

МИНИСТЕРСТВО СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ,
ОПЕКИ И ПОПЕЧИТЕЛЬСТВА
ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ

ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СОЦИАЛЬНОГО
ОБСЛУЖИВАНИЯ «ЦЕНТР ПОМОЩИ ДЕТЯМ, ОСТАВШИМСЯ БЕЗ ПОПЕЧЕНИЯ
РОДИТЕЛЕЙ, ЗАЛАРИНСКОГО РАЙОНА»

Принята
Советом профилактики
ОГКУСО «ЦПД, Заларинского района»
Протокол № 3
От 14.02.2023г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

ОГКУСО «ЦПД, Заларинского района»



Крицкий Д.Е. Крицкий Кунц

ПРОГРАММА
по профилактике суицидального поведения
несовершеннолетних

«СВЕТОФОР»

(Программа разработана для несовершеннолетних в возрасте от 7 до 18 лет)

Срок реализации программы - 1 год

Автор программы:
Картошкина А.Н.
педагог-психолог

2023 г.

Оглавление

1. Пояснительная записка:

Данная программа предназначена для организации профилактической и коррекционной работы по предотвращению суицидальных попыток среди несовершеннолетних разных возрастных групп в центре помощи детям, оставшимся без попечения родителей.

Психологическое воспитание - важнейшее средство духовного здоровья!

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, чёрствости 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.

2. Основные концепции суицидов.

Самоубийство (суицид) – осознанное лишение человеком себя жизни.

Суицидальным поведением называют любые внутренние и внешние формы психических актов, направляемые представлениями о лишении себя жизни (Амбрумова А.Г., Тихоненко В.А., 1978, 1980).

Стремление осмыслить природу суицидов, дать этому явлению какое-то теоретическое обоснование уходит своими корнями в глубокое прошлое (Булацель П., 1900). Но и в настоящее время нет единой теории, объясняющей природу суицидов. Можно говорить только об отдельных теоретических концепциях этой проблемы.

Необходимость борьбы суицидальными происшествиями вытекает, прежде всего, из абсолютной ценности человеческой жизни, трагической бессмысленности гибели людей. В возрастной динамике резкий рост суицидов наблюдается после 13 лет. У подростков значительно чаще, чем среди взрослых, наблюдается так называемый *«эффект Вертера»-самоубийство под влиянием чьего-либо примера*. Решаются на такой шаг, как правило, замкнутые, ранимые по характеру подростки от ощущения одиночества, собственной ненужности, стрессов и утраты смысла жизни. Влечение к смерти, *фрейдовский «Танатос»* — не что иное, как *попытка разрешить жизненные трудности*, путем ухода из самой жизни, особенно характерно для подросткового и юношеского возраста.

Условно выделяют три основные концепции: психопатологическую, психологическую и социальную (Кондрашенко В.Т., 1988).

Совокупность суицидентов представлена тремя основными диагностическими категориями: больные психическими заболеваниями, пограничные нервно-психические расстройства, практически здоровые.

У всех суицидентов независимо от их диагностической принадлежности обнаруживаются объективные и субъективные признаки социально-психологической дезадаптации личности. Объективно дезадаптация проявляется изменением поведения человека в среде ближайшего социального окружения, ограничением возможности успешно справляться со своими социальными функциями или патологической трансформацией поведения. Субъективно дезадаптация проявляется широким диапазоном от негативно окрашенных психологических переживаний (тревога, горе, обида, душевная боль и др.) до выраженных психопатологических синдромов (астения, депрессия, дисфория).

Таким образом, генез суицидального поведения определяется соотношением средовых, личностных и (при наличии психического расстройства) психопатологических факторов.

3. Программа профилактики суицидального поведения «Светофор»:

3.1 Основная цель программы: формирование у воспитанников позитивной адаптации к жизни, как процесса сознательного построения и достижения человеком относительно устойчивых равновесий отношений между собой, другими людьми и миром в целом.

