

**Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Благоевская средняя общеобразовательная школа имени Героя России  
А.А.Власенкова»**

<p>ПРИНЯТА Педагогическим советом № 10 протокол № от 28.08.2024г.</p>	<p style="text-align: right;">УТВЕРЖДЕНА Директор школы МОУ «Благоевская СОШ им.Героя России А.А.Власенкова» _____ Г.В. Барышева Приказ № 01-18/ 178 от 28.08.2024г</p>
---	---

**ПРОГРАММА**

**ПРОФИЛАКТИКИ СУИЦИДАЛЬНОГО И АУТОАГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ  
ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ**

*«Мы выбираем жизнь!»*

на 2024 – 2028 годы

**гп Благоево,**

**2024 г.**

## ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование программы	Программа профилактики суицидального поведения детей и подростков «Мы выбираем жизнь!»
Основопологающие документы	<p>Конституция РФ, Федеральный закон от 21.11.2011 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации», Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Письмо Минобразования России от 26.01.2000 и от 29.05.2003 г №22-06-86 «О мерах по профилактике суицида среди детей и подростков», Письмо Минобразования РФ от 29 мая 2003г. №03-51-102ин/22-03 «О мерах по усилению профилактики суицида детей и подростков», Конвенция ООН о правах ребенка (ст. 6, 8, 16, 27, 28, 29, 30) ФЗ РФ № 124 «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ» статья 14 ФЗ РФ № 120 от 24.06.1999г. «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» Письмо Департамента воспитания и социализации детей Министерства образования и науки РФ от 27.02.2012 г. № 06-356 «О мерах по профилактике суицидального поведения обучающихся» 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") Распоряжение от 6 сентября 2021 года N 421-р [Об утверждении комплекса мер до 2025 года по совершенствованию системы профилактики суицида среди несовершеннолетних на территории Республики Коми] Совместный приказ Министерства образования, науки и молодежной политики Республики Коми, Министерства здравоохранения Республики Коми, Министерства труда, занятости и социальной защиты Республики Коми от 06.06.2017 № 190-п/ 6/218 /1070 "О профилактике аутоагрессивного поведения несовершеннолетних в Республике Коми". Приказ Министерства образования, науки и молодежной политики от 29.12.2018 № 511-п "Об итогах проведения мониторинга эффективности деятельности по профилактике детского суицида в муниципальных, государственных образовательных организациях, государственных профессиональных образовательных учреждений Республики Коми". Концепция обеспечения безопасности детей и подростков в Республике Коми на 2024 – 2026 годы <u>Документы учрежденческого уровня.</u></p>

	<p>- план мероприятий по профилактике суицидального поведения детей и подростков и по вопросам профилактики социальной дезадаптации обучающихся;</p> <p>- программы воспитательной работы с классными коллективами, включающие данные направления деятельности;</p> <p>- программы индивидуального психолого-педагогического сопровождения детей из группы риска.</p>
Основные разработчики программы	Заместитель директора по воспитательной работе Букина Т.В.
Цель программы	Организация профилактической работы по предупреждению суицидальных действий и аутоагрессивного поведения среди подростков, развитие стрессоустойчивости, сохранение и укрепление психического здоровья обучающихся.
Задачи программы	<p>1.Выявление детей, нуждающихся в незамедлительной помощи и защите и оказание экстренной первой помощи, обеспечение безопасности ребенка, снятие стрессового состояния.</p> <p>2.Изучение особенностей психолого-педагогического статуса каждого учащегося с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих в психическом состоянии, общении, развитии и обучении.</p> <p>3.Привлечение различных государственных органов и общественных объединений для оказания помощи и защиты законных прав и интересов ребенка.</p> <p>4.Привитие существующих в обществе социальных норм поведения, формирование детского милосердия, развитие ценностных отношений в социуме.</p> <p>5.Формирование позитивного образа Я, уникальности и неповторимости не только собственной личности, но и других людей.</p>
Планируемые результаты	<p>Снижение количества учащихся с девиантным поведением.</p> <p>Высокий уровень педагогической компетентности и умение решать конфликтные ситуации.</p> <p>Исключение суицидальных попыток.</p> <p>Оптимизация взаимоотношений в детско-родительской среде.</p> <p>Сформированность у учащихся компенсаторных механизмов поведения.</p>
Критерии механизма оценки результатов	<p>снижение числа обучающихся, состоящих в группе риска;</p> <p>увеличение числа обучающихся, включенных в общественно-полезную деятельность;</p> <p>увеличение степени самостоятельности детей и подростков, их способности контролировать свою жизнь, более эффективно разрешать возникающие проблемы;</p>
Сроки реализации программы	3 года, 2024 -2027

Направления деятельности	-Работа с подростками, ставшими на путь социальной дезадаптации, но имеющими ближайшие перспективы её преодоления, с подростками «группы риска» -Работа с детьми, нуждающимися в срочной психоэмоциональной поддержке. - Профилактическая работа со всеми учащимися школы. -Работа с неблагополучными семьями. -Просветительская работа с педагогами и родителями учащихся.
Исполнители программы	Педагогическая и родительская общественность.
Контроль за исполнением программы	Зам. директора по ВР, педагог-психолог
Информационное обеспечение программы	Размещение информации о проведенных профилактических мероприятиях на сайте школы и на странице социальной сети ВКонтакте, школьная печать, публикации в прессе

### **Пояснительная записка**

По данным 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 в их окружении: боязни насилия со стороны взрослых, бестактного поведения учителей, одноклассников, друзей, черствости и безразличия окружающих. В целом ряде случаев подростки решались на самоубийство из-за равнодушного отношения родителей и педагогов к их проблемам, протестуя, таким образом, против безразличия и жестокости взрослых.

Решаются на такой шаг, как правило, замкнутые, ранимые, страдающие от одиночества и чувства собственной ненужности подростки, потерявшие смысл жизни. Причиной суицида могут быть также алкоголизм и наркомания, как родителей, так и самих подростков, индивидуальные психологические особенности человека, внутриличностные конфликты и т.п. Проблема детских суицидов присуща как неблагополучным семьям, так и семьям с внешними признаками социального и финансового благополучия.

Суицидальные действия у детей часто бывают импульсивными, ситуативными и не планируются заранее. Попытки суицида являются следствием непродуктивной (защитной) адаптации к жизни – фиксированного, негибкого построения человеком или семьей отношений с собой, своими близкими и внешним миром на основе действия механизма отчуждения. Своевременная психологическая помощь, участливое отношение к подросткам, попавшим в трудную жизненную ситуацию, помогли бы избежать трагедий.

