



РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ  
Министерство образования Калининградской области  
ЦЕНТР ДИАГНОСТИКИ И КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ  
ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

Рассмотрено и принято  
Медико-педагогическим Советом  
Протокол № 03  
от « 30 » 01 2018г.



Утверждаю  
« 01 » 2018 г  
Директор ОЦДиК  
В.В. Васильев

Программа дополнительного профессионального образования

**«Профилактика суицидального поведения несовершеннолетних в образовательных организациях»**

Тип программы –  
дополнительная профессиональная программа  
повышения квалификации  
Срок реализации программы: 16 часов  
Форма обучения: очная.

Калининград, 2018 год

**Составитель:** Е.О.Студинская – педагог-психолог, руководитель отдела практической психологии Центра.

### **Краткая аннотация.**

Программа курсов повышения квалификации представляет интерес для субъектов системы профилактики отклоняющегося поведения несовершеннолетних, в частности одной из ее форм - аутоагрессивного поведения и может быть использована в образовательных организациях. В программе рассматриваются социальные, организационные и иные аспекты профилактической работы с детьми и подростками и определены приемы общей профилактики, направленные на повышение групповой сплоченности детских коллективов, оптимизацию психологического климата, на поддержку адаптации, формируя или усиливая уже имеющиеся антисуицидальные барьеры, методы и мероприятия первичной, вторичной и третичной профилактики, направленные на распознавание маркеров суицидального риска, поддержку подростков, мероприятия, снижающие последствия и уменьшающие вероятность самоповреждения.

## Пояснительная записка

### 1. Актуальность.

Проблема профилактики суицидального поведения обучающихся представляется особенно актуальной, поскольку в последние годы участились случаи суицидов и суицидальных попыток среди несовершеннолетних. Мир высоких технологий, порождающий большое количество неудовлетворенных потребностей, а также ряд неустойчивых психических состояний, вносит деструктивное начало в жизнь индивида.

Причины суицида возникают как результат социально-экономической нестабильности общества, изменений в содержании ценностных ориентаций, неблагоприятных семейно-бытовых отношений, отсутствия родительского внимания, именно поэтому проблема профилактики суицидального поведения у детей и подростков является наиболее важной проблемой современного общества.

По данным ВОЗ около 20% самоубийств в мире приходится на подростковый и юношеский возраст. Число же суицидальных действий и намерений гораздо больше.

В России в последние 6-7 лет частота суицидов составляет 19-20 случаев на 100 тысяч подростков. Ежегодно это составляет от полутора до двух с лишним тысяч человек. Средний показатель в мире – 7 случаев на 100 тысяч. Это выводит нашу страну на одно из первых мест в списке стран, где подросткам наиболее свойственно суицидальное поведение.

Некоторые теоретики считают, что период юности сам по себе создает стрессовый климат, в котором более вероятно совершение попытки суицида. Юность - период быстрого роста. В нашем обществе он зачастую связан с конфликтами, ощущением депрессии, напряжением и проблемами в школе и дома. Подростки, как правило, более чувствительно, более сердито и импульсивно реагируют на события, чем люди из других возрастных групп. Наконец, внушаемость подростков и их стремление подражать другим, в том числе тем, кто пытается покончить с собой, может создать почву для суицида.

В связи с актуальностью данной темы разработана Программа повышения квалификации педагогов по профилактике суицидального поведения несовершеннолетних в образовательных организациях.

**1.2. Цель программы - повышение профессиональных знаний специалистов в области психологической помощи и профилактики суицидального поведения детей и подростков**

**1.3. Совершенствуемые компетенции и планируемые результаты программы.**

№	Совершенствуемые компетенции	Планируемые результаты		
		Уровень трудовой функции		
		знание	умение	владение
1	2	3	4	5
	Осуществлять меры по предупреждению суицидального поведения несовершеннолетних, содействовать адаптации ребенка и взрослого в	Современных подходов к профилактике суицида, особенностей отклоняющегося	Осуществлять организационно-методическое обеспечение по профилактике суицидального	Способностью проводить профилактическую беседу, разрабатывать рекомендации

организации повышения сплоченности коллективов, психологического климата, формируя или усиливая уже имеющиеся антисуицидальные барьеры.	образования, групповой детской оптимизации климата, уже	поведения детей и подростков, основные понятия, причины, факторы суицидального риска и поведения, симптомы стресса и депрессии.	поведения несовершеннолетних, оценивать патохарактерологические особенности, уровень тревожности, агрессивности, степень дезадаптации, степень риска по суициду.	для родителей и педагогов, использовать приемы конструктивного преодоления кризисных состояний, психотехнические приемы изменения контекста ситуации, проводить упражнения для регуляции эмоциональной сферы.
---	---	---	--	---

#### 1.4. Контингент слушателей.

педагоги-психологи, социальные педагоги, классные руководители, заместители директоров образовательных организаций по воспитательной работе.

