

Министерство образования Свердловской области
Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
Свердловской области «Нижнетагильский колледж транспорта»
(ГАПОУ СО «НТКТ»)

ПЛАН ПРОФИЛАКТИКИ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

2025 год

Пояснительная записка

Научными исследованиями и статистическими данными подтверждено, что в подростковом возрасте особенно выражены факторы развития риска суицидального поведения [1]. Как показывает статистика, средний возраст, в котором подростки совершают суицидальные действия, составляет 15 лет [2]. С 2021 по 2023 год 76,1% случаев суицидальных действий приходится на учащихся общеобразовательных организаций на очной форме обучения [2]. В течение последних лет частота суицидальных действий среди подростков имеет заметную тенденцию к увеличению [8].

Среди мотивационных факторов суицидального поведения, распространённых среди несовершеннолетних, выделяют неудачную любовь, недостаток внимания и заботы, несправедливое отношение (как реальное, так и мнимое), неудачи в учёбе, материально-бытовые трудности, препятствия к удовлетворению потребностей, потеря значимого человека, боязнь наказания, самоосуждение за реальный поступок [2]. Проводя работы по профилактике суицидального поведения среди подростков, стоит работать с указанными мотивационными факторами.

Определяя группы мотивов, ведущих к формированию суицидального поведения, принято выделять следующие:

1. Протест: реакция отрицательного воздействия на объекты, вызвавшие психотравмирующую ситуацию (например, месть).
2. Призыв: активация помощи извне с целью привлечь внимание, вызвать сострадание и таким образом изменить психотравмирующую ситуацию.
3. Избежание: уход от наказания или страдания.
4. Самонаказание: искупление «собственной вины» путем совершения суицидальных действий.
5. Отказ от жизни: цель и мотив суицидального поведения совпадают (цель – самоубийство, мотив – отказ от существования) [4].

Работа по профилактике суицидального поведения подростков направлена в первую очередь на укрепление психического здоровья, так как именно достаточный для подростка уровень эмоциональной стабильности, стрессоустойчивости и жизнестойкости способствует благополучию подростка [1]. Следовательно, мы можем говорить о популяционном психообразовании — системной психопрофилактической работе, направленной на информирование о возможных психических расстройствах и

методах совладания со специфическими проблемами в сфере психического здоровья [1].

Целью нашей работы является предупреждение формирования суицидальных мотивов, мыслей и поведения, и потому наша информационно-просветительская работа направлена на повышение осведомлённости подростков, их родителей (законных представителей) и педагогов о признаках суицидального поведения, доступных способах обращения за помощью и формированию позитивных жизненных установок. Указанные действия осуществляются на основе учёта индивидуально-психологических особенностей подростков, необходимого для раннего выявления суицидальных намерений, так как группа несовершеннолетних, совершающих самоубийства, является неоднородной по множеству признаков.

Минздрав России рекомендует осуществлять в основе психопрофилактических мероприятий меры раннего выявления обучающихся, склонных к суицидальному поведению, а также оказания действенной помощи в разрешении личных и семейно-бытовых проблем, преодолении трудностей в обучении [1].

Задачами представленной программы выступают:

1. Распространение среди подростков, их родителей (законных представителей) и педагогов знаний о: психическом здоровье, его детерминантах и факторах; признаках депрессии, дистресса и суицидальной угрозы; существующих способах получения помощи и поддержки.
2. Формирование у подростков ближайших жизненных целей и перспективных жизненных стратегий, положительного образа «Я».
3. Создание системы психолого-педагогической поддержки обучающихся разных возрастных групп в воспитательно-образовательном процессе образовательной организации.

Данная программа профилактики суицидального поведения подростков имеет следующую **практическую направленность**: работа с подростками, ставшими на путь социальной дезадаптации; работа с подростками, нуждающимися в психоэмоциональной поддержке; коррекционно-развивающие занятия эмоционально-волевой сферы подростков; коррекционно-развивающая работа с обучающимися «группы риска»; работа с социально неблагополучными семьями как с фактором суицидального риска обучающихся. К социально неблагополучным семьям мы относим семьи: в которых осуществляется недостаточный контроль со стороны родителей, присутствует тяжёлый психологический климат, конфликты родителей, один и более родители злоупотребляют алкоголем; а также неполные, полные

малообеспеченные семьи и те, в которых у подростка отсутствует опора на значимого взрослого, над ним осуществляются неадекватные формы воспитания.

Таким образом, наша профилактическая работа имеет три основных направления: работа с подростками, работа с родителями (официальными представителями), работа с педагогами. Следовательно, именно комплексная работа всех участников образовательного процесса позволит эффективно осуществить реализацию профилактической программы суицидального поведения.

К нормативно-правовым основаниям программы относятся:

1. Федеральный закон от 24.07.1998г. №124 – ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ».