### **Содержание программы.**

Исходя, из цели и задач программы работа проводится по следующим направлениям:

**1. Выявление и реабилитация детей «группы риска» и семей, находящихся в социально опасном положении:**

- диагностика – тесты на определение личностной и реактивной тревожности, подверженности стрессу
- создание электронной базы данных по социально неблагополучным семьям, детям, склонным к суицидальному поведению
- проведение профилактических мероприятий, направленных на снижение суицидального риска

**2. Пропаганда здорового образа жизни, сохранение и укрепление психического здоровья среди обучающихся:**

- организация досуга несовершеннолетних для формирования широкого круга интересов, увлечений, занятий, направленных на укрепление и сохранение психического и физического здоровья
- организация и проведение мероприятий, акций по пропаганде ЗОЖ, вовлечение детей «группы риска» в массовые и социально-значимые мероприятия.

**3. Оптимизация межличностных отношений в школе.**

Поскольку причинами суицидов среди подростков являются также и нарушения межличностных отношений в школе, необходимо принять меры по формированию классных коллективов, нормализации стиля общения педагогов с учащимися.

Оптимизации учебной деятельности учащихся, вовлечению учащихся в социально-значимые виды деятельности, организации школьного самоуправления, формированию установок у учащихся на самореализацию в социально-одобряемых сферах жизнедеятельности (культуре, спорте, искусстве, науке и др.).

Взаимоотношения с учащимися должны строиться на основе уважения, убеждения, спокойном, доброжелательном тоне общения.

**Обучающиеся и выпускники школы**

**должны знать:**

1. Главная ценность жизни - это здоровье и жизнь, за которое отвечает сам человек.
2. О необходимости регулярных профилактических осмотров с целью предупреждения и распознавания заболеваний на ранней стадии.
3. О заболеваниях, передающихся половым путем и способах их предупреждения.
4. О влиянии психоактивных веществ на здоровье.

**должны уметь:**

1. Противостоять психологическим перегрузкам.
2. Оказать первую доврачебную помощь пострадавшим.
3. Обеспечить адекватные физиологические потребности и индивидуальные особенности организма.
4. Контролировать собственные поведенческие реакции, а также нести персональную ответственность за собственное поведение и здоровье.
5. Оценивать адекватно различные обстановки, вести себя правильно, в психологически неблагоприятных условиях.
6. Иметь устойчивую мотивацию на ту или иную психологическую активность.
7. Регулярно проходить профилактические осмотры по рекомендации врачей.

**должны иметь:**

1. Сформированную точку зрения на вредные привычки (табак, алкоголь, наркотики, психотропные вещества).
2. Потребность соблюдения правил личной гигиены.

3. Устойчивую положительную мотивацию на достаточный уровень двигательной активности и закаливание организма.

4. Навыки позитивного отношения к людям.

### **Критерии механизма оценки результатов**

#### -системность

реализация всех условий организации психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса, направленного на предотвращение суицидального поведения обучающихся;

#### -результативность

снижение числа суицидов и суицидальных попыток; компенсация дефицита общения в школе, семье, в среде сверстников;

#### -социальная адаптивность

снижение числа обучающихся, состоящих в группе риска; увеличение числа обучающихся, включенных в общественно-полезную деятельность; увеличение степени самостоятельности детей и подростков, их способности контролировать свою жизнь, более эффективно разрешать возникающие проблемы);

#### -конструктивность

предотвращение межличностных конфликтов, формирование конструктивных взаимоотношений, развитие способностей и интересов личности, защита ее прав; сформированность личностных качеств детей и подростков, необходимых для позитивной жизнедеятельности;

#### -готовность педагогов

владение знаниями проблемы, методами профилактической деятельности; мотивация к такой деятельности).

### **Принципы реализации программы**

- принцип доступности и своевременности помощи и поддержки;
- принцип гуманизма,
- принцип реалистичности,
- принцип системности,
- принцип индивидуального подхода,
- деятельностный принцип,
- принцип средового воспитания).

Важным принципом профилактики суицидального поведения учащихся является принцип комплексного взаимодействия специалистов

### **Уровни реализации программы:**

- общая профилактика (обеспечение вовлечения всех учащихся в жизнь школы и предупреждение их школьных трудностей и социальной дезадаптации);

На этом этапе отдельных мероприятий, посвященных тематике самоубийств, нет. Все мероприятия направлены на содействие адаптации ребенка и взрослого в образовательном учреждении.

- специальная профилактика (выявление и сопровождение всех учащихся, нуждающихся в особом педагогическом внимании, проведение с ними работы на индивидуальном уровне)

## Важные понятия и характеристики

Адаптация социальная — постоянный процесс активного, приспособления к условиям среды социальной, а также результат этого процесса. Социальная адаптация идет непрерывно.

Адаптивное поведение — это приспособительное поведение человека. Оно характеризуется сознательным включением человека в деятельность, активным и добросовестным отношением к делу, проявлением инициативы и высоким эмоциональным самочувствием. Адаптивное поведение воспитывается в процессе и посредством обучения. Успешность его формирования зависит от отношения личности к себе, т.е. самооценки, от отношений между учителем и учеником, от отношений детей в коллективе.

Антисуицидальный потенциал личности — комплекс личностных установок, ценностей, характерологических особенностей, препятствующих формированию суицидального поведения или реализации суицидальных действий.

Деструкция — разрушение, деструктивное — разрушающее поведение, противоположное — конструктивное поведение.

Истинная попытка суицида — акт, потенциально направленный против себя и совершенный с присутствием желания уйти из жизни.

Негативные отклонения в поведении — система поступков или отдельные поступки, противоречащие принятым в обществе нормам и проявляющиеся в виде несбалансированности психических процессов, неадаптивности, нарушении процесса самоактуализации или в виде отклонения от нравственного и эстетического контроля за собственным поведением.

Несуицидальное самоповреждающее поведение — наносимые себе повреждения, не поддерживаемые желанием уйти из жизни с целью привлечения внимания, снятия напряжения или улучшения самочувствия.

Отклоняющееся (девиантное) поведение (лат. deviatio — отклонение) — поступок, деятельность человека, социальное явление, не соответствующие установившимся в данном обществе нормам (стереотипам, образцам) поведения (правонарушения, преступность, пьянство, наркомания, самоубийство, проституция и др.).

Подростковая дезадаптация проявляется в затруднениях в усвоении социальных ролей, учебных программ, норм и требований социальных институтов (семьи, школы и т.д.).

Суицид — умышленное самоповреждение со смертельным исходом, (лишение себя жизни).

Суицидальное поведение — это проявление суицидальной активности, выражающейся в мыслях, намерениях, высказываниях, угрозах, попытках, покушениях. Суицидальное поведение встречается как в норме (без психопатологии), так и при психопатиях и при акцентуациях характера — в последнем случае оно является одной из форм девиантного поведения при острых аффективных или патохарактерологических реакциях.

