

Государственное учреждение образования
«Могилевский областной социально-педагогический центр»

ПАМЯТКА
ДЛЯ УЧРЕЖДЕНИЙ ОБРАЗОВАНИЯ

**Организация
в учреждении образования
работы по профилактике
суицидоопасного поведения
обучающихся**



Могилев, 2023

Актуальным направлением работы учреждения образования (далее – УО) Республики Беларусь является профилактика суицидоопасного поведения несовершеннолетних и недопущение вовлечения детей и подростков в активные деструктивные сообщества и игры.

ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ ПРОФИЛАКТИКИ:

- ❖ оптимизация психологического климата;
- ❖ повышение компетентности участников образовательного процесса в области общей профилактики;
- ❖ предупреждение потенциально возможных ситуаций, связанных с суицидальной проблематикой.

ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ ПРОФИЛАКТИКИ:

- ✓ содействовать гармонизации социально-психологического климата в УО;
- ✓ изучить особенности психолого-педагогического статуса обучающихся, с последующим выявлением обучающихся, нуждающихся в незамедлительной помощи;
- ✓ повысить компетентность педагогов и родителей (законных представителей) в области профилактики суицидоопасного поведения, безопасного использования интернет-ресурсов, рисков и угроз, связанных с использованием сети Интернет;
- ✓ оказать своевременную, эффективную индивидуально-ориентированную социально-педагогическую поддержку и психологическую помощь обучающимся, имеющим трудности в социализации, в общении со сверстниками, конфликтные взаимоотношения с родителями и т.д., обратив особое внимание на учащихся, имеющих статус изолированных в классе (группе).

Предотвращение суицидального поведения несовершеннолетних для педагогических и других работников УО является важной задачей, для решения которой **НЕОБХОДИМО:**

- своевременное выявление обучающихся с факторами высокого риска совершения суицидальных действий, обучающихся, находящихся в трудных жизненных, кризисных ситуациях и пр., и обеспечение их психолого-педагогической поддержкой и психологической помощью;
- профилактика здорового образа жизни;
- формирование с детьми и подростками более близких отношений путем доверительных бесед с искренним стремлением понять их и оказать помощь;
- проявление наблюдательности и умения своевременного распознавания факторов высокого риска суицидальных действий, в т.ч. признаков суицидальных намерений, словесных высказываний или изменений в поведении;

- оказание помощи в организации учебной деятельности обучающимся с низкой успеваемостью;
- контроль посещаемости учебных занятий и прогулов;
- осуществление мероприятий по ограничению доступа к возможным средствам самоубийства – токсическим веществам и опасным медикаментам, пестицидам, огнестрельному или иному оружию и т.п.

УЧАСТНИКИ ПРОФИЛАКТИКИ:

- администрация;
- педагог-психолог, педагог социальный;
- педагогические работники;
- законные представители;
- учащиеся-волонтеры;
- медицинские работники (врач-психиатр-нарколог, врач-психотерапевт, медицинский сотрудник УО, психологи и пр.);
 - психологи территориальных центров социального обслуживания населения;
 - специалисты органов опеки и попечительства;
 - специалисты КДН;
 - сотрудники ОВД и др.

При планировании деятельности по формированию ценностного отношения к жизни и профилактике суицидоопасного поведения среди обучающихся УО необходимо руководствоваться нормативными правовыми актами (приложение).

Общая профилактика проводится на протяжении всего учебного года, предназначена для обучающихся всех возрастных категорий.



СИСТЕМА

комплексного, скоординированного психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса, направленного на профилактику суицидального поведения обучающихся и на недопущение вовлечения детей и подростков в активные деструктивные сообщества и игры, в том числе имеющие суицидальный контент

I. Выявление обучающихся с изменениями психоэмоционального состояния, находящихся в кризисном состоянии, трудной жизненной ситуации, склонных к суицидоопасному поведению

▪ Наблюдение, беседы (*педагог-психолог, педагог социальный, классные руководители, кураторы, мастера, учителя-предметники, одноклассники/одногоруппники, законные представители*).

▪ Мониторинг социальных групп в Интернете.

▪ Психодиагностическое обследование (*педагог-психолог*):

до 1 декабря (*не реже одного раза в год*) – выявление факторов высокого риска суицидального поведения обучающихся;

изучение особенностей социально-психологического статуса и особенностей адаптации обучающихся;

в течение учебного года - по изучению особенностей социально-психологического климата коллективов педагогических работников и обучающихся;

в рамках социальных расследований (*независимо от критериев и показателей СОП*) и **сопровождения несовершеннолетних ИПР, КР** - выявление склонности к суицидальному поведению;

при необходимости - оценка патохарактерологических особенностей (*неустойчивости типа акцентуации в сочетании с гипертимным, эмоционально-лабильным, шизоидным, эпилептоидным и истероидным*), уровня тревожности и агрессивности, степени дезадаптации и суицидального риска);

после реализации комплекса мер для преодоления кризисной ситуации - повторная диагностика наличия риска суицидальных действий.

II. Предоставление рекомендаций родителям, педагогам по результатам диагностики

III. Выделение обучающихся, имеющих суицидальный риск, ведение банка данных о детях группы суицидального риска и «Журнала учета информации о несовершеннолетних, вовлеченных в активные сообщества и игры, имеющие суицидальный контент»

IV. Разработка и реализация индивидуальной программы сопровождения обучающегося группы суицидального риска (*определение ориентировочных сроков кризисной поддержки, отслеживание психоэмоционального состояния, индивидуальная работа с ребенком и его законными представителями, групповая*

работа с учебным коллективом, вовлечение обучающегося в тренинги, др. формы групповой работы и пр.)