Поставленная цель достигается за счёт последовательного решения следующих задач:

Основные задачи программы:

1. Изучение теоретических аспектов проблемы с позиции различных наук (философии, физиологии, психологии, социологии, педагогики) и использование информации в работе с педагогами и родителями.
2. Выявление детей, нуждающихся в незамедлительной помощи и защите и оказание экстренной первой помощи, обеспечение безопасности ребенка, снятие стрессового состояния.
3. Изучение особенностей психолого-педагогического статуса каждого ребенка с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих в психическом состоянии, общении, развитии.
4. Привитие существующих в обществе социальных норм поведения, формирование детского милосердия, развитие ценностных отношений в социуме.
5. Формирование позитивного образа Я, уникальности и неповторимости не только собственной личности, но и других людей.

3.2 Основные направления деятельности:

1. Работа с детьми, ставшими на путь социальной дезадаптации, но имеющими ближайшие перспективы её преодоления.
2. Работа с детьми, нуждающимися в срочной психоэмоциональной поддержке.

3.3 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 ребенка**.
5. Принцип **эмоционально-ценностных ориентаций** воспитательного процесса.

3.4 Этапы реализации программы:

- **Первый этап.**

Цель — повышение групповой сплоченности.

Мероприятия

Организация воспитательной работы.

Задачи педагога-психолога на данном этапе:

- Изучение особенностей психолого-педагогического статуса каждого воспитанника с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих в психическом состоянии, общении, развитии и обучении.
- Создание системы психолого-педагогической поддержки несовершеннолетних (составление плана работы по профилактике суицидального поведения воспитанников).

• **Второй этап.**

Цель — выделение групп суицидального риска; сопровождение детей, подростков группы риска с целью предупреждения самоубийств.

Мероприятия

1. Диагностика суицидального поведения
2. Оценка риска самоубийства, оповещение администрации, педагогов.

Задачи педагога-психолога на данном этапе:

- Выявление детей, нуждающихся в помощи и защите.
- Работа с семьей ребенка, попавшего в трудную жизненную ситуацию или испытывающего кризисное состояние.
- Обеспечение безопасности ребенка, снятие стрессового состояния.

• **Третий этап**

Цель – укрепление психического здоровья несовершеннолетних, оказание профилактической помощи педагогам по проблеме подросткового суицида.

Мероприятия

1. Воспитательские часы, часы психолога, круглые столы, индивидуальные и групповые развивающие занятия с несовершеннолетними по повышению самооценки, развитию адекватного отношения к собственной личности, эмпатии.
3. Индивидуальные и групповые беседы, консультации, круглые столы, рекомендации для педагогов по данной теме.

Задачи педагога-психолога на данном этапе:

- Повышение осведомленности персонала о признаках возможного суицида, факторах риска и путях действия в этой ситуации.
- Изучение теоретических аспектов проблемы с позиции различных наук (философии, физиологии, психологии, социологии, педагогики) и использование информации в работе с педагогами и родителями.
- Формирование позитивного образа Я, уникальности и неповторимости не только собственной личности, но и других людей.
- Привитие существующих в обществе социальных норм поведения.

Этапы	Возраст	Характеристика
I	1 – 4 класс	Коррекция зависимости от окружающих. Обучение умению самостоятельно решать проблемы. Снижение враждебности во взаимоотношениях со сверстниками. Развитие навыков общения, формирование детского милосердия.
II	5 -7 класс	Выработка специальных навыков высокой самооценки себя как личности. Обучение социальным навыкам и умениям преодоления стресса. Выработка мотивации на достижение успеха. Проведение анкетирования, тестирования

		несовершеннолетних с целью выявления детей, находящихся в состоянии тревожности.
III	8 – 9 класс	Формирование позитивного образа «Я», уникальности и неповторимости не только собственной личности, но и других людей. Привитие существующих в обществе социальных норм поведения, развитие ценностных отношений в социуме.

Возрастные этапы профилактической работы

3.5 Содержание основных понятий:

Покушение на самоубийство – это однородная деятельность человека, не закончившаяся летальным исходом по различным обстоятельствам.

Социализация – двуединый процесс: с одной стороны, это *внешнее* для человека влияние на него со стороны общества его социальных институтов и общественной атмосферы, нравственных норм и культурных ценностей, образа жизни людей; с другой – это *внутреннее*, личностное освоение каждым человеком такого влияния в процессе социального становления.