Суицидальное поведение как девиация — это отклоняющееся от различных норм ситуационные поведенческие реакции. Психические состояния, нарушения в развитии личности, приводящие к дезадаптации подростка в социуме и нарушению самоактуализации, принятию себя в силу сложившихся неадекватных паттернов поведения.

Суицидент — человек, совершивший попытку суицида, либо демонстрирующий суицидальные наклонности. Суициденты, как правило, соответствуют дезадаптивному уровню психического здоровья, когда не решаются внутренние проблемы, нарушен баланс между внешним и внутренним миром.

## Общая и подростковая классификация причин суицида

Сообщения о желании умереть появляются без всякой внешней провокации, обычно носят характер угрозы близким. В этих случаях попытки самоубийства предпринимаются в отсутствие взрослых, втайне от них и в дошкольном, и в младшем школьном возрасте носят в основном по-детски наивный характер. Дети пытаются голодать, подолгу сидят в ванне с холодной водой, дышат через форточку морозным воздухом, едят снег или мороженое, чтобы простудиться и умереть.

Существует несколько классификаций причин суицидов. По одной из них основными причинами самоубийств являются:

- 1) изоляция (чувство, что тебя никто не понимает, тобой никто не интересуется);
- беспомощность (ощущение, что ты не можешь контролировать жизнь, все зависит не от тебя);
- 2) безнадежность (когда будущее не предвещает ничего хорошего);
- 3) чувство собственной незначимости (уязвленное чувство собственного достоинства);
- 4) низкая самооценка, переживание некомпетентности, стыд за себя.

В детском и подростковом возрасте причины суицидов следующие:

- несформированное понимание смерти. В понимании ребенка смерть не означает бесповоротное прекращение жизни. Ребёнок думает, что всё можно будет вернуть назад. У подростков понимание и осознание страха смерти формируется не раньше 18 лет;
- отсутствие идеологии в обществе. Подросток в обществе "без родины и флага" чаще испытывает ощущения ненужности, депрессии;
- ранняя половая жизнь, приводящая к ранним разочарованиям. При этом возникает ситуация, по мнению подростка, не совместимая с представлением "как жить дальше" (потеря любимого, наступление нежеланной беременности и т.д.), т.е. происходит утрата цели. Суицидальное поведение у подростков часто объясняется тем, что молодые люди, не имея жизненного опыта, не могут правильно определить цель своей жизни и наметить пути ее достижения;
- дисгармония в семье;
- саморазрушающее поведение (алкоголизм, наркомания, криминализация общества);
- в подавляющем большинстве случаев суицидальное поведение в возрасте до 15 лет связано с реакцией протеста, особенно частым источником последних являются нарушенные внутрисемейные, внутришкольные или внутригрупповые взаимоотношения;
- депрессия также является одной из причин, приводящих подростка к суицидальному поведению.

Психогенные причины депрессии часто связаны с потерей: утратой друзей или близких, здоровья или каких-либо привычных вещей (например, места привычного жительства). Она может наступить в годовщину утраты, причем человек может не осознавать приближающейся даты.

К "группе риска" по суициду относятся подростки:

- с нарушением межличностных отношений – "одиночки";



- злоупотребляющие алкоголем или наркотиками, отличающиеся девиантным или криминальным поведением, включающим физическое насилие;
- с затяжным депрессивным состоянием;
- сверхкритичные к себе;
- страдающие от недавно испытанных унижений или трагических утрат, от хронических или смертельных болезней;
- фрустрированные несоответствием между ожидавшимися успехами в жизни и реальными достижениями;
- страдающие от болезней или покинутые окружением;
- из социально-неблагополучных семей – уход из семьи или развод родителей;
- из семей, в которых были случаи суицидов.
- Признаки эмоциональных нарушений, лежащие в основе суицида:
- потеря аппетита или импульсивное обжорство, бессонница или повышенная сонливость в течение, по крайней мере, последних дней;
- частые жалобы на соматические недомогания (на боли в животе, головные боли, постоянную усталость, частую сонливость);
- необычно пренебрежительное отношение к своему внешнему виду;
- постоянное чувство одиночества, бесполезности, вины или грусти;
- ощущение скуки при проведении времени в привычном окружении или выполнении работы, которая раньше приносила удовольствие;
- уход от контактов, изоляция от друзей и семьи, превращение в человека "одиночку";
- нарушение внимания со снижением качества выполняемой работы;
- погруженность в размышления о смерти;
- отсутствие планов на будущее;
- внезапные приступы гнева, зачастую возникающие из-за мелочей.
- Суицидальными подростками, в целом, часто руководят амбивалентные чувства. Они испытывают безнадежность, и в то же самое время надеются на спасение.

### **Различают следующие типы суицидального поведения:**

**Демонстративное поведение:** В основе лежит стремление подростка привлечь внимание к себе и своим проблемам, показать, как ему трудно справляться с жизненными ситуациями. Это своего рода просьба о помощи. Как правило, демонстративные суицидальные действия совершаются не с целью причинить себе реальный вред или лишиться жизни, а с целью напугать окружающих, заставить их задуматься над проблемами подростка, «осознать» свое несправедливое отношение к нему.

**Аффективное суицидальное поведение.** В таких случаях подросток действует импульсивно, не имея четкого плана своих действий. Как правило, сильные негативные эмоции - обида, гнев, - затмевают собой реальное восприятие действительности и подросток, руководствуясь ими, совершает суицидальные действия.

**Истинное суицидальное поведение.** Характеризуется продуманным планом действий. Подросток готовится к совершению суицидального действия. При таком типе суицидального поведения подростки чаще оставляют записки, адресованные родственникам и друзьям, в которых они прощаются со всеми и объясняют причины своих действий. Поскольку действия являются продуманными, такие суицидальные попытки чаще заканчиваются смертью.

## **Факторы суицидального риска**

### Социально-демографические факторы:

- Пол- мужской (уровень суицидов у юношей в три-четыре раза выше, чем у девушек, в то время как у женщин уровень суицидальных попыток примерно в три раза выше).
- Возраст – подростки и молодые люди 14-24 лет.
- Семейная ситуация (непонимание со стороны родителей, безразличное отношение друг к другу и т.п.)

### Медико-психологические факторы:

- Психическая патология:
- Депрессия, особенно затяжной депрессивный эпизод в недавнем прошлом;
- Алкогольная зависимость;
- Зависимость от других психоактивных веществ;
- Расстройств личности;
- Циклоидная, сенситивная, эпилептоидная, истероидная акцентуация характера.
- Соматическая патология – тяжелое хроническое прогрессирующее заболевание;
- Врожденные и приобретенные уродства;
- Потеря физиологических функций (зрения, слуха, способности двигаться, утрата половой функции);
- ВИЧ – инфекция.

