог-психолог |
| 5 | Тренинг «Манипуляция: игры, в которые играют все» (для старшеклассников) | март | педагог-психолог |
| 6 | Цикл занятий для подростков «Я сам строю свою жизнь» | апрель | педагог-психолог |