Социальная среда – человеческое, духовное, предметное окружение ребенка, которое оказывает влияние на его личностное развитие, выступая реальным пространством его формирования и самореализации.

Суицид – самоубийство, намеренное лишение себя жизни. Самоубийство и примыкающий к нему более широкий ряд феноменов аутоагрессии и саморазрушения следует отнести к формам девиантного поведения (поступки или действия человека, не соответствующие официально установленным или фактически сложившимся в данном обществе нормам).

Суицидальная попытка – это целенаправленное оперирование средствами лишения себя жизни, не закончившееся смертью.

Суицидальное поведение – волевые действия личности, конечной целью которых является покушение на самоубийство или сам акт самоубийства. Является следствием социально – психологической дезадаптации личности в условиях микросоциального климата.

Суицидальные замыслы – это активная форма проявления суицидальности, т.е. тенденция к самоубийству, глубина которой нарастает параллельно степени разработки плана её реализации.

Суицидальный риск – склонность человека к совершению действий, направленных на собственное уничтожение.

Суицидент – человек, совершивший самоубийство или покушение на самоубийство.

Толерантность – способность человека принимать других людей такими, каковы они есть, сосуществовать и взаимодействовать с ними.

3.6. ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Организованная таким образом работа позволит осуществлять социальную и психологическую защиту детей, снизить количество детей с девиантным поведением и избежать суицидальных попыток.

СИСТЕМА ОТСЛЕЖИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ:

- Промежуточное и итоговое тестирование
 - Диагностика личностей особенностей несовершеннолетних, отслеживание развития ребенка в течение реализации программы;
 - Интерпретация и анализ полученных результатов
- ОСНОВНАЯ ПЛОЩАДКА РАБОТЫ** - ОГКУСО «Центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей, Заларинского района»

3.8. ПЛАНЫ РАБОТЫ ПО РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.

Формы реализации программы

I.

7-11 лет

Ролевые игры, инсценирование, контекстное обучение, тренинги, беседы. Организация участия воспитанников в организованных формах досуга, участия в проведении физкультурно-массовых и культурно-массовых мероприятий.

II.

11-14 лет

Тренинги, ролевые игры, контекстное обучение, инсценирование, беседы с элементами рассуждения.

III.

14-18 лет

Тренинги, ролевые игры, дискуссии, деловые игры; контекстное обучение, беседы с элементами рассуждения; дискуссии, деловые игры, лекции, презентации.

№ п/п	Наименование темы	Кол-во часы		
		всего	теория	практика
1.	Социометрия	2		2
2.	Несуществующее животное	1		1
3.	Знакомство	2		2
4.	"Устранение барьеров эмоционального общения"	2		2
5.	"Стили общения"	2		2
6.	"Знакомство с принципами хорошего слушания"	2		2

7.	"Навыки совместной работы"	2		2
8.	"Обучение владению собой"	2		2
9.	Играем сказку. Подводим итоги.	2		2
10.	Опросник школьной тревожности Филлипса	1	1	
11.	Методика САН	1	1	
12.	«Солнце в ладошке»	2		2
13.	«Встреча с другом»	2		2
14.	«Помирились»	2		2
15.	«Правила дружбы»	2		2
16.	«Сказочная шкатулка».	2		2
17.	«Доброта»	2		2
18.	«Новичок»	2		2
19.	Шкала социально-психологической адаптации (СПА)	1	1	
20.	Оценка способов реагирования на конфликтные ситуации	1	1	
21.	Тест фрустрационной толерантности Розенцвейга	2	2	
22.	«Подари подарок»	2		1
23.	«Что такое толерантность»	2	2	
24.	«Чему меня могут научить трудные ситуации»	2	1	
25.	Техника "Разрывание бумаги" Кэти Дейвис (Kathy Daves)	2		1
26.	«Опасные ситуации. Вежливый отказ»	2		1
27.	«Способы саморегуляции эмоционального состояния»	2		1
28.	«Что делать с гневом?»	2	1	
29.	Склонность к отклоняющемуся поведению	2	1	
30.	Опросник Басса – Дарки (агрессия, чувство вины)	2	1	
31.	Спор не ссора	2		1
32.	Тренинг на тему: «Марсиане»	2		1
33.	Обучение управлению гневом.	2		1
34.	«Просьба и мое отношение к ней»	2		1
35.	Об одиночестве	2		1
36.	«Принять себя»	2		1
37.	Я подарок человечеству.	2		1
38.	Тренинг на тему: «Острова счастья»	2		1
Итого		72		
ИТОГО:		72		