### Биографические факторы:

- Суицидальные мысли, намерения, попытки в прошлом.
- Суицидальное поведение родственников, близких, друзей, других значимых лиц (музыкальные кумиры и т.д.)

## **Индикаторы суицидального риска**

Это особенности сложившейся ситуации, настроения, когнитивной деятельности и высказываний человека, которые также увеличивают степень риска суицидального поведения.

### Ситуационные индикаторы суицидального риска:

- смерть любимого человека;
- расставание с любимой (ым);
- вынужденная социальная изоляция, особенно от друзей или семьи (переезд на новое место жительства);
- сексуальное насилие;
- нежелательная беременность;
- позор, унижение – «потеря лица».

### Поведенческие индикаторы суицидального риска:

- злоупотребление психоактивными веществами, алкоголем;
- эскейп-реакции (уход из дома и т.п.);
- изменение привычек, например, несоблюдение правил личной гигиены, ухода за внешностью;
- предпочтение тем разговора и чтения, связанных со смертью и самоубийствами;
- «приведение дел в порядок» (письма к родственникам и друзьям, раздаривание личных вещей).

### Коммуникативные индикаторы суицидального риска:

- разрешающие установки к суицидальному поведению;

- негативная триада, характерная для депрессивных состояний: негативная оценка своей личности, окружающего мира и будущего;
- «туннельное поведение» - неспособность увидеть иные приемлемые пути решения проблемы кроме суицида;
- наличие суицидальных мыслей, намерений, планов; степень суицидального риска прямо связана с тем, имеются ли у человека только редкие неопределенные мысли о самоубийстве или они постоянны, оформилось намерение совершить самоубийство, и появился конкретный план. Чем более обстоятельно разработан суицидальный план, тем выше вероятность его реализации;
- импульсивность как характерологическая черта играет важную роль в суицидальном поведении. Поэтому, когда мы имеем дело с подростком, важно помнить, что отсутствие суицидального плана в настоящее время ничего не говорит о степени суицидального риска;
- существенное значение имеет доступность средств суицида (фармакологические препараты всегда под рукой или их еще нужно приобрести) и т.п. Подросток чаще использует жестокие средства суицида, такие как прыжки с высоты – в данном случае нет необходимости специально готовиться к суицидальному акту.

Подросток с любыми признаками суицидальной активности должен находиться под постоянным наблюдением взрослых, разумеется, это наблюдение должно быть неназойливым и тактичным. Подростка нельзя предоставлять самому себе.

#### Эмоциональные индикаторы суицидального риска:

- амбивалентность по отношению к жизни;
- депрессивное настроение: безразличие к своей судьбе, подавленность, безнадежность, отчаяние;
- переживание горя.

#### **Средства решения проблем**

Это те «сильные стороны» человека, которые служат основой его жизнестойкости и увеличивают вероятность преодоления кризиса с позитивным балансом.

#### Внутренние ресурсы:

- инстинкт самосохранения;
- интеллект;
- социальный опыт;
- коммуникативный потенциал;
- позитивный опыт решения проблем.

#### Внешние ресурсы:

- поддержка семьи и друзей;
- приверженность религии;
- медицинская помощь;
- индивидуальная психотерапевтическая программа

#### **Факторы, препятствующие возникновению суицидального поведения у подростков.**

Антисуицидальные факторы личности – это сформированные положительные жизненные установки, жизненная позиция, комплекс личностных факторов и психологические

особенности человека, а также душевные переживания, препятствующие осуществлению суицидальных намерений. К ним относятся:

- эмоциональная привязанность к значимым родным и близким;
- выраженное чувство долга, обязательность;
- концентрация внимания на состоянии собственного здоровья, боязнь причинения себе физического ущерба;
- учет общественного мнения и избегание осуждения со стороны окружающих, представления о позорности самоубийства и неприятие (осуждение) суицидальных моделей поведения;
- убеждения о неиспользованных жизненных возможностях;
- наличие жизненных, творческих, семейных и других планов, замыслов;
- наличие духовных, нравственных и эстетических критериев в мышлении;
- психологическая гибкость и адаптированность, умение компенсировать негативные личные переживания, использовать методы снятия психической напряженности.
- наличие актуальных жизненных ценностей, целей;
- проявление интереса к жизни;
- привязанность к родственникам, близким людям, степень значимости отношений с ними;
- уровень религиозности и боязнь греха самоубийства;
- планирование своего ближайшего будущего и перспектив жизни;
- негативная проекция своего внешнего вида после самоубийства.
- Прочность антисуицидального барьера напрямую зависит от наличия жизнеутверждающих факторов, являющихся "психологической защитой", которой должен обладать подросток.

- Формировать «Позитивное восприятие» окружающего мира.

В целом продолжительность и качество жизни связаны с такими чертами человека, как оптимизм и жизнерадостность. Наполеон Хилл: " Неудачи учат нас, а не ставят перед нами заграждения... В каждом отрицательном моменте заложены семена столь же существенных положительных моментов... Всего лишь одна, но хорошая идея, подкрепленная действием, способна обратить неудачу в успех. Ваши ошибки – это не Вы".

Принципиальный подход к «позитивному мышлению» заключается в переориентации восприятия окружающего мира, формировании оптимистичных тенденций в характере подростка. Нужно научиться переключать психическую энергию подростка с деструктивного на конструктивное направление. Например, вместо пустых переживаний типа «Ах, ну почему она меня не любит?» или «За что мне такое несчастье?» следует переформулировать проблему в вопрос «Что я должен предпринять, для того, чтобы она меня полюбила?» или «Что мне нужно от этой жизни, чтобы я чувствовал себя счастливым?». Найти зону наибольшего проявления интересов и увлечений подростка и направьте туда его внимание, время и энергию (объединения дополнительного образования разного направления, вовлечение в общественные дела, внеклассные массовые мероприятия и др.).

- Формировать антисуицидальные факторы личности подростка.

Ребенок – обычно довольно точное отражение той семьи, в которой он растет и развивается. Семья во многом определяет круг его интересов и потребностей, взглядов и ценностной ориентации, что, несомненно, значимо в урегулировании конфликта. Работа с семьей важнейшая составная часть профилактики суицида. Направления работы с родителями по профилактике суицида: - Систематическое разностороннее педагогическое просвещение родителей, т.е. ознакомление их как с основами теоретических знаний, так и с практикой работы с учащимися. - Привлечение родителей к активному участию в учебно-воспитательном процессе. - Формирование у родителей потребности в самообразовании.

