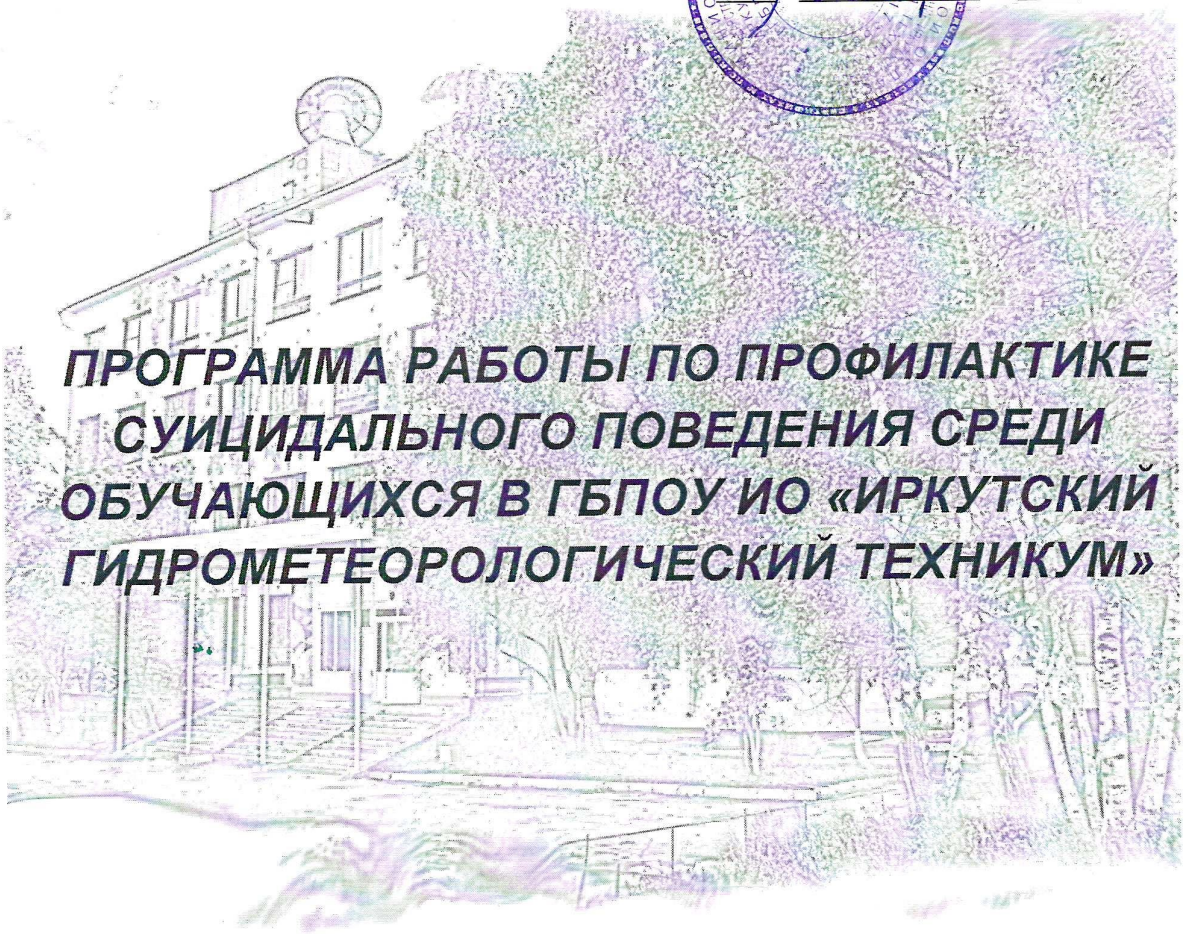
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ
ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ
Государственное бюджетное
профессиональное образовательное учреждение
Иркутской области
«ИРКУТСКИЙ ГИДРОМЕТЕОРОЛОГИЧЕСКИЙ ТЕХНИКУМ»

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ГБПОУ ИГМТ
_____ Л.Б. Быстрова
«01» сентября 2021 г



ПРОГРАММА РАБОТЫ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ СРЕДИ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ГБПОУ ИО «ИРКУТСКИЙ ГИДРОМЕТЕОРОЛОГИЧЕСКИЙ ТЕХНИКУМ»

Иркутск, 2021

Цель профилактики суицида:

Выделить группы суицидального риска и сопровождать обучающихся группы риска, с целью предупреждения и устранения случаев суицида.