2. Методические рекомендации по вопросам межведомственного взаимодействия при организации деятельности по профилактике суицидов и опасного поведения несовершеннолетних, разработанные во исполнении пункта 17 Комплекса мер до 2025 года по совершенствованию системы профилактики суицида среди несовершеннолетних, утвержденного распоряжением Правительства Российской Федерации от 26.04.2021 № 1058-р.

3. Устав государственного автономного профессионального общеобразовательного учреждения Свердловской области «Нижнетагильского колледжа транспорта».

4. Правила внутреннего распорядка для обучающихся государственного автономного профессионального общеобразовательного учреждения Свердловской области «Нижнетагильского колледжа транспорта».

Основные понятия

Диагностика суицидального поведения — ряд психодиагностических мероприятий, направленных на выявление суицидального риска и определение медико-психологических, психолого-педагогических мер, необходимых конкретному индивиду. Может включать психолого-педагогическое наблюдение, клиническую беседу, экспериментальное патопсихологическое исследование, психологическое тестирование, клиническую психиатрическую оценку.

Мотивы суицидального поведения — личностные побуждения, вызывающие желание ухода из жизни и определяющие суицидальную направленность поведения человека.

Профилактика суицидального поведения — различные мероприятия, направленные на снижение уровня суицидальной активности, предотвращение осуществления суицидальных действий и рецидивирования суицидального поведения, а также на превенцию формирования суицидальных побуждений в рамках психолого-педагогической профилактики. Различают следующие виды профилактики суицидального поведения:

1. Первичная: содержит информационно-обучающие мероприятия по вопросам психического здоровья, суицидологии, проводимые для любых категорий населения;

2. Вторичная, включает в себя следующие стратегии: селективные (избирательные), противодействующие факторам риска в особой группе подростков, на текущий момент не проявляющих суицидальных наклонностей, но которые могут быть подвержены повышенному риску в биологическом, психологическом или социально-экономическом отношении; антикризисные — осуществляются в пресуицидальном и ближайшем постсуицидальном периодах и направлены на предупреждение реализации суицидальных намерений и планов, а также на купирование суицидальных замыслов и намерений;

3. Третичная: мероприятия, проводимые с близким окружением (родственники, друзья и т.д.) суицидентов, членов учебно-профессионального сообщества.

Самоубийство (суицид) — действия, направленные на лишение себя жизни и завершившиеся летальным исходом.

Суицидальное поведение — диапазон различных вариантов сочетания суицидальных мыслей и суицидальных действий.

Суицидальные действия — действия, направленные на лишение себя жизни.

Суицидальные мысли (суицидальная идеация) — мысли о собственной смерти, рассмотрение аргументов отказа от жизни путем самоубийства с последующим размышлением над способом совершения самоубийства.

Суицидальный риск — вероятность совершения суицидальных действий, которую прогнозируют на основе клинической оценки, экспериментально-психологического исследования, включающего в себя психодиагностику с помощью тестовых и опросных методов и психолого-педагогического наблюдения.

Суицидент — человек, обнаруживающий любые формы суицидального поведения.

Факторы суицидального риска — внешние или внутренние стимулы (условия, обстоятельства), способствующие или непосредственно вызывающие формирование суицидального поведения.

Система программных мероприятий с подростками

№ п/п	Содержание	Сроки проведения	Ответственный
1	Первичное выявление подростков группы суицидального риска с использованием методов психологической диагностики («Шкала депрессии. Подростковый вариант» Бекка, Опросник Суицидального риска (модификация Т.Н. Разуваевой), «Тест жизнестойкости» С. Мадди, цветовой тест эмоциональных состояний М. Люшера) с целью раннего предупреждения суицидального поведения.	Сентябрь-октябрь	Социальный педагог, педагог-психолог
2	Формирование списка подростков группы риска.	Октябрь-ноябрь	Социальный педагог, педагог-психолог
3	Тренинг «Позитивное будущее». Построение плана на будущее с учётом желаний и мечты подростка, ради которых стоит жить дальше.	Октябрь	Педагог-психолог
4	Тренинг «План действий». Выстраивание плана деятельности подростка на ближайшее время.	Январь	Педагог-психолог
5	Тренинг «Взвешивание плохого и хорошего». Составление представления о том хорошем, что есть в жизни подростка.	Февраль	Педагог-психолог
6	Сказкотерапия. Анализ любимой сказки/притчи с целью развития способности осмысления экзистенциальных проблем.	Март	Педагог-психолог
7	Арт-терапия. Коллажирование «моё будущее».	Апрель	Педагог-психолог
8	Оказание адресной помощи обучающимся.	По запросу	Педагог-психолог
9	Проведение индивидуальных профилактических мероприятий с социально неблагополучными семьями.	В течение учебного года	Социальный педагог, педагог-психолог
10	Тренинг по психолого-педагогической поддержке обучающихся к выпускным экзаменам.	Март-апрель	Кураторы групп, педагог-психолог
11	Выявление изменений в эмоциональной сфере обучающихся с использованием методов психологической диагностики.	Апрель-май	Педагог-психолог