### Основные виды деятельности с учащимися по непрерывной психопрофилактики:

клас с	Особенности развития	На что обратить внимание
1-4	Становление и развитие самооценки учащихся.	В 9 лет, как правило, проявляется интерес к смерти. Естественно, если в этом возрасте самооценка слегка завышена, рискованные поступки могут совершаться из-за интереса к смерти.
5	Адаптация к среднему звену Активизация интереса к коллективной деятельности	Коррекция детской застенчивости; развитие эмоциональной сферы ребенка
6	Активизация интереса к эмоционально-волевой сфере человеческой жизни	Развитие и коррекция эмоционально-волевой сферы; Рефлексия понятий «герой, героизм, патриот»
7	Резкое падение самооценки; повышение агрессивности, тревожности, ранимости, неадекватности реагирования в общении	Развитие навыков общения, Формирование навыков саморегуляции, реализация потребности в эмоциональной поддержке со стороны взрослых (семьи, педагогов)
8	Незначительно снижение тревожности и агрессивности сочетается с нестабильной самооценкой;	Активизация сферы профессиональных интересов Развитие навыков общения; формирование навыков саморегуляции; первичное исследование сферы профессиональных интересов
9	Активизация сферы профессиональных интересов; рост потребностей в психологических знаниях о себе; поиск целей и смысла жизни; просыпается конфликт «отцов и детей»	Психологическая, педагогическая подготовка учащихся к профильному выбору; Обучение построению жизненных перспектив и планов с учетом психологических знаний о себе
10-	Профессиональное самоопределение.	Нетрадиционные педагогические и психологические приемы обучения,

11	<p>Раздумья о любви, о семейных отношениях</p> <p>Юношеский максимализм, идеализм, высокий уровень критики жизненного устройства, радикальность мнений и поступков</p> <p>Появление собственной внутренней философии, отношения к жизни и ее смыслу</p>	<p>общения, воспитания.</p> <p>Готовность педагога помочь найти ответ на вопросы, которые ставят перед ним учащиеся</p>
----	---	---

### Основное содержание направлений реализации программы

#### **Информационно-аналитическое направление**

• *Задача* — психологическое сопровождение образовательного процесса, направленного на профилактику суицидального поведения обучающихся на основании данных мониторинга, наблюдений за психофизиологическим и эмоциональным состоянием учащихся и педагогов, за эффективностью учебно-воспитательных мероприятий, в том числе и с использованием компьютерных технологий и возможностей Интернета.

*Содержание:*

- постоянный мониторинг психолого-педагогического статуса каждого ученика школы;
- выявление образовательных потребностей участников образовательного процесса;
- систематизация психолого-педагогических материалов;
- сбор, накопление, анализ и обобщение психолого-педагогической информации.

*Формы реализации:*

- ведение личных дел обучающихся;
- хранение, обработка и интерпретация результатов индивидуальных и групповых обследований учащихся;
- ведение документации психолого-педагогической службы;
- планирование диагностической, коррекционной и развивающей работы;
- обеспечение участников образовательного процесса необходимыми документами и информацией учебного и справочного характера.

#### **Диагностическое направление**

*Задача* — получение своевременной и достоверной информации об индивидуально-психологических особенностях учащихся, выявление возможностей, интересов, способностей и склонностей детей, определение причин нарушений в обучении, поведении и развитии учащихся с применением пакета психологических скрининговых методик для экспресс выявления детей группы риска по суицидальному поведению в условиях образовательных учреждений.

*Содержание:*

- диагностика особенностей личности и поведения ребенка;
- диагностика мотивационной сферы и динамики ее развития;
- диагностика эмоционально-волевой сферы (уровень тревожности, активности,

актуальные страхи, уровень тревожности) и динамики ее развития, влияния эмоционального состояния на процесс обучения, удовлетворенности различными сторонами образовательного процесса;

- диагностика личностной сферы (самооценка, потребность в достижении, уровень коммуникации, ценностные ориентации) и динамики ее развития.

*Формы реализации:*

- обеспечение адаптации к школе, выявление группы детей, испытывающих различные трудности в обучении, поведении и самочувствии;

- мониторинг личностных и поведенческих проблем младших школьников;

- диагностика уровня готовности учащихся к переходу из одной ступени обучения в другую;

- мониторинг адаптации учащихся к обучению в следующей ступени;

- мониторинг личностных особенностей школьников в период возрастных кризисов.

### **Коррекционно-развивающее направление**

*Задача* — обеспечение продуктивного психического развития и становления личности, реализация возрастных и индивидуальных возможностей развития, а также личностного роста и профессионального самоопределения; ослабление, снижение или устранение отклонений в физическом, психическом и нравственном развитии школьников, профилактика риска суицидального поведения.

*Содержание:*

- коррекция межличностных отношений в классах;

- содействие преодолению дезадаптивных периодов в жизни школьников;

- формирование социально-поведенческих навыков;

- реализация специальных психолого-педагогических программ сопровождение детей, входящих в группу особого психологического внимания: «Учимся ценить жизнь!», «Здоровый образ жизни!», «Избавимся от страхов и тревоги», «Победим свои фобии», «Помоги себе сам», «Каждый друг другу психотерапевт» и др.;

- коррекция познавательных процессов: внимания, памяти, мышления.

*Формы реализации:*

- тренинговая работа с учащимися;

- развивающие занятия;

- индивидуальные и групповые коррекционные занятия;

- консультации ребенка и родителей.

### **Профилактическое направление**

*Задача* — предупреждение девиантного и деликвентного поведения, алкоголизма и наркомании, социальной дезадаптации детей и подростков, а также возникновения суицидального поведения у подростков и молодежи.

*Содержание:*

- формирование ценности жизни и здоровья;

- ориентирование школьников на здоровый образ жизни;

- пропаганда общечеловеческих ценностей и толерантности;

- развитие навыков здорового образа жизни;

- формирование и развитие коммуникативных навыков.

#### *Формы реализации:*

- лекции, семинары, тренинги для школьников, классные часы;
- мастер-классы, тренинги для педагогов и родителей;
- мониторинг отношений внутри школьных коллективов, комфортности образовательной среды;
- индивидуальные беседы с учениками, педагогами, родителями.

#### **Консультационное направление**

*Задача* - оказание помощи учащимся, педагогам и родителям по вопросам организации психолого-педагогического сопровождения профилактики суицидального поведения обучающихся.

#### *Содержание:*

- консультирование школьников по вопросам, связанным с обучением, развитием, личностным и профессиональным самоопределением, ценности жизни и здоровья, особенностям взаимоотношений со взрослыми и сверстниками;
- консультирование руководителей и педагогов образовательного учреждения по вопросам развития, обучения, воспитания и образования детей и подростков;
- консультирование родителей и членов семей по вопросам воспитания, семейных и межличностных взаимодействий.

#### *Формы реализации:*

- групповые консультации (по плану);
- консультации по запросу.

