**Методические рекомендации**

**по профилактике суицидального поведения в образовательном учреждении**

Проблема суицидального поведения традиционно привлекает внимание общества и исследователей, особенно в детско-подростковой среде. С каждым годом увеличивается количество несовершеннолетних, совершивших суицидальные попытки и завершенные суициды. Существуют серьезные проблемы в организации деятельности по профилактике суицидов и оказания помощи детям и подросткам групп риска, такие как: отсутствие нормативной правовой базы, обеспечивающей сбор и анализ информации о суицидах несовершеннолетних, единого порядка учета и регистрации фактов законченных и незаконченных суицидов среди разных возрастных групп, необходимого числа суицидологических центров (кабинетов) и психологических служб, достаточного количества квалифицированных специалистов и др.

Учреждение образования, где подростки проводят треть дня, представляется идеальной средой для проведения программы предотвращения самоубийств. В данных методических рекомендациях будет предложена модель суицидальной превенции на уровне отдельного образовательного учреждения. Три базовых вопроса могут быть заданы в этой связи: что должно быть сделано, чтобы предотвратить самоубийство, что должно быть сделано, когда молодой человек угрожает кончить жизнь самоубийством, и что необходимо делать, когда самоубийство произошло. Разрабатываемая модель является многоуровневой: охватывает все уровни формирования суицидального поведения несовершеннолетних, сформулированы цели и продумана система мер по предупреждению суицидального поведения на каждом уровне суицидальной превенции.

**Цель создания модели суицидальной превенции** в систематизации мер, предпринимаемых в учреждениях образования без осмысления всего диапазона потенциально возможных ситуаций, связанных с суицидальной проблематикой.

**Принципы модели:**

* Принцип ценности личности, заключающийся в самоценности каждого участника образовательного процесса.
* Принцип уникальности личности, состоящий в признании индивидуальности каждого участника образовательного процесса.
* Принцип приоритета личностного развития, когда обучение выступает не как самоцель, а как средство развития личности каждого ребенка.
* Принцип ориентации на зону ближнего развития каждого ученика.
* 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, организовать работу по оптимизации взаимоотношений в детско-родительской среде. Также позволит продуманно планировать готовность действовать в острых кризисных ситуациях, периодах преодоления последствий ситуаций кризиса, пост кризисного сопровождения.

**Модель суицидальной превенции «Уровни профилактики суицида в образовательной среде»**

**Первый уровень – общая профилактика**

**Цель -**повышение групповой сплоченности в школе.

**Мероприятия.**Создание общих программ психического здоровья, здоровой среды в образовательном учреждении, так чтобы дети чувствовали заботу, уют, любовь. Организация внеклассной воспитательной работы. Разработка эффективной модели взаимодействия школы и семьи, а также школы и всего сообщества.

Учащиеся, чувствующие, что педагоги к нимсправедливы, что у них есть близкие люди в школе, ощущающие себя частью школы, гораздо реже думают или пытаются совершить самоубийство.

**Задачи педагога-психолога на данном этапе:**

* Изучение особенностей психолого-педагогического статуса каждого учащегося с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих в психическом состоянии, общении, развитии и обучении.
* Создание системы психолого-педагогической поддержки учащихся разных возрастных групп в воспитательно-образовательном процессе так и в период трудной жизненной ситуации (составление программы или плана работы по профилактике суицидального поведения учащихся).
* Привлечение различных государственных органов и общественных объединений для оказания помощи и защиты законных прав и интересов ребенка.
* Формирование позитивного образа Я, уникальности и неповторимости не только собственной личности, но и других людей.
* Привитие существующих в обществе социальных норм поведения, формирование детского милосердия, развитие ценностных отношений в социуме.

**Второй уровень – первичная профилактика**

**Цель** - выделение групп суицидального риска; сопровождение детей, подростков и их семей группы риска с целью предупреждения самоубийств.

**Мероприятия**

1. Диагностика суицидального поведения

**Задачи педагога-психолога на данном этапе:**

* Выявление детей, нуждающихся в незамедлительной помощи и защите.
* Работа с семьей ребенка, попавшего в трудную жизненную ситуацию или испытывающего кризисное состояние.
* Оказание экстренной первой помощи, обеспечение безопасности ребенка, снятие стрессового состояния.
1. Индивидуальные и групповые занятия по обучению проблем-разрешающего поведения, поиска социальной поддержки, ее восприятия и оказания, повышению самооценки, развитию адекватного отношения к собственной личности, эмпатии.

**Задачи педагога-психолога на данном этапе:**

* + Сопровождение детей и подростков группы риска по суицидальному поведению с целью предупреждения самоубийств: терапия кризисных состояний, формирование адаптивных копинг-стратегий, способствующих позитивному принятию себя подростками и позволяющих эффективно преодолевать критические ситуации существования.
* Работа с семьей ребенка, попавшего в трудную жизненную ситуацию или испытывающего кризисное состояние.
1. Классные часы, круглые столы, стендовая информация

**Задачи педагога-психолога на данном этапе:**

* + Изучение теоретических аспектов проблемы с позиции различных наук (философии, физиологии, психологии, социологии, педагогики) и использование информации в работе с педагогами и родителями.
	+ Повышение осведомленности персонала, родителей и учащихся о признаках возможного суицида, факторах риска и путях действия в этой ситуации.