V. Повышение компетентности законных представителей и педагогов в области профилактики суицидоопасного поведения и безопасного использования интернет-ресурсов, рисков и угроз, связанных с использованием сети Интернет

Информационно-просветительская работа (выступления на родительских собраниях) с привлечением сотрудников ОВД и специалистов организаций здравоохранения по освещению вопросов правовой ответственности и безопасного нахождения обучающихся в интернет-пространстве, возникновения и медико-социальных последствий игровой зависимости в молодежной среде, личностных расстройств и суицидального риска несовершеннолетних, депрессии; оказания помощи подросткам, находящимся в состоянии острого кризиса; организации работы номеров «Телефона доверия», «Горячих линий»; психологического здоровья детей, о возможности получения консультативной психологической помощи и др.).

Психологическое консультирование родителей и педагогических работников (индивидуальное, групповое, по запросу).

Разработка памяток («Маркеры суицидального состояния», «Факторы суицидального риска», «Что делать, если учащийся высказывает суицидальные намерения», «Как распознать острое кризисное состояние у ребенка и что с этим делать, в какие службы можно обратиться за помощью и т.п.)

Размещение информации на стендах, онлайн платформах.

Проведение тренинга для педагогов по повышению компетентности в области возможных мотивов совершения суицидов и суицидальных действий, факторов риска суицидоопасного поведения и распознавания маркеров суицидального риска

VI. Факультативные занятия, направленные на освоение учащимися базовых общечеловеческих ценностей, приемов и способов самопознания и познания других людей, умений взаимодействовать с близкими и широким социумом, на знание своих личностных особенностей, на знание маркеров и признаков кризисных ситуаций и т.д.

VII. Оптимизация психологического климата, создание дружественной и безопасной среды в УО

Проведение тренингов с обучающимися:

по обучению основам аутогенной тренировки и эмоциональной саморегуляции, социальным навыкам и умениям преодоления стресса; обучению навыкам конструктивного разрешения конфликтов;

ассертивного поведения и уверенности в себе, выработки мотивации достижения успеха;

личностного роста;

сплочения и коммуникативной компетентности в классах (группах);

Проведение групповых занятий по профилактике эмоционального выгорания для педагогов.

Проведение классных (кураторских часов) по формированию жизнестойкости и ценностного отношения к жизни, досуговых мероприятий в классах (группах), общешкольных (общеучрежденческих) мероприятий, акций, флеш-мобов, конкурсов, круглых столов, диспутов и т.п

Например. Классные часы «Жизнь прекрасна» (цикл занятий, посвященных жизненным ценностям); акции и флеш-мобы «Мы голосуем за жизнь!», «Улыбка», «Жизнь замечательных людей», «День без конфликтов»; конкурс фотографий (темы жизненных ценностей); диспут «От противостояний к пониманию!», совместные уроки с учителями истории, русского языка и литературы по произведениям поэтов серебряного века, по пьесе Уильяма Шекспира «Ромео и Джульетта» или драме Александра Островского «Гроза».

VIII. Обучение волонтеров-медиаторов из числа активных и инициативных учащихся по оказанию кризисной помощи сверстникам (антикризисные, информационные волонтерские объединения) и т.д.

IX. Проведение месячника по профилактике кризисного состояния (суицидального поведения) несовершеннолетних, акции «Неделя психологии», областного профилактического марафона «Старт на безопасность!» (сентябрь)



Руководитель, заместитель руководителя по воспитательной работе:

✓ отвечают, в первую очередь, за создание в УО системы комплексного, скоординированного психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса, направленного на профилактику суицидального поведения обучающихся и на недопущение вовлечения детей и подростков в активные деструктивные сообщества и игры, в том числе имеющие суицидальный контент;

✓ **обеспечивают хранение «Журнала учета информации о несовершеннолетних, вовлеченных в активные сообщества и игры, имеющие суицидальный контент» в условиях, гарантирующих конфиденциальность и невозможность доступа к нему лиц, не имеющих соответствующего разрешения;**

✓ в течение **3 рабочих** дней с момента поступления информации **знакомит законных представителей** несовершеннолетнего с **полученной информацией и информирует** в установленном законодательством порядке **о возможности:**

получения психологической помощи и социально-педагогической поддержки в УО, или СПЦ (района, области);

получения психиатрической, в том числе психотерапевтической помощи в организациях здравоохранения, оказывающей указанные виды помощи, по месту жительства (месту пребывания) несовершеннолетнего;

ограничения доступа к информации сети Интернет, которая может причинить вред психическому и психологическому здоровью несовершеннолетнего.

Нормативные правовые документы в работе по профилактике, диагностике и коррекции суицидального поведения обучающихся и профилактике вовлечения детей и подростков в активные деструктивные сообщества и игры

1. Кодекс Республики Беларусь от 13.01.2011 № 243-3 (ред. от 14.01.2022) «Кодекс Республики Беларусь об образовании» (с изм. и доп., вступающими в силу с 01.09.2022).

2. Закон Республики Беларусь от 01.07.2010 № 153-З «Об оказании психологической помощи» (с изм. от 30.06.2022 № 184-З, вступившими в силу с 06.01.2023).

3. Постановление Совета Министров Республики Беларусь от 19.01.2021 № 28 «О Государственной программе «Здоровье народа и демографическая безопасность» на 2021 - 2025 годы».