#### **Просветительское направление**

*Задача* — повышение уровня психологических знаний и психологической культуры всех участников образовательного процесса, формирование у субъектов психологического сопровождения потребности в самопознании, саморазвитии, самосовершенствовании.

#### *Содержание:*

- распространение психологических знаний;
- формирование психологической культуры.

#### *Формы реализации:*

- педагогические советы;
- психолого-педагогический консилиум;
- родительские собрания;
- тематические вечера;
- дискуссионные клубы;
- классные часы.

#### **Социально-диспетчерское направление**

*Задача* — обеспечение получения детьми, их родителями и педагогами социально-психологической помощи, выходящей за рамки компетенции школьной психологической службы с целью предупреждения возникновения проблем развития личности, профилактики рискованного поведения, организации помощи ребенку и его семье в решении актуальных задач социализации (учебные трудности, нарушения эмоционально-волевой сферы, проблемы с выбором образовательного и профессионального маршрута, взаимоотношениями со



сверстниками, педагогами и родителями).

*Содержание:*

- мониторинг социально-психологических проблем учеников, родителей и педагогов;  
- организация междисциплинарного (разные дисциплины и учебные предметы) и межведомственного взаимодействия (педагогика, психология, медицина, физиология, этика, культура), поддержание контактов со специализированными медицинскими, социальными, медицинскими учреждениями с целью профилактики детского суицида и рискованного поведения подростков и молодежи.

*Форма реализации:* направление субъектов образовательного процесса в специализированные учреждения при выявлении социально-психологических и медицинских проблем.

### **План реализации программы.**

#### **1. Информационно-аналитическое направление**

№	Содержание	Сроки исполнения	Ответственные
1	Ведение личных дел обучающихся; обеспечение участников образовательного процесса необходимыми документами и информацией учебного и справочного характера.	В течение года	Кл.руководители
2	ведение документации психолого-педагогической службы; хранение, обработка и интерпретация результатов индивидуальных и групповых обследований учащихся	В течение года	Педагог-психолог
3	Планирование диагностической, коррекционной и развивающей работы;	В течение года	Педагог-психолог Соц.педагог
4	Составление базы данных по социально-неблагополучным семьям	сентябрь	Соц.педагог
5	Формирование списка детей, входящих в группу суицидального риска	октябрь	Педагог-психолог Соц.педагог

#### **2. Диагностическое направление**

1	Выявление семей, в которых практикуется жестокое обращение с детьми, семей «группы риска» Методы: индивидуальные беседы, наблюдение, анкетирование	В течение года	Социальный педагог, классные руководители
---	---	----------------	---

2	Мониторинг раннего выявления несовершеннолетних, демонстрирующих неблагополучие	1 раз в четверть	Соц.педагог Педагог-психолог Кл.руководитель
3	Скрининг-диагностики по выявлению суицидальных рисков (уровень депрессивных тенденций)	Сентябрь - октябрь	Педагог-психолог
4	Опросник для родителей – диагностика нарушений во взаимоотношениях подростка с родителями и их причин	По запросу	Педагог-психолог, соц.педагог, зам.директора по ВР
5	Исследование социального статуса	октябрь	Кл. руководители
6	Исследование тревожности и страхов у детей, 1,5, 9,11 классов. Диагностика межличностных отношений в классе	апрель	Классные руководители Педагог-психолог
7	Исследование особенностей адаптации 1, 5, 10 классов	Октябрь-ноябрь	Кл. руководители Педагог-психолог
8	Заполнение карты риска суицида. мониторинг	ноябрь	Классные руководители
9	Исследование суицидальных наклонностей учащихся, 6-9 классы	Ноябрь Апрель	Педагог-психолог
10	Углубленная диагностика детей, входящих в группу суицидального риска	Декабрь-январь	Педагог-психолог
11	Анкетирование обучающихся ОУ с целью предотвращения жестокого обращения	Ноябрь	Социальный педагог
12	Повторная диагностика учащихся, входящих в группу суицидального риска, для определения результатов коррекционной работы	Март-апрель	Педагог-психолог
13	Опросник для родителей – диагностика нарушений во взаимоотношениях подростка с родителями и их причин	По запросу	психолог,соц.педагог, зам.директора по ВР
14	Диагностика межличностных отношений в классах	В течение года	Кл. руководители

**Информационно-методическое обеспечение  
Мероприятия для педагогов**

№	Содержание	Сроки исполнения	Ответственные
1	Обсуждение с классными руководителями результатов скрининг-диагностики по выявлению суицидальных рисков (уровень депрессивных тенденций)	ноябрь	Педагог-психолог
2	МО классных руководителей «Актуальные инструменты профилактики деструктивных проявлений в образовательной среде: кейс-метод» (в т.ч. «Профилактика суицидального поведения учащихся»)	Ноябрь	Кл.руководители Педагог-психолог Заместитель директора по ВР
3	Индивидуальные консультации по разрешению конфликтных ситуаций, взаимоотношений с учащимися	В течение года	Соц.педагог Педагог-психолог
4	Мониторинг раннего выявления несовершеннолетних, демонстрирующих неблагополучие	1 раз в четверть	Соц.педагог Педагог-психолог Кл.руководитель

**Мероприятия для родителей**

№	Содержание	Сроки исполнения	Ответственные
1	Выявление семей, в которых практикуется жестокое обращение с детьми, семей «группы риска» Методы: индивидуальные беседы, наблюдение, анкетирование	В течение года	Социальный педагог, классные руководители
2	Тренинг для родителей «Как не допустить беды»	По плану кл.рук-лей	Педагог-психолог Соц. педагог
3	Тренинг детско-родительских отношений «Учимся решать конфликты» 7-8 класс	По плану кл.рук-лей	Педагог-психолог Соц. педагог
4	Консультирование родителей по проблеме адаптации учащихся к школьному обучению	В течение года	Педагог-психолог Соц. педагог
5	Консультирование родителей по результатам психологического обследования	В течение года	Педагог-психолог
6	Индивидуальное консультирование родителей (законных)	В течение года	Педагог-

	представителей) учащихся, входящих в группу суицидального риска		психолог, Соц. педагог
7	Опросник для родителей – диагностика нарушений во взаимоотношениях подростка с родителями и их причин	По запросу	Педагог-психолог, соц.педагог, зам.директора по ВР
8	Родительские собрания:« Профилактика семейного неблагополучия и суицидального поведения детей и подростков». Уголовный кодекс РФ (ст.117 «Истязание», ст.110 «Доведение до самоубийства»	Декабрь	Соц.педагог зам.директора по ВР