Задачи:

1) оптимизировать психологическое здоровье обучающихся, а также оптимизировать психологический и моральный климат коллектива.
2) диагностировать студенческий коллектив с целью уточнения особенностей социально-психологического климата в группах;
3) провести тренинги сплочения и коммуникативной компетентности в студенческом коллективе;
4) провести мероприятия для оптимизации психологического климата (акции, большие психологические игры, конкурсы и пр.)

Благодаря своевременной профилактической работе в данном направлении в ГБПОУ ИО «Иркутском гидрометеорологическом техникуме» ситуация благополучна. Однако, для более эффективной работы с обучающимися, имеющими суицидальные наклонности, был разработан план мероприятий по профилактике суицидов для своевременного реагирования на сигналы о проблемах в данной области.

Суицид - **Самоуби́йство** (от лат. *sui caedere* — убивать себя) — преднамеренное лишение себя жизни, как правило, самостоятельное и добровольное.

Психологической адаптации будет содействовать наличие благоприятного психологического климата в техникуме, психологическое здоровье студентов и других субъектов образовательного процесса, учет индивидуальных особенностей студентов и преподавателей в процессе организации деятельности, возможностей личностной реализации и др.

Адаптация — это состояние динамического соответствия, равновесия между живой системой (человеком) и внешней средой. В норме все субъекты учебно-воспитательного процесса должны адаптироваться к условиям техникума, причем на трех уровнях: физическом, психическом и социальном.

Для эффективной ***социальной*** адаптации важным является наличие сплоченного студенческого коллектива, общие для техникума правила и нормы, традиции и ценности.

Мероприятия в рамках общей профилактики будут работать на поддержку адаптации, автоматически формируя (усиливая уже имеющиеся) антисуицидальные барьеры.

Задачи социально-психологической службы на этапе общей профилактики суицида.

1. Изучить особенности социально-психологического статуса и адаптации обучающихся с целью своевременной профилактики и эффективного решения возникших трудностей (что уже входит в план мероприятий педагога-психолога).
2. Участвовать в создании системы психолого-педагогической поддержки обучающихся разных возрастных групп (система волонтеров, медиаторов по разрешению конфликтов, педагогическая поддержка, психологическое консультирование и др.).
3. Участвовать в разработке и проведении общетехникумовских и групповых мероприятий, целью которых будет содействие формированию позитивного образа Я,

уникальной и неповторимой личности, коммуникативной компетентности, ценностного отношения к жизни и др.