#### 1.5. Методы обучения.

Лекции, практические занятия, самостоятельная работа.

#### 1.6. Сроки и трудоемкость обучения.

Срок обучения – не менее 2х дней

Трудоемкость – 16 часов

## 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### 2.1. Учебный план программы.

№ п/п	Наименование тем	Всего часов	Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа (А)	Формы контроля
1.	Основные понятия. Исторический анализ суицидального поведения подростков в России. Факторы повышенного риска и причины суицидального поведения, индикаторы, ресурсы. Депрессии у детей и подростков. Современные подходы.	2	2			
2.	Профилактика суицидов в детском и подростковом возрасте. Роль педагогов, школьных психологов и социальных педагогов.	2	1	1		
3.	Работа с родителями по	4	2	2	1	Участие в

	профилактике суицидального поведения					выполнен или практической работы
4.	Особенности профилактики суицидального поведения в образовательной среде	2	2			
5.	Основы кризисного вмешательства – стратегия действий педагогов в суицидоопасной ситуации	2	1	1		
6.	Оценка суицидального риска, принципы построения беседы с ребёнком в кризисной ситуации.	3		2	1	Участие в выполнении практической работы
7.	Итоговая аттестация	1				
	Всего	16	8	5	2	

## 2.2. Календарный учебный график

Календарный график формируется по мере набора группы.

## 2.3. Основное содержание рабочей программы учебных предметов

№ п/п	Виды учебных занятий, учебных работ	Краткое содержание
Основные понятия. Исторический анализ суицидального поведения подростков в России. Факторы повышенного риска и причины суицидального поведения, индикаторы, ресурсы. Депрессии у детей и подростков. Современные подходы.	интерактивная лекция,	Проблемы суицида подростков в современном мире. Особенности виды девиантного поведения, причины поведенческих девиаций; суицид, суицидальная попытка, суицидальное поведение; медицинские и психологические причины; факторы повышенного риска, индикаторы, антисуицидальные факторы и ресурсы, депрессивные состояния подростков; психофизиология стресса.
Профилактика суицидов в детском и подростковом возрасте. Роль педагогов, школьных психологов и социальных педагогов.	интерактивная лекция, практическое занятие	Задачи и особенности проведения первичной, вторичной и третичной профилактики суицида в образовательной организации. Методы и методики по выявлению подростков "группы риска", возможности специалистов.
Работа с родителями по профилактике суицидального поведения	интерактивная лекция, практическое занятие, самостоятельная работа	Работа со случаем, разработка рекомендаций для родителей.
Особенности профилактики	интерактивная лекция,	Проведение индивидуальной и

суицидального поведения в образовательной среде		групповой работы, особенности межведомственного взаимодействия с другими субъектами профилактики.
Основы кризисного вмешательства – стратегия действий педагогов в суицидоопасной ситуации	интерактивная лекция, практическое занятие	Алгоритм действий педагога-психолога, социального педагога организации в ситуации совершенного суицида, проведение дебрифинга, посткризисные меры.
Оценка суицидального риска, принципы построения беседы с ребёнком в кризисной ситуации.	интерактивная лекция, практическое занятие, самостоятельная работа	Работа со случаем, проведение беседы, презентация плана профилактической работы.
Итоговая аттестация		Зачет/незачет

### **3. СОДЕРЖАНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ/ДИСТАНЦИОННОЙ РАБОТЫ**

Рекомендован следующий порядок выполнения работы:

- Найти интернет-источники дополнительной информации по теме.
- Подобрать методический инструментарий по выявлению суицидального поведения у несовершеннолетних.

#### Понятие о группе суицидального риска

Группа суицидального риска — это собирательное определение для представителей населения, наиболее склонных к суициду и суицидальному поведению.

Факторы суицидального риска

2. Определенные социальные характеристики (отсутствие семьи, постоянного места работы и др.).

3. Суицидальные попытки или эпизоды самоповреждающего поведения в прошлом

3. Доступность средств суицида

К группе риска в первую очередь 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 подростки; 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 подростки из социально-неблагополучных семей - уход из семьи или развод родителей; из семей, в которых были случаи суицидов.

Таким образом, анализ статистических данных показывает, что 62% всех самоубийств несовершеннолетними совершается из-за конфликтов и неблагополучия: боязни насилия одноклассников, друзей, чёрствости и безразличия окружающих. Подростки решались на самоубийство из-за безразличия родителей, педагогов на их проблемы и протестовали против безучастности 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.