### Мероприятия для учащихся

№	Содержание	Сроки исполнения	Ответственные
1	Коррекционные занятия для учащихся 1,5 классов с низким уровнем адаптации	В течение года	Педагог-психолог, кл.руководители
2	Коррекционные занятия с учащимися с заниженной самооценкой и повышенным уровнем тревожности	По необходимости	Педагог-психолог, Кл.руководители
3	Коррекционные занятия с детьми с проблемами межличностного общения	В течении года	Педагог-психолог Кл.руководители Соц.педагог
4	Психолого-педагогическая поддержка обучающихся к выпускным экзаменам (тренинг 9 и 11 кл)	Март-апрель	Педагог-психолог
5	Тренинговые занятия по профилактике суицидального поведения среди обучающихся «Жизнь как ценность» (7-9 кл) - тренинг «Я рад с тобой общаться» (7-8 кл) - Беседа «Безвыходных ситуаций не существует»	Январь - апрель	Педагог-психолог  Кл.руководители
6	Индивидуальные консультации для учащихся, входящих в группу суицидального риска	В течение года	Педагог-психолог
9	Воспитательная работа среди учащихся, их родителей, педагогов направленная на стремление к здоровому образу жизни.	В течение года	Кл.руководители

<b>11</b>	Психолого-педагогические групповые консультации на темы «Умей владеть собой», «Приемы снятия психологического напряжения», «Экзамен без стресса»	В течение года	Кл.руководители
<b>12</b>	Цикл бесед «Шаг на встречу»	1 раз в четверть	Соц.педагог
<b>13</b>	Провести коррекционные занятия по профилактики суицида: Тренинг «Выявление страхов»; Тренинг «На тропе доверия»	Январь	Педагог-психолог, соц.педагог
<b>14</b>	Мероприятия и акции в рамках осенней и весенней Недели психологии	Октябрь Апрель	Педагог-психолог, соц.педагог, зам.директора по ВР, советник директора по воспитанию
<b>15</b>	Мероприятия в рамках Всемирный день психического здоровья подростков – 2.03.	апрель	
<b>16</b>	Мероприятия и акции в рамках Всемирного дня предотвращения самоубийств – 10.09.	сентябрь	
<b>17</b>	Мероприятия и акции в рамках Международного дня детского телефона доверия– 17.05.	май	
<b>18</b>	Мероприятия и акции в рамках Дня борьбы с кибербуллингом в России– 11.11.	ноябрь	
<b>19</b>	Неделя здоровья «Здоровье для всех!» Приурочена к Всемирному дню здоровья 7 апреля	апрель	Классные руководители, советник по воспитанию, зам.директора по ВР, учитель физкультуры

### **Кадровые условия для реализации программы**

- Заместитель директора по ВР
- Педагог-психолог
- Социальный педагог
- Председатели М\О
- Классные руководители
- Советник директора по воспитанию

## Координационный план работы с детьми группы риска

№	Мероприятия	Клас. рук.	Соц. педагог	Психолог	Зам. дир. По УВР	Зам. дир. по ВВР	Совет профилактики	Род. комитет
<b>I. Организационные мероприятия</b>								
1.	Составление социального паспорта класса	+						
2.	Составление характеристик на детей группы риска	+	+					
3.	Выявление детей, находящихся в трудной жизненной позиции	+	+					
4.	Организация встреч учителей и специалистов школы с родителями	+	+					+
5.	Составление картотеки и сводных таблиц на учащихся		+					
6.	Организация досуга и кружковой деятельности	+				+		
7.	Составление административных писем, ходатайств и др. документ.		+			+		
8.	Осуществление связи с КДН, ПДН и др. соц. службами		+			+		
9.	Организация летней занятости	+	+			+		
<b>II. Работа с учащимися</b>								
1.	Контроль посещаемости занятий	+			+			
2.	Контроль текущей успеваемости	+			+			
3.	Вовлечение учащихся в кружки и секции	+						
4.	Проведение профилактических бесед	+	+				+	+
5.	Посещение уроков с целью наблюдения за учащимися	+	+					
6.	Направление на консультации к	+	+				+	

	психологу или мед. Специалистам							
7.	Содействие в трудоустройстве	+	+					
8.	Проведение психодиагностики			+				
9.	Помощь в выборе дальнейшего образовательного маршрута	+	+	+	+			
10	Разбор конфликтных ситуаций	+		+				

### III. Работа с родителями

1.	Посещение семей группы риска	+	+					
2.	Проведение консультаций			+				
3.	Приглашение на советы профилактики		+					
4.	Выступления на род. собраниях	+	+	+	+	+		
5.	Разработка рекомендаций по воспитанию детей и улучшению взаимоотношений		+	+				

### IV. Работа с педколлективом

1.	Осуществление обмена необход. информацией с предметниками	+	+					
2.	Консультации по результатам диагностики			+				
3.	Выработка рекомендаций по работе с детьми группы риска		+	+			+	
4.	Выступление на педсоветах	+	+	+	+	+		
5.	Проведение деловых игр, семинаров-практикумов для педагогов по работе с детьми группы риска			+				

## Диагностический инструментарий для оценки суицидального риска:

Критерии	Показатели	Методики изучения
Уровень выраженности факторов риска суицида.	<p>Снижение «группы риска» учащихся с тенденцией к суицидальному поведению.</p> <p>Выявление аутоагрессивных тенденций и факторов формирующих суицидального поведения</p> <p>диагностики и коррекции эмоциональных нарушений (в том числе депрессий, включая их маскированные варианты) у детей, начиная с пятилетнего возраста.</p> <p>Выявление акцентуаций характера у подростков 14-16 лет (<i>обратить внимание:</i> циклоидный, эпилептоидный, эмоционально-лабильный, истероидный)</p>	<p>Методика «Карта риска суицида» Л.Б. Шнейдер</p> <p>Информация о психическом статусе ребенка</p> <p>Тест выявления суицидального риска у детей А.А Кучер, В.Костюкевич</p> <p>Методика «Нарисуй историю» Р.Сильвер</p> <p>Патохарактерологический психологический опросник Личко (ПДО)</p>
Уровень тревожности, агрессии и проявления суицидальных наклонностей.	Формирование адекватной самооценки и освоение эффективных поведенческих стратегий с целью регуляции социальных отношений.	<p>Проективная методика «Ваши суицидальные наклонности» (З.Королева)</p> <p>Методика «Опасения и страхи у детей» А.И.Захарова</p> <p>Методика «Лесенка» (автор В.Г. Щур)</p> <p>Метод незаконченных предложений</p> <p>Опросник суицидального риска (ОСР)(модификация Т.Н. Разуваевой)</p>
	Уменьшение факторов, приводящих к чрезмерному напряжению и тревожности, ригидности фрустрации и агрессии. Выраженность аутоагрессии, самообвинения	<p>Тест "Самооценка психических состояний» (по Айзенку)</p> <p>Опросник Басса-Дарки</p>
Уровень педагогической компетентности родителей	Количество родителей, испытывающих затруднения в вопросах воспитания детей и выразивших желание повысить	Анкета для родителей «Семейное воспитание» тест для родителей по взаимоотношениям с ребенком



