

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ГОРОДА РОСТОВА-НА-ДОНУ  
«ШКОЛА № 115 имени Юрия Андреевича Жданова»  
(МАОУ «ШКОЛА № 115»)  
344049 г.Ростов-на-Дону, ул.Жданова, 13 а,  
ОКПО 03210123, ИНН\КПП 6168087820\616801001  
e-mail: school115rostov@mail.ru

РАССМОТРЕНО И ПРИНЯТО  
НА ПЕДАГОГИЧЕСКОМ СОВЕТЕ  
МАОУ «ШКОЛА № 115»  
Протокол № 1 «30» августа 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ «Школа № 115»  
Н.В.Янковская  
Приказ № 383 от «30» августа 2022г.



# Программа

по профилактике суицида и суицидального поведения  
среди детей и подростков

**«Я выбираю жизнь»**

2022-2023 уч.год

## **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 завершённых самоубийств среди молодежи и даже детей. Уровень самоубийств среди российских подростков в настоящее время является одним из самых высоких в мире. Самоубийство подростков занимает третье место среди ведущих причин смертельных случаев и четвертое среди основных причин потенциальной потери жизни. Анализ 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, чуждости 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.

## **Сроки реализации программы:**

2022 – 2023 годы

## **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,<br>Уполномоченный по правам ребенка<br>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,<br>классные руководители,<br>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 |
| <b>Работа с учащимися</b> |  |                  |   |
| 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,  | Октябрь          | Классные руководители   |

|                            |   |                |   |
|----------------------------|---|----------------|---|
|                            | клубы по интересам  |                |   |
| <b>Работа с педагогами</b> |   |                |   |
| 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<br>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                                     |
| <b>Работа с родителями</b> |   |                |   |
| 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:<br>➤ Что такое суицид и как с ним  | Сентябрь       | Зам. директора по ВР, классные                            |

|                    |   |   |   |
|--------------------|---|---|---|
|                    | <p>бороться.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Особенности детско-родительских отношений как фактор психологического дискомфорта</li> </ul>  | Март  | руководители,<br>педагог-психолог             |
| <b>Диагностика</b> |   |   |   |
| <b>Учащиеся</b>    |   |   |   |
| 17                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Исследование социального статуса (1 – 11 классы)</li> <li>➤ Исследование уровня адаптации (1,5 классы)</li> <li>➤ Склонность к отклоняющемуся поведению (дети «группы риска»)</li> </ul> | <p>1 раз в год</p> <p>октябрь</p> <p>2 раза в год<br/>(октябрь,<br/>апрель)</p> | Классные<br>руководители,<br>педагог-психолог |



## Приложение №1 к программе

| №  | Содержание работы/участники  | Сроки              | Ответственные                           |
|--|--|--------------------|---|
| <b>Просвещение и профилактика суицидального поведения среди несовершеннолетних</b> |  |                    |   |
| 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 |
|  | 2. «Как здорово жить!»(1 класс)  | декабрь            | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 3. «Жизнь как чудо» (1 класс)  | январь             | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 4. «Учимся снимать усталость» (1 класс)  | май                | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 5. «Мы выбираем жизнь» (2 класс)   | октябрь            | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 6. «Как преодолевать тревогу» (2 класс)  | декабрь            | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 7. «В поисках хорошего настроения» (2 класс)   | январь             | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 8. «Семья в моей жизни» (2 класс)  | май                | Педагог-психолог, классный руководитель |
|  | 9. «Учимся снимать усталость» (3 класс)  | октябрь            | Педагог-психолог,                       |

|  |   |         |   |
|--|---|---------|---|
|  |   |         | классный<br>руководитель                                    |
|  | 10. Я + он + они = мы<br>(3 класс)                    | декабрь | Педагог-психолог,<br>классный<br>руководитель,<br>волонтеры |
|  | 11. «Красота спасет мир» (3 класс)                    | январь  | Педагог-психолог,<br>классный<br>руководитель               |
|  | 12. «Здоровье-богатство на все времена» (3<br>класс.) | май     | Педагог-психолог,<br>классный<br>руководитель,<br>волонтеры |
|  | 13. «Как прекрасен этот мир!» (4 класс)               | октябрь | Педагог-психолог,<br>классный<br>руководитель               |
|  | 14. «В поисках хорошего настроения» (4<br>класс)      | декабрь | Педагог-психолог,<br>классный<br>руководитель               |
|  | 15. «Дружба начинается с улыбки» (4<br>класс)         | январь  | Педагог-психолог,<br>классный<br>руководитель               |
|  | 16. «Жить в мире с собой и другими» (4<br>класс)      | май     | Педагог-психолог,<br>классный<br>руководитель               |
|  | 17. «Жизнь прекрасна» (5 класс)                       | октябрь | Педагог-психолог,<br>классный<br>руководитель               |
|  | 18. «Познай себя» (5 класс)                           | декабрь | Педагог-психолог,<br>классный<br>руководитель               |
|  | 19. «Как преодолевать тревогу» (5 класс)              | январь  | Педагог-психолог,<br>классный<br>руководитель               |
|  | 20. «Мир моих увлечений» (5 класс)                    | май     | Педагог-психолог,<br>классный<br>руководитель               |
|  | 21. «Ты не один!» (6 класс)                           | октябрь | Педагог-психолог,<br>классный<br>руководитель               |
|  | 22. «Мы против жестокости» (6 класс)                  | декабрь | Педагог-психолог,<br>классный<br>руководитель               |
|  | 23. «Моя семья – мое богатство» (6 класс)             | январь  | Педагог-психолог,<br>классный<br>руководитель               |
|  | 24. «У меня такой характер» (6 класс)                 | май     | Педагог-психолог,<br>классный<br>руководитель               |
|  | 25. «Как преодолевать тревогу» (7 класс)              | октябрь | Педагог-психолог,<br>классный<br>руководитель               |