4. Постановление Министерства здравоохранения Республики Беларусь и Министерства образования Республики Беларусь от 30.07.2012 № 115/89 «Об утверждении Инструкции о порядке и условиях применения методов и методик оказания психологической помощи».

5. Постановление Министерства здравоохранения Республики Беларусь, Министерства образования Республики Беларусь и Министерства внутренних дел Республики Беларусь от 15.01.2019 № 7/5/13 «Об утверждении Инструкции о порядке действий работников учреждений образования, здравоохранения и сотрудников органов внутренних дел при выявлении факторов риска суицидальных действий у несовершеннолетних» (с изм. от 28.10.2022 № 104/402/272, вступившими в силу 11.02.2023).

6. Комплекс мер по совершенствованию работы по своевременному выявлению факторов риска суицидальных действий несовершеннолетних, оказанию им надлежащей психологической и (или) психиатрической помощи, утвержденный протоколом заседания Национальной комиссии по правам ребенка от 23 сентября 2021 г.

7. Постановление Министерства образования Республики Беларусь от 20.09.2022 № 328 «О социально-педагогической поддержке обучающихся и оказании психологической помощи».

8. Алгоритм действий работников учреждений образования, здравоохранения и органов внутренних дел при выявлении несовершеннолетних, склонных к суицидоопасному поведению (письмо Министерства здравоохранения от 05.12.2017 № 3-1-15/5246).

9. Постановление комиссии по делам несовершеннолетних Могилевского облисполкома от 01.03.2012 № 2 (в редакции от 18.11.2021 № 6) «Алгоритм межведомственных действий по профилактике, фактам суицидального поведения несовершеннолетних».

10. Инструкция «Суицид и суицидальное поведение. Алгоритм действий при выявлении суицидально настроенного ребенка. Диагностика и профилактика суицидального поведения в детско-подростковом возрасте», утвержденная 02.12.2021 начальником главного управления по здравоохранению Могилевского облисполкома (для специалистов – психологов системы образования).

11. Постановление комиссии по делам несовершеннолетних Могилевского облисполкома от 20.03.2023 № 2-2 «О дополнительных мерах по предупреждению суицидального риска у несовершеннолетних».

Перечень психодиагностического инструментария для выявления факторов риска суицидоопасного поведения несовершеннолетних

1. Тест-анкета (методика Н.К.Смирнова) для самооценки школьниками факторов риска ухудшения здоровья (10-15 лет).
2. Опросник «Предварительная оценка состояния психического здоровья» (от 11 до 15 лет).
3. Методика самооценки школьных ситуаций, разработана по принципу «Шкалы социально-ситуативной тревоги» О.Кондаша (1973) (от 7 класса и старше).
4. Шкала тревоги (State-TraitAnxietyInventory – STAI) Ч.Д.Спилбергера (в адаптации Ю.Л.Ханина) (подростковый возраст и старше).
5. Шкала тревожности Р.Сирса (дошкольники и младшие школьники).
6. Методика определения уровня депрессии (В.А.Жмуров), (с подросткового возраста).
7. Шкала безнадежности (Beck Hopelessness Inventory, (ВНИ)) А.Бека (с подросткового возраста).
8. Тест «Ваши суицидальные наклонности» (З.Королёва) (от 11 до 15 лет). Рисуночная методика.
9. Методика определения степени риска совершения суицида (И.А.Погодин) (с подросткового возраста).
10. «Опросник суицидального риска» (модификация Т.Н.Разуваевой) (учащиеся 8-11-х классов).
11. Тест выявления суицидального риска у детей (А.А.Кучер, В.П.Костюкевич) (учащиеся 5-11 классов).
12. Методика диагностики стресс-совладающего поведения (Д.Амирхан) (с подросткового возраста).
13. Патохарактерологический диагностический опросник (ПДО) (А.Е.Личко) (14-18 лет).
14. Тест фрустрационной толерантности (С.Розенцвейга) (4-13 лет, с 15 лет).
15. Опросник агрессивности (Buss-Durkey Inventory) А.Басса, А.Дарки (от 14 лет и старше).
16. Метод цветочных выборов (в адаптации Л.Н.Собчик) (с младшего школьного возраста).
17. Метод незаконченных предложений С.И.Подмазина (с подросткового возраста).
18. Шкала определения уровня депрессии (Zung Self-Rating Depression Scale) В.Зунга (В.Цунга) (в адаптации Т.Н.Балашовой) (с подросткового возраста).
19. Опросник «Способы совладающего поведения» Р.Лазаруса, С.Фолкмана (в адаптации Т.Л.Крюковой, Е.В.Куфтяк, М.С.Замышляевой) (с подросткового возраста).
20. Методика «Карта риска суицида» (модификация для подростков Л.Б.Шнейдер) (подростковый возраст).
21. Прогностическая таблица риска суицида у детей и подростков (А.Н.Волкова) (с подросткового возраста, с осторожностью – в младшем школьном возрасте).
22. Опросник «Одиночество» С.Г.Корчагиной (с подросткового возраста).
23. Шкала субъективного ощущения одиночества (UCLA Loneliness Scale) Рассела, Пепло, Фергюсона (с подросткового возраста).
24. Шкала семейной гибкости и сплоченности (FACES-5, Д.Х.Олсон, Дж.Портнер, И.Лави, в адаптации М. Перри (старше 12 лет).
25. Диагностическая анкета критических ситуаций подростков Л.Б.Шнейдер (подростковый).
26. Опросник склонности к агрессии Басса-Перри (Buss-Perry Aggression Questionnaire, ВРАQ-24) (от 17 лет).