Меры профилактики и предупреждения суицида

Уровни	Название	Цель	Контингент, адресат воздействия	Мероприятия
1 уровень	Первичная профилактика	1. Выделение групп суицидального риска 2. Сопровождение детей и подростков группы риска с целью предупреждения самоубийств: терапия кризисных состояний, формирование адаптивных копинг-стратегий, способствующих позитивному принятию себя подростками и позволяющих эффективно преодолевать критические ситуации существования	обучающиеся группы риска	1. Диагностика суицидального поведения 2. Индивидуальные и групповые занятия по обучению проблем разрешающего поведения, поиска социальной поддержки, ее восприятия и оказания, повышению самооценки, развитию адекватного отношения к собственной личности, эмпатии.
		Повышение осведомленности персонала и учащихся о признаках возможного суицида, факторах риска и путях действия в этой ситуации	Участники образовательного процесса	1. Часы общения, круглые столы, стендовая информация 2. Разработка плана действий в случае самоубийства/попытки, в котором должны быть процедуры действия при выявлении обучающегося группы риска, действия при угрозе самоубийства и после самоубийства
2 уровень	Вторичная профилактика	Предотвращение самоубийства	Обучающиеся, угрожающие кончить жизнь самоубийством	Оценка риска самоубийства: крайняя (подросток имеет средство совершения самоубийства, выработан четкий план), серьезная (есть план, но нет орудия осуществления) и умеренная (вербализация намерения, но нет плана и орудий). Оповещение соответствующего учреждения психического здоровья (психиатрическая клиника?), запрос помощи. Оповещение родителей. Разбор случая с персоналом, который был включен в работу, так чтобы он мог выразить свои чувства, переживания, внести предложения относительно стратегий и плана работы.
3	Третичная	Снижение последствий и уменьшение вероятности	Очевидцы и свидетели	Оповещение, возможность проконсультироваться

уровень	профилактика	дальнейших случаев	происшествия	с психологом, внимание к эмоциональному климату в коллективе и его изменению
		Социальная и психологическая реабилитация	Суициденты, оставшиеся в живых	Глубинная психотерапевтическая коррекция, обеспечивающая профилактику образования конфликтно-стрессовых переживаний в дальнейшем.

Задачи педагогического коллектива в профилактике суицида:

Социальный педагог: проведение социальной диагностики возможных причин девиантного поведения (в том числе изучение ближайшего окружения, ситуации в семье и техникуме/общежитии).

Педагог-психолог: проведение психологической диагностики возможных причин девиантного поведения (в том числе изучение ситуации в семье и техникуме/общежитии); проведение психологической диагностики индивидуально-психологических особенностей и личностных характеристик обучающихся.

Кураторы: выявление обучпющихся с девиантным поведением; проведение первичной диагностики возможных причин девиантного поведения (в том числе изучение ситуации в семье и техникуме/общежитии).

Взаимодействие кураторов, психолога и социального педагога обеспечивает эффективность работы по выявлению и сопровождению обучающихся группы социального риска, то есть обучающихся, которые находятся в неблагоприятных социальных условиях и испытывают на себе воздействие негативных социальных факторов развития.

Диагностика личностных особенностей: изучение индивидуально-психологических особенностей, выявление проявлений депрессивного состояния, выявление тревожности, страхов, типа агрессии, определение уровня самооценки, установление фактов применения социально неодобряемых способов поведения.

Диагностика ситуации в коллективе: выявление определение характера отношений ребёнка с педагогами, одногрупниками. Диагностика ситуации в семье: выявление характера отношений обучающегося с братьями, сёстрами (если они есть), оценка условий для самовыражения, определение модели семейного воспитания. Таким образом, диагностический этап завершается созданием перечня проблем и резервов, с которыми специалисты будут работать на этапе коррекции.

Неприятности в ОУ: проведение мероприятий, способствующих более мягкой и быстрой адаптации новым условиям обучения; изучение индивидуальных способностей обучающихся, формирование учебных навыков, воли и настойчивости в преодоление ее трудностей; недопущение необоснованных физических и морально-психологических перегрузок обучающихся; проведение психопрофилактических мероприятий (тренинги,

изучение психофизиологических особенностей, изучение документов опросы, тестирование, обмен информацией между педагогами, психологами, руководителями ОУ).

Неблагополучный морально-психологический климат в учебном коллективе, конфликты между студентами: наблюдение за поведением обучающихся в урочное и внеурочное время; изучение социально-психологических процессов в учебных коллективах; поддержание в учебных коллективах атмосферы дружбы, товарищества, взаимопомощи, уважение личного достоинства каждого студента, предупреждение конфликтов, профилактика буллинга; своевременное реагирование на запросы обучающихся (своевременное реагирование на жалобы обучающихся; анализ взаимоотношений студентов; индивидуальные беседы и социометрические опросы)

Скучный заорганизованный досуг, несоответствующий интересам и личным потребностям обучающихся: создание условий для проявления творческих способностей студентов; вовлечение в самодеятельное творчество (художественная самодеятельность, творческие студии, кружки, клубы по интересам; тематические вечера; посещение музеев, выставок и т.п.; соревнования).