|   |   |          |   |
|---|---|----------|---|
|   | 26. «Способы решения конфликтов с родителями» (7 класс)             | декабрь  | Педагог-психолог, классный руководитель |
|   | 27. «Жизнь дается человеку один раз...» (7 класс)                   | январь   | Педагог-психолог, классный руководитель |
|   | 28. «Как принять помощь, поддержку другого?» (7 класс)              | май      | Педагог-психолог, классный руководитель |
|   | 29. «Жить в радость» (8 класс)                                      | октябрь  | Педагог-психолог, классный руководитель |
|   | 30. «Жизнь ради жизни» (8 класс)                                    | декабрь  | Педагог-психолог, классный руководитель |
|   | 31. «Мы счастливые, креативные» (8 класс)                           | январь   | Педагог-психолог, классный руководитель |
|   | 32. «Настроение на «отлично» (8 класс)                              | май      | Педагог-психолог, классный руководитель |
|   | 33. «Сделай свой выбор» (9 класс)                                   | октябрь  | Педагог-психолог, классный руководитель |
|   | 34. «Нужна ли нам несчастная любовь» (9 класс)                      | декабрь  | Педагог-психолог, классный руководитель |
|   | 35. «Как сдать экзамен без стресса» (9 класс)                       | январь   | Педагог-психолог, классный руководитель |
|   | 36. «Поговорим о смысле жизни» (9 класс)                            | май      | Педагог-психолог, классный руководитель |
|   | 37. «Безмолвие души» (10-11 классы)                                 | октябрь  | Педагог-психолог, классный руководитель |
|   | 38. «Жизнь как высочайшая ценность» (10-11 классы)                  | декабрь  | Педагог-психолог, классный руководитель |
|   | 39. «Способы саморегуляции эмоционального состояния» (10-11 классы) | январь   | Педагог-психолог, классный руководитель |
|   | 40. «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<br>апрель      | Педагог-психолог,<br>классный<br>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<br>руководитель                                      |
| 13                                | «Закон обо мне – я о законе» (9 класс)  | сентябрь            | Педагог-психолог,<br>классные<br>руководители                 |
| 14                                | Работа по выявлению дезадаптивных детей (5 кл.)   | октябрь -<br>ноябрь | Педагог-психолог,<br>классный<br>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  |
| <b>Работа с педколлективом ОУ</b> |   |                     |   |
| 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 подростками»                                    | 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  |
| <b>Психопросвещение родителей</b> |   |                     |   |
| 1                                 | Темы родительских собраний  | по плану            | Педагог-психолог,<br>завуч по ВР,<br>классные<br>руководители |
|                                   | 1. «Как прекрасен этот мир...» (1 класс)  | 1 четверть          | Педагог-психолог,<br>завуч по ВР,<br>классные<br>руководители |
|                                   | 2. «В каждой бочке дёгтя всегда можно найти ложку мёда» (2 класс)   | 1 четверть          | Педагог-психолог,<br>завуч по ВР,<br>классные<br>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 |
| <b>Диагностика</b> |  |            |  |
| <b>Учащиеся</b>    |  |            |  |
| 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  | декабрь    | педагог-психолог                                     |

|                                  |  |            |                  |
|----------------------------------|--|------------|------------------|
|                                  | состояний (8-11 классы)  |            |                  |
| 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 |
| <b>Родители</b>                  |  |            |                  |
| 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 |
| <b>Коррекционные мероприятия</b> |  |            |                  |
| 1                                | Игры на сплочение детского коллектива (5-6 классы)   | октябрь    | педагог-психолог |
| 2                                | Занятие «Барьеры непонимания»<br>8 класс   | ноябрь     | педагог-психолог |
| 3                                | Занятие по повышению самооценки<br>«Нарисуй подарок самому себе» 7 класс                                   | декабрь    | педагог-психолог |
| 4                                | Тренинг уверенности<br>(для старшеклассников)  | февраль    | педагог-психолог |
| 5                                | Тренинг «Манипуляция: игры, в которые играют все»<br>(для старшеклассников)                                | март       | педагог-психолог |
| 6                                | Цикл занятий для подростков «Я сам строю свою жизнь»   | апрель     | педагог-психолог |