Шкала безнадежности

Ниже приводится 20 утверждений о Вашем будущем. Пожалуйста, прочтите внимательно каждое и отметьте одно верное утверждение, которое наиболее точно отражает Ваши чувства в настоящее время. Обведите кружком слово ВЕРНО, если Вы согласны с утверждением или слово НЕВЕРНО, если Вы не согласны. Среди утверждений нет правильных или неправильных. Пожалуйста, обведите ВЕРНО или НЕВЕРНО для всех утверждений. Не тратьте слишком много времени на одно утверждение.

1	Верно	Неверно	Я жду будущего с надеждой и энтузиазмом
2	Верно	Неверно	Мне пора сдаться, т.к. я ничего не могу изменить к лучшему.
3	Верно	Неверно	Когда дела идут плохо, мне помогает мысль, что так не может продолжаться всегда
4	Верно	Неверно	Я не могу представить, на что будет похожа моя жизнь через 10 лет
5	Верно	Неверно	У меня достаточно времени, чтобы завершить дела, которыми я больше всего хочу заниматься.
6	Верно	Неверно	В будущем, я надеюсь достичь успеха в том, что мне больше всего нравится
7	Верно	Неверно	Будущее представляется мне во тьме
8	Верно	Неверно	Я надеюсь получить в жизни больше хорошего, чем средний человек
9	Верно	Неверно	У меня нет никаких просветов и нет причин верить, что они появятся в будущем
10	Верно	Неверно	Мой прошлый опыт хорошо меня подготовил к будущему
11	Верно	Неверно	Все, что я вижу впереди – скорее, неприятности, чем радости
12	Верно	Неверно	Я не надеюсь достичь того, чего действительно хочу
13	Верно	Неверно	Когда я заглядываю в будущее, я надеюсь быть счастливее, чем я есть сейчас
14	Верно	Неверно	Дела идут не так, как мне хочется
15	Верно	Неверно	Я сильно верю в свое будущее
16	Верно	Неверно	Я никогда не достигаю того, что хочу, поэтому глупо что-либо хотеть
17	Верно	Неверно	Весьма маловероятно, что я получу реальное удовлетворение в будущем
18	Верно	Неверно	Будущее представляется мне расплывчатым и неопределенным
19	Верно	Неверно	В будущем меня ждет больше хороших дней, чем плохих
20	Верно	Неверно	Бесполезно пытаться получить то, что я хочу, потому, что, вероятно, я не боюсь этого

№	Ответ	Балл	№	Ответ	Балл
1	Неверно	1	11	Верно	1
2	Верно	1	12	Верно	1
3	Неверно	1	13	Неверно	1
4	Верно	1	14	Верно	1
5	Неверно	1	15	Неверно	1

6	Неверно	1	16	Верно	1
7	Верно	1	17	Верно	1
8	Неверно	1	18	Верно	1
9	Верно	1	19	Неверно	1
10	Неверно	1	20	Верно	1

Интерпретация:

Максимальный счет – 20 баллов

0-3 балла – безнадёжность не выявлена;

4-8 баллов – безнадёжность легкая;

9-14 баллов - безнадёжность умеренная;

15-20 баллов – безнадёжность тяжелая.

Шкала тревожности Сирса

Оценку в качестве эксперта проводит учитель или знающий данного учащегося психолог.

Инструкция эксперту

Оцените каждое утверждение одним из следующих баллов:

0 - признак отсутствует;

1 - признак слабо выражен;

2 - признак достаточно выражен;

3 - признак резко выражен.

Утверждения

1. Обычно напряжен, скован.

2. Часто грызет ногти.

3. Легко пугается.

4. Плаксив.

5. Очень ко всему чувствителен.

6. Часто бывает агрессивным.

7. Обидчив.

8. Нетерпелив, не может ждать.

9. Легко краснеет или бледнеет.

10. Испытывает трудности с сосредоточением.

11. Суевлив.

12. Потеют руки.

13. При неожиданном задании с трудом включается в работу.

14. С трудом регулирует громкость голоса при ответе.

Оценка результата:

до 20 баллов - низкий уровень тревожности;

20-30 баллов- средний уровень тревожности;

более 30 баллов- высокий уровень тревожности.

Примечание: сумма менее 4 баллов диагностируется как сомнительная достоверность результата.

ОСОБОЕ ВНИМАНИЕ СТОИТ УДЕЛЯТЬ ТЕМ ДЕТЯМ, КОТОРЫЕ:

1. Социально изолированы (не имеют друзей или имеют только одного друга), чувствуют себя отверженными; испытывают недостаток внимания и заботы окружающих, смена условий жизни).
2. Живут в нестабильном окружении (серьезный кризис в семье – в отношениях с родителями или взрослых друг с другом: алкоголизация в семье; подвергаются унижениям и оскорблениям; половая несостоятельность).
3. Ребенок ощущает себя жертвой насилия – физического, сексуального, эмоционального, психологического.
4. Предпринимал раньше попытки суицида, или кто-то из друзей, знакомых или членов семьи совершил ранее самоубийство. Чем больше количество попыток и тяжесть суицида, тем выше риск их завершить.
5. Перенес тяжелую потерю (смерть кого-то из близких, развод в семье, или развод родителей, болезнь «значимого» близкого человека).
6. Слишком критично настроен по отношению к себе
7. Опасается судебной ответственности, страх позора или наказания, самообсуждение за неблагоприятный поступок.
8. Имеет средства суицида (накапливает таблетки, приобретает ядохимикаты, огнестрельное оружие).