Воспитательно-тематический план

1 год (72 часа 2 раза в неделю по 2 часа)

РАБОТА С НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИМИ 7-11 ЛЕТ

Тематический план профилактической работы с несовершеннолетними

п/п
Тема занятия
Цель занятия
Метод
Кол-во занятий

1
Опросник школьной тревожности Филлипса
Исследование уровня тревожности
Анкетирование

1
2
Методика САН
Исследование самочувствия, активности, настроения
Анкетирование

1
3
Занятие 1. «Солнце в ладошке».

Игра «Встреча сказочных героев», игра «Мальчик (девочка) наоборот», этюд «Солнце в ладошке», этюд «Просто так», игра «Клеевой дождик», этюд «Идём за синей птицей».

Корректировать поведение с помощью ролевых игр; формировать адекватные формы поведения; учить осознавать свое поведение; регулировать поведение в коллективе
Игра, сказкотерапия

1
4
Занятие 2. «Встреча с другом»

Этюд «Встреча с другом», этюд «Два друга», проигрывание ситуаций, игра «Окажи внимание другу», комплекс «Музыкальная мозаика».

Рисунок «Мои друзья».

Развитие проявления сопереживания другому, помощи и поддержки сверстника и взрослого.

Этюд, музыкотерапия, рисунок

1

5

Занятие 3. «Помирились»

Этюд «Поссорились и помирились», мирная считалка, беседа «Кого мы называем вежливым», этюд «Вежливый ребёнок», игра «Розовое слово «привет».

Снижение враждебности во взаимоотношениях со сверстниками. Развитие навыков общения.

Этюды

1

6

Занятие 4. «Правила дружбы»

Игра «Найди друга», игра «Секрет», игра «Цветик-семицветик», релаксация «Улыбка».

Рисование «Новоселье».

Научить детей делиться со сверстником, помогать ему в процесс совместной деятельности, принимать планы и замыслы другого и радоваться его успеху.

Игра, рисование

1

7

«Сказочная шкатулка».

Игра «Сказочная шкатулка», игра «Волшебное колечко», игра «Принц и принцесса», игра «Хоровод», упражнение «Танец».

Рисование на тему «Волшебные зеркала».

Снижение уровня тревожности дошкольника путем снятия эмоционального и телесного напряжения.

Сказкотерапия

1

8

«Доброта».

Этюд «Злодей», чтение рассказа Э. Шима «Не смей», этюд «Впереди всех», проигрывание ситуаций.

Учить проявлять искренние, добрые чувства по отношению к кому либо или чему либо.

этиюд

1

9

«Новичок»

Игра «Молчок», этюд «Три характера», игра «Скучно, скучно так сидеть», игра «Дракон кусает свой хвост», игра «Комплименты».

Рисование на тему сценки «Три характера».

Оценка способствующая реагировать правильно на конфликтную ситуацию

игра

1

9

Итого:

РАБОТА С НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИМИ 11-14 ЛЕТ

Тематический план профилактической работы с несовершеннолетними

п/п

Тема занятия

Цель занятия

Метод

Кол-во занятий

1

Шкала социально психологической адаптации (СПА)

Выявление особенностей адаптации периода личности через интегральные показатели «адаптации».

Опросник

1

2

Оценка способов реагирования на конфликтные ситуации

Выявление тенденции взаимоотношений в сложных условиях.

Тест

1

3

Тест фрустрационной толерантности Розенцвейга

Выявление устойчивых характеристик фрустрационных реакций испытуемого.

Тест

1

4

«Подари подарок»

Расслабление мышц

Этюды

1

5

«Что такое толерантность»

Дать понятие о толерантности

Психокоррекционное занятие

1

6

«Чему меня могут научить трудные ситуации»

Навыки конструктивного поведения

Ролевой тренинг

1

7

Техника «Разрывание бумаги» Кэти Дейвис (Kathy Daves)

Разрядка накопившейся энергии.