Социальные факторы:

- неблагополучие в семье (проживание с родственниками с асоциальными формами поведения, наличие в семье психически больных);
- отсутствие одного из родителей, дети-сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей;
- физическое насилие или жестокое обращение в семье;
- воспитание в семье, где были суицидальные угрозы и случаи самоубийств;
- тяжелое материальное положение семьи;
- завышенные требования к себе и окружающим;
- увлечение молодежными субкультурами.

Психологические факторы:

- индивидуальные и возрастные особенности подростка (повышенная впечатлительность, раздражительность, чувство собственной неполноценности, заниженная самооценка);
- активное употребление алкоголя и наркотических средств;
- состояние эмоциональной дизадаптации.

Поведенческие факторы:

- открытые высказывания желаний покончить с собой (в письмах родственникам и знакомым, друзьям, одноклассникам);
- косвенные намеки на возможность суицидальных действий;
- активная подготовка и поиск средств покончить с собой;
- частые разговоры о смерти, о загробной жизни;
- сужение круга контакта, стремление к уединению, отсутствие интереса к окружающим;
- изменение стереотипа поведения;
- внезапное проявление несвойственных ранее подростку черт аккуратности, откровенности, щедрости.

Ситуационные факторы:

- конфликты и конфликтные ситуации с близкими и родными;
- неразделенная любовь;

- внезапное прекращение отношений;
- отвержение сверстниками, травля (в том числе в социальных сетях);
- тяжелая жизненная ситуация (потеря близкого человека, тяжелое неизлечимое заболевание);
- ложное благополучие семьи (занятость родителей, отсутствие общих семейных интересов, дефицит внимания со стороны родителей);
- нестабильная семейная ситуация (развод, конфликты родителей, низкий материальный уровень семьи).

Первичная профилактика суицида.

Первичная профилактика суицида осуществляется в отношении обучающихся группы риска, имеющих фактор суицидального риска.

В первую очередь необходимо провести комплекс мероприятий, содействующих *повышению компетентности педагогов и родителей* в области распознавания маркеров суицидального риска, а также *оказать поддержку обучающимся, оказавшимся в трудной жизненной ситуации.*

В рамках повышения компетентности педагогов и законных представителей разработать для них памятки, в которых будет содержаться информация, как распознать острое кризисное состояние у обучающегося и что делать, если он высказывает суицидальные намерения. Для этой же аудитории пригласить медиков с лекцией по проблематике депрессии и суицидального риска. По вопросам проблемных взаимоотношений организовать консультативную психологическую помощь.

Для группы риска необходимо провести *более подробное диагностическое обследование,* т.к. это является частью психологопедагогического сопровождения. Методики:

1. Патохарактерологический опросник (Личко).
2. Тест фрустрационной толерантности (Розенцвейга).
3. Опросник суицидального риска (ОСР).
4. Опросник социально-психологической адаптации (Роджерса–Даймонда).
5. Шкала самооценки уровня тревожности (Спилбергера–Ханина).
6. Опросник агрессивности (Баса–Дарки).

Для обучающихся с выраженным комплексом суицидальных факторов дополнительно можно предложить проективный тест Сильвера «Нарисуй историю», метод незаконченных предложений (Подмазина С.И.), которые покажут область эмоционального напряжения и актуальность намерения.

Задачи педагога-психолога на этапе первичной профилактики суицида.