Важно уловить «сигналы» оповещения о наличии суицидальных мыслей и тенденций, оценить степень летальности. Далее проявляя мягкую осторожную заботу помочь ребенку принять решение, исключая суицидальные действия хотя бы на данный момент.

<p>ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ ИНДИКАТОРЫ</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Злоупотребление психоактивными веществами, алкоголем; ➤ Эскейп-реакции (уход из дома и т.п.); ➤ Самоизоляция от других людей и жизни; ➤ Резкое снижение повседневной активности; ➤ Изменение привычек, например, несоблюдение правил личной гигиены, ухода за внешностью; ➤ Выбор тем разговора и чтения, связанных со смертью и самоубийством; ➤ Частое прослушивание траурной и печальной музыки; ➤ «Приведение дел в порядок» (урегулирование конфликтов, письма к родственникам и друзьям, раздаривание личных вещей); ➤ Любые внезапные изменения в поведении и настроении, особенно – отделивающие от близких; ➤ Склонность к неоправданно рискованным поступкам; ➤ Посещение врача без очевидной необходимости; ➤ Нарушение дисциплины или снижение качества работы и связанные с этим неприятности в учебе, на работе или службе; ➤ Расставание с дорогими вещами или деньгами; ➤ Приобретение средств для совершения суицида. 	<p>КОММУНИКАТИВНЫЕ ИНДИКАТОРЫ</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Прямые или косвенные сообщения о суицидальных намерениях («Хочу умереть» - прямое сообщение, «Скоро все это закончится» - косвенное); ➤ Шутки, иронические высказывания о желании умереть, о бессмысленности жизни также относятся к косвенным сообщениям; ➤ Уверения в беспомощности и зависимости от других; ➤ Прощание; ➤ Сообщение о конкретном плане суицида; ➤ Самообвинения; ➤ Двойственная оценка значимых событий; ➤ Медленная, маловыразительная речь.
<p>КОГНИТИВНЫЕ ИНДИКАТОРЫ</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Разрешающие установки относительно суицидального поведения; ➤ Негативные оценки своей личности, окружающего мира и будущего; ➤ Представление о собственной личности как о ничтожной, не имеющей права жить; ➤ Представление о мире как месте потерь и разочарований; ➤ Представление о будущем как бесперспективном, безнадежном; ➤ «Туннельное видение» - неспособность увидеть иные приемлемые пути решения проблемы, кроме суицида; ➤ наличие суицидальных мыслей, намерений, планов. 	<p>ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ ИНДИКАТОРЫ</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Амбивалентность по отношению к жизни; ➤ Безразличие к своей судьбе, подавленность, безнадежность, беспомощность, отчаяние; ➤ Переживание горя; ➤ Признаки депрессии: приступы паники, выраженная тревога, сниженная способность к концентрации внимания и воли, бессонница, умеренное употребление алкоголя и утрата испытывать удовольствие; ➤ Несвойственная агрессия или ненависть к себе: гнев, враждебность; ➤ Вина или ощущение неудачи, поражения; ➤ Чрезмерные опасения или страхи; ➤ Чувство своей малозначимости, никчемности, ненужности; ➤ Рассеянность или растерянность.
<p>СИТУАЦИОННЫЕ ИНДИКАТОРЫ СУИЦИДАЛЬНОГО РИСКА</p> <p>Любая ситуация, воспринимаемая человеком как кризис, может считаться ситуационным индикатором суицидального риска, например (смерть близкого, насилие, угрозы, долги, измена, болезнь, унижение, одиночество и т.д.)</p>	

ПРИМЕРНЫЙ АЛГОРИТМ ДЕЙСТВИЙ при выявлении высокого риска суицидальных действий несовершеннолетнего в учреждении образования

1. Выявление факта высокого риска суицидальных действий несовершеннолетнего.

2. Информирование руководства учреждения образования.

3. Беседа с несовершеннолетним.

После получения информации о риске суицидального поведения у несовершеннолетнего педагог-психолог проводит беседу и углубленную диагностику с целью выявления степени суицидального риска.

Педагог-психолог также предлагает несовершеннолетнему психологическую помощь и социально-педагогическую поддержку, в случае согласия - обеспечивают оказание психологической помощи и социально-педагогической поддержки.

! ВАЖНО: в случае актуального суицидального поведения нужны меры незамедлительного реагирования:

не оставлять ребенка одного, попытаться успокоить его, снизить его тревогу; немедленно информировать законных представителей о ситуации риска, в которой оказался подросток и о необходимости оказать ему экстренную помощь.

позвонить в службы экстренной помощи. Работа экстренных служб необходима в ситуации попытки или завершеного суицида.

4. Информирование законных представителей несовершеннолетнего о риске суицидального поведения.

После поступления информации о высоком риске суицидального поведения педагог-психолог в течение одного рабочего дня:

информирует законного представителя несовершеннолетнего о выявленных факторах риска;

предлагает несовершеннолетнему и его законному представителю психологическую помощь и социально-педагогическую поддержку в учреждении образования (при отсутствии места обучения – в СПЦ по месту жительства (месту пребывания) несовершеннолетнего), в случае их согласия – обеспечивают оказание психологической помощи и социально-педагогической поддержки;


информирует об имеющихся психологических службах, оказывающих экстренную и кризисную, медико-психологическую помощь несовершеннолетним и их семьям;

информирует законного представителя несовершеннолетнего о возможности получения психиатрической, в том числе наркологической, психотерапевтической помощи в организации здравоохранения по месту жительства (месту пребывания) несовершеннолетнего; ограничения доступа к информации глобальной компьютерной сети Интернет, которая может причинить вред здоровью и развитию детей, поставщиками интернет-услуг по запросу пользователей, а также путем установления на персональный компьютер программного обеспечения с функцией «родительского контроля».