	педагогическую компетентность; Количество семей, принявших участие в лекториях, тренингах и т.д. для родителей.	статистические данные;
Уровень осведомленности обучающихся по вопросам здорового образа жизни и выявления группы риска учащихся, употребляющих ПАВ.	Наличие у обучающихся знаний о психоактивных веществах и их употреблении.	Анкета по ПАВ

### Список других психодиагностических методик для исследования склонности к саморазрушающему поведению обучающихся

#### 1. Методики для выявления предпосылок развития девиантного поведения:

- Методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению (А. Н. Орел)
- Карта наблюдений (Д.Стотта)
- Опросники Т.М. Ахенбаха
- Опросники Т. М. Ахенбаха для учителей
- Диагностика социально-психологической запущенности детей
- «Шкала принятия других» (В.Фейя)
- «Шкала доброжелательности» (Д.Кэмпбелла)
- «Шкала манипулятивного отношения» (Т.Банта)
- «Шкала враждебности» (В.Кука - Д.Медлей)
- «Шкала доверия» (М.Розенберга)
- Шкала поиска острых ощущений, или чего вы хотите от жизни?
- Методика для оценки наличия и выраженности иррациональных установок (А.Эллиса)
- Модифицированный вариант опросника «Решение трудных ситуаций»

#### 2. Методики для выявления зависимого поведения

- Тест RAFFT (Relax, Alone, Friends, Family, Trouble) для быстрой диагностики алкоголизма и наркомании у подростков
- Тест-опросник «Аддиктивная склонность» В.В. Юсупова
- Анкета для раннего выявления родителями химической зависимости у подростка (Е.В.Змановская)
- Тест на алкоголизм университета штата Мичиган (MAST)
- Тест Фагерстрёма на определение степени никотиновой зависимости
- Тест на интернет-аддикцию (Т. А. Никитина, А. Ю. Егоров).

#### 3. Методики для оценки характерологических особенностей:

- Методика определения акцентуации характера (К. Леонгард – Х. Шмишек)

- Методика аутоидентификации акцентуаций характера (Э. Г. Эйдемиллер)
- Опросник EPQ (Г. Айзенк)
- Опросник EPI (Г. Айзенк)
- Методика диагностики типа акцентуации характера "Чертова Дюжина"
- Многофакторный личностный опросник FPI (модифицированная форма В)
- Тест «Дом. Дерево. Человек»

#### **4. Методики диагностики социально-психологической адаптации, межличностных отношений и представлений о себе:**

- Методика диагностики межличностных отношений (Т. Лири)
- Методика «Q-сортировка», или ваше мнение о себе самом
- Модифицированный вариант опросника межличностных отношений (ОМО) (В. Шутца)
- Шкала социально-психологической адаптированности
- Методика диагностики социально-психологической адаптации (К. Роджерс, Р. Даймонд)
- Исследование конфликтности подростков методом незаконченных предложений (вариант метода Сакса-Сиднея)
- Тест для определения стратегий поведения в конфликте (К. Томас)
- Тест для оценки агрессивности в отношениях (А. Ассингер)
- Методика диагностики эгоцентризма у подростков (Т. И. Пашуков)

#### **5. Методики для выявления эмоциональных состояний, стрессовых ситуаций и их преодоления:**

- Тест «Самооценка психических состояний» (Г. Айзенк)
- Методика для оценки психологических защит (Р. Плутчик, Г. Келлерман)
- Методика определения индивидуальных копинг стратегий (Э. Хайм)
- Личностна шкала проявлений тревоги (Дж. Тейлор)
- Определение уровня депрессии Т. И. Балашова
- Рисуночный тест Сильвер.
- 

#### **Интернет-ресурсы:**

1. Алимова М.А Суицидальное поведение подростков: диагностика, профилактика, коррекция. Барнаул., 2014г (Электронный ресурс)
2. <http://podrostkov-net.ru/>
3. <http://www.pobedish.ru/> Ты победишь! Жизнь – война, суицид-дезертирство.
4. <http://skachate.ru/pshologiya/610/index.html>
5. [http://trmk.moy.su/metod-rekom-po\\_profilaktke\\_suicida\\_sko.docx](http://trmk.moy.su/metod-rekom-po_profilaktke_suicida_sko.docx)
6. [http://www.narkotiki.ru/5\\_1312.htm](http://www.narkotiki.ru/5_1312.htm)
7. [http://narkotiki.ru/5\\_201.htm](http://narkotiki.ru/5_201.htm)
8. <http://www.zubstom.ru/docs/index-2179.html>
9. <http://tehnoclimate.ru/diagnostika-i-korrekcija-faktorov/>
10. [http://psycheya.ru/lib/nark\\_sem/nark\\_sem\\_23.htm](http://psycheya.ru/lib/nark_sem/nark_sem_23.htm)
11. [http://maluhenkooa.ucoz.ru/index/shest\\_mudrykh\\_sovetov/0-59](http://maluhenkooa.ucoz.ru/index/shest_mudrykh_sovetov/0-59)
12. <http://biofile.ru/psy/14252.html>

## Приложения

1. План мероприятий по профилактике аутоагрессивного поведения среди обучающихся МОУ «Благоевская СОШ имени Героя России А.А.Власенкова на учебный год.
2. Памятка для педагогов «Алгоритм работы с кризисным случаем» Группы риска
3. Алгоритм действий по профилактике суицидов учащихся образовательных организаций на разных уровнях профилактики.
4. Алгоритм раннего выявления суицидальных намерений методом наблюдения и анализа поведения.
5. Алгоритм действий при общении с родителями ребенка, демонстрирующего признаки суицидального поведения.
6. Алгоритм действий при работе с классом, в котором произошел случай незавершенного суицида.
7. Алгоритм действий при работе с классом, в котором произошел случай завершенного суицида.
8. Алгоритм действия психолога при риске суицида в школе.
9. Рекомендации для работы классного руководителя по оказанию помощи суицидентам.
10. Рекомендации по работе классного руководителя с классом.
11. Алгоритм действий в ситуации выявления учащихся ОУ, склонных к самоповреждающему поведению или состоящих в интернет-сообществах, посвященных суициду.
12. Схема обследования суицидального школьника
13. Рекомендации педагогам по оказанию поддержки ребенку, имеющему признаки суицидального риска.
14. Памятка для родителей «Как не допустить суицид у подростка»
15. Памятка для учителей и классных руководителей «Как не допустить суицид у подростка»