1. На основании анализа наблюдений, текущей диагностики, уточнений педагогов, запросов законных представителей выделить обучающихся группы риска, в том числе имеющих комплекс суицидальных факторов .
2. Провести дополнительную диагностику, позволяющую оценить патохарактерологические особенности, уровень тревожности и агрессивности, степень дезадаптации, степень риска по суициду.
3. Провести анализ диагностических данных с выходом на рекомендации.
4. Разработать памятки для законных представителей и педагогов (как распознать острое кризисное состояние у обучающегося и что с этим делать).

5. Организовать встречу педагогов и законных представителей с представителями духовенства, культуры и искусства, психологами, врачами, юристами по формированию жизненных установок и ценностного отношения к жизни.

Вторичная профилактика суицида.

Вторичная профилактика *осуществляется* с группой обучающихся, находящихся в трудной жизненной ситуации и высказывающих суицидальные намерения. То есть работать с теми, кто или косвенно (через записки, дневниковые записи, словесные ключи), или прямо говорит о желании самоубийства. Основная задача — предотвращение суицида.

Методики:

- Опросник суицидального риска (ОСР),
- Карта риска суицидальности,
- Шкала оценки риска суицида (Патерсона),
- Шкала безнадежности (Бека).

В рамках каждой из степеней риска существуют определенные ***стратегии и действия.***

Первоочередные (начальные) задачи педагога-психолога при незначительном риске суицида.

1. Предложить обучающемуся эмоциональную поддержку.
2. Проработать суицидальные чувства.
3. Сфокусировать внимание на сильных сторонах обучающегося.
4. Направить к психотерапевту (психиатру).
5. Постараться встретиться через определенное время и наладить постоянный контакт.

Задачи педагога-психолога при наличии риска средней степени.

1. Предложить обучающемуся эмоциональную поддержку.
2. Проработать суицидальные чувства.
3. Укрепить желание жить (через амбивалентные чувства).
4. Обсудить альтернативы самоубийства.
5. Заключить контракт.
6. Направить к психотерапевту (психиатру) как можно скорее.
7. Связаться с семьей, друзьями.

Задачи педагога-психолога при наличии высокого риска суицида.

1. Постоянно оставаться с подростком, не оставляя его ни на минуту.
2. При необходимости удалить орудия самоубийства.
3. Немедленно связаться с психиатром или опытным врачом, вызвать «скорую помощь» и организовать госпитализацию.
4. Информировать семью.

Для педагогов организовать индивидуальные и групповые консультации, целью которых будет разработка стратегии взаимодействия с группой риска на период преодоления кризисной ситуации. Для законных представителей — индивидуальные консультации.

Третичная профилактика суицида.

Третичная профилактика предполагает мероприятия, снижающие последствия и уменьшающие вероятность суицида, социальную и психологическую реабилитацию суицидента и его социального окружения.

Правила работы с обучающимися, друг или подруга которых совершили самоубийство (Э. Гроллман).

С л е д у е т:

- ✓ ***Избегать сказок и полуправды***. Необходимо в доступной форме предоставить обучающимся простые и ясные сведения о суициде с учетом их возраста и уровня развития. Очень важно, чтобы друзья самоубийцы услышали об обстоятельствах смерти от педагогов, а не от приятелей, соседей или из прессы.
- ✓ ***Говорить об умершем, давая высказаться ему самому*** и вспоминая не только о произошедшей трагедии, но и о счастливых временах и моментах, проведенных с ушедшим. Однако обсуждение интимных причин и поводов суицида следует проводить избирательно.
- ✓ ***Давать возможность показать горе, выплеснуть эмоции***. *О*братить особое внимание на возникающее у подростков ощущение вины, уверяя их в непричастности к самоубийству и в том, что они сделали все возможное для его предотвращения.
- ✓ ***Преодолевать фаталистические настроения,*** обсуждая конструктивные пути преодоления возможных конфликтов. Убедить, что суицид является недостойным способом выхода из затруднительного положения.
- ✓ ***Помочь принять решение вновь начать жизнь***. Продолжать работу с друзьями суицидента на протяжении всего срока, пока они нуждаются в помощи, поддерживая в них надежду на облегчение в будущем.