5. С письменного согласия законного представителя несовершеннолетнего, оформленного в соответствии со ст. 5 Закона Республики Беларусь от 7 мая 2021 г. № 99-З «О защите персональных данных», в течение одного рабочего дня учреждение образования направляет информацию о несовершеннолетнем:

в организацию здравоохранения, оказывающую психиатрическую, в том числе наркологическую, психотерапевтическую, помощь, по месту жительства (месту пребывания) несовершеннолетнего для организации оказания психиатрической, в том числе наркологической, психотерапевтической, помощи;

в отделы образования городских и районных исполнительных комитетов по месту обучения (месту пребывания) несовершеннолетнего для организации проведения социального расследования.

 **В информации указываются: фамилия, собственное имя, отчество (если таковое имеется), дата рождения, адрес места жительства (места пребывания) несовершеннолетнего, сведения о его законных представителях, имеющиеся факторы риска суицидальных действий у несовершеннолетнего, проявления суицидального поведения, предпринятые меры, их результат.**


6. Сопровождение несовершеннолетнего в учреждении образования

Педагог-психолог учреждения образования предоставляет рекомендации педагогическому коллективу учреждения образования, касающиеся особенностей обучения, взаимодействия с ребенком, с учетом сложившейся ситуации, личностных особенностей и потребностей несовершеннолетнего.

Совместно с классным руководителем педагог-психолог способствует созданию дружественной поддерживающей атмосферы в классе, ориентирует учеников на совместную деятельность и сотрудничество, организует тренинги и коллективные мероприятия.

Педагог-психолог также информирует педагогических работников и законных представителей о признаках психологического неблагополучия, и о необходимости отслеживать психоэмоциональное состояние несовершеннолетнего.

ВАЖНО! В случае отсутствия опыта сопровождения случая выявленного суицидального поведения у несовершеннолетнего педагог-психолог должен получать супервизию в социально-педагогическом центре (или же в отдельных ситуациях – в Республиканском центре психологической помощи).

 **В рамках профилактической работы субъекты профилактики имеют право письменно ходатайствовать о приглашении законного представителя несовершеннолетнего на заседание КДН районного, городского исполнительных комитетов, местной администрации района в городе в целях защиты, восстановления и реализации прав и законных интересов несовершеннолетнего.**

Приложение
к Инструкции о порядке действий
работников учреждений образования,
здравоохранения и сотрудников органов
внутренних дел при выявлении факторов
риска суицидальных действий
у несовершеннолетних

Форма

Руководителю _____
(фамилия, собственное имя, отчество (если таковое имеется))

_____ (наименование учреждения образования, здравоохранения)

от _____
(фамилия, собственное имя, отчество (если таковое имеется)) законного представителя
несовершеннолетнего)

адрес проживания _____

Я, _____, согласен с представлением сведений о
(фамилия, собственное имя, отчество (если таковое имеется))

несовершеннолетнем _____
(фамилия, собственное имя, отчество (если таковое имеется)) несовершеннолетнего

В _____
(наименование учреждения образования, здравоохранения)

(дата)

(подпись)

(инициалы, фамилия)

Информация о парасуициде (суициде), совершенном несовершеннолетним в _____ области (г. Минске)

1. Фамилия, собственное имя, отчество (если таковое имеется), дата рождения несовершеннолетнего совершившего парасуицид (суицид)
2. Адрес регистрации (проживания)
3. Состав семьи (фамилия, собственное имя, отчество (если таковое имеется) законных представителей, братьев, сестер), их место работы или учебы
4. Место учебы суицидента

Обстоятельства парасуицида (суицида)

5. Дата совершения парасуицида (суицида)
6. Способ совершения суицида

Характеристика семейного окружения

7. Характеристика условий жизни и воспитания несовершеннолетнего в семье
8. Особенности семейного воспитания
9. Состоят ли родители на учете в органах внутренних дел, лишались ли родители родительских прав, признавался ли несовершеннолетний находящимся в социально опасном положении, нуждающимся в государственной защите

Характеристика несовершеннолетнего в учреждении образования

10. Учебная мотивация несовершеннолетнего
11. Внеурочная деятельность несовершеннолетнего
12. Взаимоотношения с одноклассниками (одногоруппниками)
13. Проводилась ли в отношении несовершеннолетнего индивидуальная профилактическая работа, комплексная реабилитация, оказывалась ли социально-педагогическая поддержка и психологическая помощь
14. Полнота и своевременность выявления кризисных ситуаций у несовершеннолетнего (информация о проводимой профилактической работе)

(дата)

(подпись)

(инициалы, фамилия)

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЕДЕНИЮ БЕСЕДЫ ПРИ АКТУАЛЬНОМ СУИЦИДАЛЬНОМ ПОВЕДЕНИИ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНЕГО

- **Не впадайте в замешательство**, и не показывайте, что вы шокированы темой разговора.
- **Спокойно**, открыто и прямо **говорите о происходящем**, называйте происходящее своими словами (желание лишиться себя жизни, намерение уйти из жизни, попытка убить себя).
- **Установление доверительного контакта** – важнейшая задача.
- Уважительно относитесь к молчанию, ребенку без сомнения **непросто говорить о том, что он чувствует и думает**.
- Тактично и открыто принимайте подростка как личность. **Мимикой, интонацией выражайте свою заинтересованность** личностью и судьбой собеседника, симпатию и сопереживание к нему.
- Покажите ребенку, что он нам важен, мы беспокоимся о нем.
- Не пытайтесь улучшить и исправить эмоциональное состояние подростка. Ему больно. Очень. Покажите, что вы это понимаете.
- Не преуменьшайте (**не обесценивайте**) **боль**, переживаемую подростком. Высказывания типа: «Нет причин лишиться себя жизни из-за этого» лишь показывают подростку, что его не понимают.
- **Принимайте проблемы подростка серьезно**. Говорите о них открыто и откровенно. Задавайте вопросы прямо, в искренней и спокойной манере. Оценивайте их значимость с точки зрения подростка, а не со своей собственной или общепринятой.
- Говорите так, как будто Вы обладаете неограниченным запасом времени.
- **Попытайтесь выяснить причины** суицидальных намерений, но не настаивайте на их обсуждении, если для собеседника это слишком тяжело
- Побудите собеседника выразить свои чувства, связанные с проблемной областью.
- Спросите, приходилось ли ему ранее рассказывать кому-либо о том, что он говорит сейчас. Этот вопрос может подтолкнуть собеседника к мысли, что, возможно, главная его проблема в социальной изоляции или самоизоляции.
- В беседе **ищите ситуации, в которых собеседник любим или нужен**.
- Сосредоточиться на том, чтобы **показать ребенку все его достоинства и сильные стороны**, заставить увидеть себя ценной и уникальной личностью.
- Возрождайте надежду и **ищите альтернативы самоубийству**, возможности выхода из болезненной ситуации.
- Дать ему понять, что **все в жизни, кроме смерти, меняется**.

Вопросы, которые следует задать ребенку, который может совершить самоубийство и обратился к Вам за помощью:

- Как дела? Как ты себя чувствуешь?
- Ты выглядишь, словно в воду опущенный, что-то случилось?
- Что ты собираешься делать?
- Ты надумал покончить с собой?
- Как бы ты это сделал?
- А что, если ты причинишь себе боль?
- Если на шкале «хорошее самочувствие» стоит на отметке «0», а «желание совершить самоубийство» на отметке «10», то на какой бы отметке ты расположил бы свое теперешнее состояние?
 - Ты когда-нибудь причинял себе боль раньше? Когда это было? Что случилось? На какой отметке шкалы ты был в то время?
 - Если б я попросил бы тебя пообещать мне, не причинять себе боль, то ты бы смог бы это сделать? Что бы помешало тебе дать обещание?
 - Что помогло тебе справиться с трудностями в прошлом? Что могло бы помочь сейчас?
 - От кого ты бы хотел эту помощь получить?
 - Знают ли твои родители, что ты испытываешь такие трудности, сложности, душевные муки?
 - Хочешь ли ты посоветоваться со специалистом (психотерапевтом, неврологом)?
 - Если тебе пришлось пообещать не убивать себя, смог бы ты сдержать свое слово? На какое время?

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО РАБОТЕ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА С УЧАЩИМИСЯ В КРИЗИСНОМ СОСТОЯНИИ

Основные принципы разговора с несовершеннолетним, находящимся в кризисном состоянии

- Нормализовать собственное эмоциональное состояние.
- Уделять все внимание собеседнику, смотреть прямо на него, расположившись удобно, без напряжения напротив него (не через стол).
- Вести беседу так, будто вы обладаете неограниченным запасом времени и важнее этой беседы для вас сейчас ничего нет.
- Учитывать, что нотации, уговаривания, менторский тон речи не эффективны и вредны (учащийся думает в этот момент, взрослый его не понимает).
- Нельзя приглашать на беседу учащегося через третьих лиц. При выборе места беседы главное, чтобы не было посторонних лиц (никто не должен прерывать разговор, сколько бы он ни продолжался).
- Дать возможность собеседнику высказаться, не перебивая его, и говорить только тогда, когда перестанет говорить он.

Структура разговора и примеры фраз для первичного прояснения намерений и оказания эмоциональной поддержки

- Начало разговора: «Мне показалось, что в последнее время ты выглядишь расстроенным, у тебя что-то случилось?».
- Прояснение намерений: «Бывало ли тебе так тяжело, что не хотелось жить/хотелось, чтобы это все поскорее закончилось?»
- Активное слушание. Пересказать то, что собеседник рассказал вам, чтобы он убедился, что вы действительно поняли суть услышанного и ничего не пропустили мимо ушей: «Правильно ли я понял(а), что ...?».
- Расширение перспективы:
 - Давай подумаем, какие могут быть выходы из этой ситуации?
 - Как ты раньше справлялся с трудностями?
 - Чтобы ты сказал, если бы на твоём месте был твой друг?»
- Нормализация, вселение надежды: «Иногда мы все чувствуем себя подавленными, неспособными что-либо изменить, но потом это состояние проходит».

Примеры ведения диалога с подростком, находящимся в кризисном состоянии

1. ЕСЛИ ВЫ СЛЫШИТЕ: «Ненавижу учебу, ВУЗ и т.п.», СПРОСИТЕ: «Что именно тебя раздражает?» «Что ты хочешь сделать, когда это чувствуешь?...».

НЕ ГОВОРИТЕ: «Когда я был в твоём возрасте... да ты просто лентяй!»

2. ЕСЛИ ВЫ СЛЫШИТЕ: «Все кажется таким безнадежным...», СКАЖИТЕ: «Иногда все мы чувствуем себя подавленными. Давай подумаем, какие у нас проблемы, и какую из них надо решить в первую очередь».