## 2. Диагностика суицидального риска у несовершеннолетних.

Каждый психолог и педагог, разрабатывающий свою индивидуальную программу, может произвольно комбинировать те или иные методики, исходя из своей логики диагностики и последующей превенции. Хочется отметить, что во втором случае методический инструментарий играет вспомогательную роль, применяя его, психолог не только получит результаты диагностики суицидального риска, но сможет их использовать при консультировании родителей или подростков.

### 2.1 Диагностические признаки суицидального поведения

#### Внешние маркеры суицидального поведения

- Тоскливое выражение лица.
- Склонность к нытью, капризность, эгоцентрическая направленность на свои страдания, слезливость.
- Скука, грусть, уныние, угнетенность, мрачная угрюмость, злобность, раздражительность, ворчливость.
- Брюзжание, неприязненное, враждебное отношение к окружающим, чувство ненависти к благополучию окружающих.
- Повышенная подвижность мышц лица, часто неестественная мимика, или наоборот отсутствие мимических реакций.
- Тихий монотонный голос, замедленная речь, краткость или отсутствие ответов.
- Ускоренная экспрессивная речь, патетические интонации, причитания.
- Общая двигательная заторможенность или бездеятельность (все время лежит на диване), либо наоборот двигательное возбуждение.
- Склонность к неоправданно рискованным поступкам.
- Чувство физического недовольства, безразличное отношение к себе, окружающим, «бесчувственность».
- Тревога беспредметная (не могу сказать по поводу чего тревожусь), тревога предметная (зная и говорю по поводу чего тревожусь).
- Ожидание непоправимой беды, страх.
- Постоянная тоска, взрывы отчаяния, безысходности, усиление мрачного настроения, когда вокруг много радостных событий.
- Пессимистическая оценка своего прошлого, избирательное воспоминание неприятных событий прошлого.
- Пессимистическая оценка своего нынешнего состояния, отсутствие перспектив в будущем.
- Словесные маркеры

- Прямые или косвенные сообщения о суицидальных намерениях: «Хочу умереть!», «Ты меня больше не увидишь!», «Я этого не вынесу!», «Скоро все это закончится!».
- Шутки, иронические высказывания о желании умереть, о бессмысленности жизни («Никто из жизни еще живым не уходил!»).
- Уверения в своей беспомощности и зависимости от других («Если с ней что-то случится, то я не выживу, а пойду вслед за ней!», «Если он меня разлюбит, я перестану существовать!» и т.п.).
- Прощания.
- Самообвинения («Я ничтожество! Ничего собой не представляю», «Я гениальное ничтожество. Если, как говорит один хороший человек, самоубийство — это естественный отбор, то почему же я не убьюсь наконец?» и т.п.).
- Сообщение о конкретном плане суицида («Я принял решение. Это будет сегодня, когда предки уедут на свою дачу. Алкоголь и таблетки я уже нашел» и т.п.).

#### **На что родителям стоит обратить внимание?**

- изменения настроения,
- нарушение аппетита – отсутствие или, наоборот, чрезмерный аппетит;
- нарушения сна – поверхностный сон, кошмары;
- быстрая утомляемость;
- фобии, попытки убежать или спрятаться от чего-либо, конкретные страхи;
- изменения в отношении к своей внешности;
- агрессии и вспышки гнева;
- концентрация на «здесь и сейчас», нежелание строить планы на будущее;
- самоизоляция, интерес к теме смерти (появление в доме литературы по этой теме, переписка в Интернете и т.п.);
- нежелание посещать образовательное учреждение (в том числе увеличение числа прогулов);
- серьезные изменения в состоянии здоровья (частые недомогания, частые головные боли и др.)

## **4. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

### **4.1. Квалификация педагогических кадров, обеспечивающих реализацию образовательного процесса**

Реализацию дополнительной профессиональной программы обеспечивают специалисты, имеющие специальное профессиональное образования по направлению подготовки и опыт работы, соответствующий преподаваемому предмету.

### **4.2. Материально-технические условия**

Лекционный зал, мультимедийная установка, компьютерные программы обеспечивающие образовательный процесс (демонстрация презентаций, аудио- и видео- контента), флипчар, маркеры.