С педагогами проводится психопросвещение в вопросах дезадаптивного поведения детей и подростков, в том числе суицидального, дается информация о мерах профилактики суицида среди детей и подростков.

Родителей необходимо познакомить с информацией о причинах, факторах, динамике суицидального поведения, снабдить рекомендациями, как заметить надвигающийся суицид, что делать, если у ребенка замечены признаки суицидального поведения.

С детьми о суициде вести беседы необходимо с позиции их помощи товарищу, который оказался в трудной жизненной ситуации. Известно, что подростки в трудной ситуации чаще всего обращаются за помощью и советом к своим друзьям, чем к взрослым. Именно поэтому подростки должны быть осведомлены о том, что суицид это уход, уход от решения проблемы, от наказания и позора, унижения и отчаяния, разочарования и утраты, отвергнутости и потери самоуважения... словом, от всего того, что составляет многообразие жизни, пусть и не в самых радужных ее проявлениях. Прежде чем оказать помощь другу, который собирается совершить суицид, важно располагать основной информацией о суициде и о суицидентах. Особенно важно быть в курсе дезинформации о суициде, которая распространяется гораздо быстрее, чем информация достоверная. Дети должны получить достоверную информацию о суициде, которую необходимо знать для оказания эффективной помощи оказавшемуся в беде другу или знакомому.

1. Разработка плана действий в случае самоубийства, в котором должны быть процедуры действия при выявлении учащегося группы риска, действия при угрозе самоубийства и после самоубийства

**Задачи педагога-психолога на данном этапе:**

* + Включение созданной системы психолого-педагогической поддержки учащихся разных возрастных групп в воспитательно-образовательном процессе (составленной программы или плана работы по профилактике суицидального поведения учащихся) в общий план действий.
	+ Определение своей позиции и перечня конкретных действий при выявлении учащегося группы риска, при угрозе учащегося закончить жизнь самоубийством, и после самоубийства.

**Третий уровень – вторичная профилактика**

**Цель -** Предотвращение самоубийства

**Мероприятия**

1. Оценка риска самоубийства

Оценка риска самоубийства происходит по схеме: крайняя (учащийся имеет средство совершения самоубийства, выработан четкий план), серьезная (есть план, но нет орудия осуществления) и умеренная (вербализация намерения, но нет плана и орудий).

**Задачи педагога-психолога на данном этапе:**

* + Педагог-психолог может взять на себя роль того, кто мог бы отговорить самоубийцу от последнего шага или выступить в роли консультанта того, кто решился вступить в контакт с учащимся, который грозится покончить жизнь самоубийством, отговорить самоубийцу от последнего шага.
	+ Психолог входит в состав кризисного штаба по предотвращению самоубийства.
1. Оповещение соответствующего учреждения психического здоровья (психиатрическая клиника?), запрос помощи. Оповещение родителей.

**Задачи педагога-психолога на данном этапе должны быть определены и требуют проработки.**

1. Разбор случая со школьным персоналом, который был включен в работу, так чтобы он мог выразить свои чувства, переживания, внести предложения относительно стратегий и плана работы.

**Задачи педагога-психолога на данном этапе должны быть определены и требуют проработки.**

Если самоубийство официально признается причиной смерти учащегося, тогда в уведомлении о причине смерти в среде учащихся должно звучать слово «самоубийство», а не «несчастный случай» или «неизвестная причина смерти». Однако ни в коем случае не должно быть упоминания средств совершения самоубийства.

• Собрать близких друзей и дать возможность работы со специалистом в области психического здоровья.

• Друзьям и учащимся должно быть разрешено посещение похорон. Но они не должны нести гроб.

• Будьте готовы сказать «нет» на все просьбы о проведении вечера памяти в честь погибшего учащегося. Это может увеличить возможность эпидемии самоубийств.

**Четвертый уровень – третичная профилактика**

**Цель**- Снижение последствий и уменьшение вероятности дальнейших случаев, социальная и психологическая реабилитация суицидентов.

**Мероприятия**

1. Оповещение, возможность проконсультироваться с психологом, внимание к эмоциональному климату в школе и его изменению.

**Задачи педагога-психолога на данном этапе:**

* Оказание экстренной первой помощи, снятие стрессового состояния у очевидцев происшествия (дети, подростки, персонал школы).
1. Глубинная психотерапевтическая коррекция, обеспечивающая профилактику образования конфликтно-стрессовых переживаний в дальнейшем.

**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. Овчарова Р.В. Практическая психология образования.- М., 2003.
3. Суицид. О мерах профилактики суицида среди детей и подростков. Официальный сайт ФППМ ВШК (факультет Психолого-педагогического менеджмента Высшей Школы Социально-управленческого консалтинга).
4. Черепанова Е. «Психологический стресс. Помоги себе и своему ребенку». М. 2006.
5. Чернова Г.В. Программа профилактики суицидального поведения "Перекресток". Сайт фестиваля "Открытый урок":