Задачи педагога-психолога на этапе третичной профилактики суицида.

1. Определить тип постсуицидального состояния у обучающегося.
2. На основании результата разработать шаги социально-психологического сопровождения (в том числе необходимость обращения к врачам).
3. Провести индивидуальную коррекционную работу с обучающимся.
4. Организовать группу работы и включить в нее обучающегося с целью восстановления навыков адаптации (это может быть коммуникативный тренинг или тренинг фрустрационной толерантности).
5. Организовать консультации для включенных в случай педагогов, законных представителей.
6. Провести мониторинг состояния суицидента (метод наблюдения, метод интервью, метод опроса).

Ежегодный план мероприятий по профилактике и предупреждению суицида

№	Наименование мероприятия	Сроки проведения	Ответственные
1	Организация работы по профилактике суицидов: подготовка планов работ, обновление информационных стендов по актуализации данной проблематики	до 15.09	Зам.директора по ВР

2	Организация работы по выявлению и учету обучающихся с высоким уровнем тревожности и депрессии для проведения индивидуальной работы	до 15.10	Педагог-психолог
3	Выявление и урегулирование конфликтных ситуаций в техникуме и общежитии	В течение года	Зам.директора по ВР Воспитатель Кураторы Педагог-психолог Социальный педагог
4	Организация совместной работы с ГБУ "Центр психолого- педагогической, медицинской и социальной помощи, профилактики, реабилитации и коррекции"	В течение года	Зам.директора по ВР Педагог-психолог
5	Организация системной работы Совета по профилактике, наркопоста, Службы постинтернатного сопровождения	В течение года	Зам.директора по ВР
Профилактическая работа с обучающимися			
6	Индивидуальные консультации психолога и работа социального педагога с обучающимися с высоким уровнем тревожности и депрессии	В течение года	Педагог-психолог Социальный педагог
7	Организация часов общения по формированию жизненных установок и ценностного отношения к жизни	По плану ВР	Зам.директора по ВР Кураторы
8	Проведение цикла адаптационных занятий с целью сплочения коллектива и формирования благоприятной атмосферы для групп нового набора	Сентябрь-октябрь	Педагог-психолог
9	Организация общетехникумовского мероприятия «Здоровый образ жизни»	сентябрь	Зам.директора по ВР Кураторы Педагог физвоспитания
10	Проведение психологических тренингов для обучающихся «Управление своими эмоциями», «Снятие конфликтных ситуаций и агрессии»	В течение года	Педагог-психолог

11	Проведение психодиагностики по выявлению обучающихся, склонных к тревожности и депрессивному состоянию	В течение года	Педагог-психолог
Методическая и разъяснительная работа с педагогами			
12	Организация на совещаниях воспитательной части обзора и обсуждения документов:- уголовный кодекс РФ (ст.117 «Истязание», ст.110 «Доведение до самоубийства», ст.131-134 о преступлениях сексуального характера);- административный кодекс РФ (ст.164 «О правах и обязанностях родителей»);- Конвенция ООН о правах ребенка (ст.6, 8, 16, 27, 28, 29, 30);- нормативные документы по профилактике безнадзорности и защите прав детей	октябрь	Зам.директора по ВР
13	Семинар для кураторов: «Суицид среди подростков. Проблемы и пути их решения»	Ноябрь	Педагог-психолог
Работа с родителями			
14	Подготовка и распространение памяток среди родителей и педагогов о профилактике суицидов среди подростков	Сентябрь-октябрь	Педагог-психолог
15	Проведение родительских собраний	Ноябрь Март	Зам.директора по ВР
16	Индивидуальные консультации	В течение года	Зам.директора по ВР Педагог-психолог Социальный педагог