### **4.3. Учебно-методические условия.**

**Литература нормативно-правовая**



1. Конституция РФ (ст.20)
2. Кодекс об административных правонарушениях РФ (ст.5.35)
3. Уголовный кодекс РФ (ст.110, 115-118, 125, 156)
4. Семейный кодекс РФ (ст.73, 77)
5. ФЗ от 29 декабря 2010г. №436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющий вред их здоровью и развитию»
6. ФЗ от 29 декабря 2012г. №273-ФЗ «Об образовании в РФ»
7. ФЗ от 02 июля 1992г.№3185-1 «О психиатрической помощи и гарантиях прав граждан при ее оказании».
8. Концепция демографической политики РФ на период до 2025г, утвержденная Указом Президента РФ от 09 октября 2007 №1351. В Концепции предусмотрено сокращение уровня смертности от самоубийства за счет повышения эффективности профилактической работы.
9. Закон РФ от 27 декабря 1991г.№2124-1 «О средствах массовой информации»
10. Распоряжение Правительства РФ от 02 декабря 2015г.№2471-р «Об утверждении Концепции информационной безопасности детей».
11. Письмо Минобрнауки России от 28 апреля 2014 №ДЛ-115/03 «О направлении методических материалов для обеспечения информационной безопасности детей при использовании ресурсов сети Интернет»
12. Приказ Минобрнауки РФ от 26 октября 2011 №2537 «Об утверждении плана мероприятий Министерства образования и науки РФ по профилактике суицидального поведения среди обучающихся образовательных учреждений на 2011-2015 годы».
13. Письмо Минобрнауки РФ от 27 февраля 2012 №06-356 «О мерах по профилактике суицидального поведения обучающихся».
14. Письмо Минобрнауки РФ от 18 января 2016 №07-7453 «О направлении методических рекомендаций по профилактике суицида».

#### **Основная литература**

1. Бурмистрова Е.В. Психологическая помощь в кризисных ситуациях (предупреждение кризисных ситуаций в образовательной среде): Методические рекомендации для специалистов системы образования. М.: МГППУ, 2006
2. Василюк Ф.Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций).- М.: Изд-во МГУ, 1984.
- Василюк Ф.Е. Психотехника переживания.- М., 1991.
4. Вроно Е.М. Предотвращение самоубийств подростков. Руководство для подростков. М.: Академический проект, 2001
5. Вроно Е.М., Ратинова Н.А. О возрастном своеобразии аутоагрессивного поведения у психически здоровых подростков // Сравнительно-возрастные исследования в суицидологии. М., 1989, с.38-46
6. Егоров А.Ю., Игумнов С.А. Расстройства поведения у подростков. -СПб, Речь, 2005.
7. Ефремов В.С. Основы суицидологии. СПб.: Диалект, 2004
8. Исаев Д.С. Психология суицидального поведения.- Самара, 2000
9. Овчарова Р.В. Практическая психология образования. -М., 2003
10. Подольский А.И., Идобаева О.А. Внимание: подростковая депрессивность.- М., 2004

11. Положий Б.С. Суициды в детском и подростковом возрасте.- ФГ ГНЦСиСП им.Сербского. М., 2009
12. Сакович Н. Содержание антисуицидальной профилактической работы учреждении образования. Школьный психолог, октябрь 2011.
13. Страшенбаум Г.В. Суицидология и кризисная терапия.- М.: Когито-Центр 2005
14. Тарабрина Н.В. Практическое руководство по психологии травматического стресса. М.: Когито-Центр, 2007
15. Шнейдер Л.Б. Девиантное поведение детей и подростков.- М., 2005.

## 5. Оценка качества освоения программы

### 5.1. Формы аттестации, предусмотренные программой

Программа предусматривает текущую и итоговую аттестацию. Текущая аттестация осуществляется ведущим преподавателем по оцениванию фактических результатов обучения слушателей и проводится в форме экспресс-теста в устной и/или письменной форме. Итоговая аттестация проходит в форме зачета. Объектом оценивания выступает выполнение задания, предусмотренного программой.

Оценка обучения	Требования к оценке
зачет	Оценка «зачет» предоставляется слушателю, если он посещал лекции, выполнил программу курса в полном объеме.
незачет	Оценка «незачет» выставляется слушателю, если: пропускал занятия без уважительной причины, не выполнил программу курса в полном объеме.

## 5.2. Оценочные материалы

### 5.2.1. Практические занятия (Приложение).

### 5.2.2. Итоговая аттестация (выполняется в устной форме)

#### Вопросы к итоговой аттестации.

1. В чем суть суицидального поведения детей и подростков и насколько актуальна проблема депрессивных состояний и суицидальных намерений подростков в настоящее время?
2. Каковы основные факторы повышенного риска и симптомы депрессии у детей и подростков?
3. Какие методы и приемы может использовать педагог по предупреждению суицидального поведения?
4. В чем суть профилактики подростковых депрессий?
5. Дайте определение понятию «психологическое преодоление»
6. Как оценить эффективность основных стратегий преодоления?
7. Как можно избавиться от неприятных воспоминаний?
8. Каким образом можно достичь релаксации?

9. В чем суть антикризисной групповой работы?
10. Какую роль играет мышление в профилактике и конструктивном решении кризисных и проблемных ситуаций?
11. Примените приведенные упражнения и задания в своей работе и проанализируйте, какие из них лучше выполнять индивидуально, а какие – в совместной работе с другими детьми или сверстниками?