Система программных мероприятий с родителями (законными представителями)

№ п/п	Содержание	Сроки	Ответственный
1	Анализ социального паспорта семьи.	Сентябрь-октябрь	Социальный педагог
2	Помощь родителям в коррекции их педагогической позиции, индивидуальные рекомендации.	По запросу	Социальный педагог, педагог-психолог
3	Беседа «Как родителям пережить переходный возраст подростка?» с объяснением психологических особенностей подросткового возраста.	Декабрь	Социальный педагог, педагог-психолог
4	Беседа «Как помочь своему ребёнку во время кризиса?». Обучение приёмам общения с подростком, находящимся в кризисной ситуации.	Январь	Социальный педагог, педагог-психолог
5	Тренинг: ведение чек-листа о состоянии и поведении подростка.	Февраль	Педагог-психолог
6	Беседа-разбор кризисных ситуаций, просмотр социальных видеороликов.	Март	Педагог-психолог
7	Беседа «Подростковый суицид» с объяснением причин и последствий данного явления, указанием характерных признаков для выявления суицидальных намерений подростка.	Апрель	Социальный педагог, педагог-психолог
9	Обучение работе с методикой «Карта риска суицида» (модификация Л.Б. Шнейдер).	По запросу	Психолог-педагог, кураторы групп

Система программных мероприятий с педагогами

№ п/п	Содержание	Сроки	Ответственный
1	Семинар «Что такое подростковый суицид?» с объяснением психологических особенностей подросткового возраста и суицидального поведения подростков.	Ноябрь	Педагог-психолог
2	Тренинг «Трудный подросток». Объяснение основных принципов работы с подростками, характеризующимися негативными особенностями поведения.	Декабрь	Педагог-психолог
3	Беседа «Эмоциональные состояния, способствующие суицидальному поведению подростков» с объяснением характерным черт этих эмоциональных состояний.	Январь	Педагог-психолог
4	Семинар-практикум «Методы разрешения педагогических конфликтов» с	Февраль	Педагог-психолог

	проигрыванием основных способов конструктивного разрешения конфликтов.		
5	Беседа «Роль педагога в жизни подростка».	Март	Педагог-психолог
6	Размещение на сайте организации методических рекомендаций «Первые слова при оказании первичной психологической помощи подростку, думающему о суициде»	В течение года	Педагог-психолог
7	Помощь педагогам в технологизации процессов сопровождения обучающихся	По запросу	Социальный педагог, педагог-психолог

Этапность мероприятий, представленных в приведённых выше таблицах, обеспечивает своевременное проведение диагностической работы, социально-психологической поддержки обучающихся, а также позволяет оценить эффективность психолого-педагогического сопровождения подростков группы риска при помощи повторной диагностики подростков. Данная профилактическая программа выполняет поставленные задачи, и вместе с этим имеет потенциал оказания эффективного влияния на образовательные задачи организации.

Список источников

1. Методические рекомендации по вопросам межведомственного взаимодействия при организации деятельности по профилактике суицидов и опасного поведения несовершеннолетних / Авторы-составители: Гончаренко А.А., Мартынюк К.Л., Розанов В.А., Семенова Н.В. / Под ред. Артамоновой Е.Г. – М.: ФГБУ «МНИЦ ПН им В.Н. Бехтерева» Минздрава России, ФГБУ «Центр защиты прав и интересов детей», 2025. – 21 с.

2. Социально-психологический портрет подростков, находящихся в кризисном состоянии / Подкомиссия по профилактике кризисных состояний среди несовершеннолетних комиссии Государственного Совета Российской Федерации по направлению «Кадры» / Министерство образования СО 11.08.2025. Вх № 8951 / Москва, 2025.

3. Информационно-методические материалы по отработке вероятных суицидальных рисков несовершеннолетних, выявленных по цифровым следам, и организации психолого-педагогического сопровождения / Министерство просвещения Российской Федерации ФГБУ «Центр защиты прав и интересов детей» / Министерство образования СО 11.08.2025. Вх № 8951 / Москва, 2025.

4. Глоссарий «Основные суицидологические термины, используемые в практической деятельности специалистов заинтересованных ведомств», разработанный федеральным государственным бюджетным учреждением

«Национальный медицинский исследовательский центр психиатрии и наркологии имени В.П. Сербского».

5. Опыт профилактики рисков суицидального поведения несовершеннолетних в системе образования Тюменской области. – Тюмень, 2022. – 11 с.

6. Макарычева Г.И. Коррекция девиантного поведения. Тренинги для подростков и их родителей. – СПб.: Речь, 2007. – 386 с.

7. Сакович Н.А. Диалоги на Аидовом пороге. Сказкотерапия в профилактике и коррекции суицидального поведения подростков. – М.: Генезис, 2012.

8. Дополнительная образовательная программа социально-педагогической направленности: Комплексная программа по сопровождению несовершеннолетних группы суицидального риска / Черторицкая О.Ю., Бобух О.А. – Белгород, 2020.