Разрываем бумагу на полоски.

1

8

«Опасные ситуации. Вежливый отказ»

Снижение уровня личностной тревожности

Психокоррекционное занятие

1

9

«Ноги топают» Кэти Вандерлих

Снижение эмоционального напряжения

Психотерапевтическая техника

1

10

«Что делать с гневом?»

Снижение эмоционального напряжения

Беседа

1

Итого:

10

РАБОТА С НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИМИ 14-18 ЛЕТ

Тематический план профилактической работы с несовершеннолетними

п/п

Тема занятия

Цель занятия

Метод

Кол-во занятий

1

Склонность к отклоняющемуся поведению

Выявить склонность к отклоняющему поведению

Анкетирование

1

2

Опросник Басса – Дарки (агрессия, чувство вины)

Выявление агрессивности или чувство вины у тестируемых

Тестирование

1

3

Спор не ссора

Скорректировать понятия спор и ссора.

Психокоррекционное занятие

1

4

Тренинг на тему: «Марсиане»

Тренинг

1

5

Обучение управлению гневом.

Расслабление обучающихся

Беседа

1

6

«Просьба и мое отношение к ней»

Развивать правильное отношение к «просьбам»

Психокоррекционное занятие

1

7

Об одиночестве

Ознакомить воспитанников с понятием «одиночество»

Беседа

1

8

«Принять себя»

На примере сказочных героев научить принимать себя любым.

Сказка

1

9

Я подарок человечеству.

В процессе дискуссии выяснить кто подарок человечеству.

Дискуссия

1

10

Тренинг на тему: «Острова счастья»

Развивать умения делать выбор, развитие, воображение, мышление.

Тренинг

1

Итог:

10

3.9 Список литературы, использованной при разработке программы:

1. Арефьева Т.А., Галкина Н.И. Преодоление страхов у детей. – М., 2005 г.
2. Борщевицкая Л. Психологический час “Как научиться жить без драки” // Школьный психолог, 2006, №10.
3. Галушина Э., Комарова О. Игра для подростков “В чем смысл жизни” // Школьный психолог, 2005, №5.
4. Горденюк Т.Н. Психолго-педагогические инновации в коррекционных классах.- Волгоград, 2008 г.
5. Гальцова Е.А. Нравственное воспитание в начальной школе. – Волгоград, 2007 г.
6. Дубровина И.В. - Психокоррекционная и развивающая работа с детьми – М., 1999 г.
7. Вачков И. Как работать с агрессией. – М., 2001 г.
8. Картушина Е.П., Романенко Т.В. Психологический комфорт в школе. – Волгоград, 2009 г.
9. Кэдьусон Х., Шефер Ч. Практикум по игровой психотерапии. – Спб, 2002 г.
10. Михайлина М.Ю., Павлова М.А. Психологическая помощь подростку в кризисных ситуациях. – Волгоград, 2009 г.
11. Нелюбова Я.К. Помощь детям, пострадавшим от насилия в семье. - Волгоград, 2008г.
12. Практическая психология в тестах - М., 2005 г.
13. Психологические аспекты суицидального поведения. Методические рекомендации – М., 2008 г.
14. Перешеина Н.В., Заостровцева М.Н. Агрессивное поведение. Коррекция поведения. – М., 2006 г.
15. Романов А.А. Игротерапия: как преодолеть агрессивность у детей - М., 2003 г.
16. Рыскова Н.А. Поведенческие расстройства у детей. – М., 2004 г.
17. Синягин Ю.В., Синягина Н.Ю.. Детский суицид. Психологический взгляд. КАРО, С – П , 2006.
18. Славина Л.С. Дети с аффективным поведением. – М., 1997 г.
19. Фурманов И.А. Детская агрессивность: психодиагностика и коррекция. – М., 1996
20. Психо-коррекционные программы SOMVI «Релаксация», «Настроение»
21. Аудиальная психокоррекционная программа «Бименталь»

Прошито

Пронумеровано

страниц

Директор

Д.Е. Крицкий Куні