НЕ ГОВОРИТЕ: «Подумай лучше о тех, кому еще хуже, чем тебе».

3. ЕСЛИ ВЫ СЛЫШИТЕ: «Всем было бы лучше без меня!», СПРОСИТЕ: «Кому именно?», «На кого ты обижен?», «Ты очень много значишь для нас, и меня беспокоит твое настроение. Скажи мне, что происходит».

НЕ ГОВОРИТЕ: «Не говори глупостей. Давай поговорим о чем-нибудь другом».

4. ЕСЛИ ВЫ СЛЫШИТЕ: «Вы не понимаете меня!», СПРОСИТЕ: «Возможно я не был в такой ситуации и не понимаю тебя сейчас. Объясни мне, пожалуйста, что я сейчас должен понять? Я действительно хочу это знать».

НЕ ГОВОРИТЕ: «Кто же может понять молодежь в наши дни?»

5. ЕСЛИ ВЫ СЛЫШИТЕ: «Я совершил ужасный поступок...», СКАЖИТЕ: «Давай сядем и поговорим об этом».

НЕ ГОВОРИТЕ: «Что посеешь, то и пожнешь!»

6. ЕСЛИ ВЫ СЛЫШИТЕ: «А если у меня не получится?», СКАЖИТЕ: «Если не получится, ничего страшного. Мы вместе подумаем, почему не получилось в этот раз, и что можно сделать, чтобы получилось в следующий».

НЕ ГОВОРИТЕ: «Если не получится, значит ты недостаточно постарался!»

Примеры вопросов, используемых в беседе с учащимся имеющим высокий суицидальный риск¹

- Нужно выяснить, не изменились ли у него привычки сна, еды, не стал ли он спать меньше обычного или, наоборот, больше обычного, рано просыпаться.

- Какие изменения произошли в последнее время в его жизни? Спросите, пережил ли он недавно какую-то тяжелую потерю: развод родителей, потерю близкого друга, подруги, родителя? Совершал ли в семье кто-то покушение на свою жизнь?

- Что это кризис для него означает?

- Как он раньше разрешал существующие проблемы и почему не получается сейчас?

- Чтобы ему сейчас помогло лучше себя чувствовать?

- С чего бы он начал, если бы хотел что-то изменить?

- Кто может его в этом поддержать?

- Есть ли люди, которым он доверяет, и кто это?

- С чем, по его мнению, связан кризис?

- Нужно спрашивать, думал ли он о самоубийстве? Сам факт вынесения этого вопроса на обсуждение не заставляет подростка думать о суициде. И, конечно, не заставляет его делать это. Если на самом деле у учащегося были суицидальные мысли, то если он расскажет вам об этом, для него, возможно, в этом будет облегчением

- Если учащийся говорил, что он думал о суициде, то спросите, есть ли у него план?

¹

- Если он говорит «да», спросите, есть ли способы приведения его в исполнение?

- Затем спросите: «А что тебя останавливает?» Он может сказать: «Религия, мои родители будут в отчаянии», или: «Я очень боюсь этого шага»

- Нужно спросить напрямую, пытался ли он совершить суицид? И может так случиться, что Вы первый человек, которому он это рассказал.

- Спросите не было ли у него друзей, одноклассников, которые бы совершали покушение на свою жизнь?

- Спросите, что изменится, если он покончит с собой?

Необходимо всегда серьезно относиться к любым угрозам, поэтому необходимо:

говорить с ребенком открыто и прямо;

дать своему собеседнику почувствовать, что вам не все равно что с ним происходит;

слушать с чувством искренности и понимания;

отстаивать свою точку зрения, что самоубийство – это неэффективное решение всех проблем;

прибегнуть к помощи «авторитетных людей» для оказания поддержки ребенку, нуждающемуся в помощи;

заключить «соглашение о не совершении самоубийства», условием которого будет обещание ребенка не причинять себе боль никоим образом;

подумать, кто может помочь ребенку: пригласить родителей, школьного воспитателя или психолога, человека, которому ребенок доверяет;

при необходимости пригласить психотерапевта, который может вывести ребенка из кризисного состояния; при осложненных или критических ситуациях доставить его в ближайший психоневрологический центр или больницу;

просто остаться с ребенком рядом; если необходимо уйти, оставить его на попечение другого взрослого;

попытаться установить, на сколько произошедшая ситуация стала кризисной и суицидоопасной;

попытаться выявить не только те моральные структуры личности, которые подверглись психотравматизации, но и «зоны сохранной моральной мотивации», которые могут выступить в качестве антисуицидальных факторов (такowymi могут быть чувство долга и ответственности, достоинство, гордость, совесть, стыдливость, стремление избежать негативных санкций и мнений, стремление поддержать собственный престиж и т.д.).

При общении с ребенком, который вызывает у педагога настороженность **не надо делать следующего:**

- Не говорить: «Посмотри на все, ради чего ты должен жить».
- Не вдаваться в философские рассуждения, то есть не полемизировать о том, хорошо или плохо совершить самоубийство.
- Не пытаться применять противоречивые психологические приемы на ребенке, помышляющем о сам убийстве.

- Не оставлять там, где находится ребенок, собирающийся совершить самоубийство, предметы, с помощью которых оно возможно.
- Не пытаться выступать в роли судьи.
- Не думать, что ребенок ищет только внимания.
- Не оставлять ребенка одного.
- Не держать в секрете то, о чем вы думаете.

Материалы в пределах компетенции педагога-психолога и педагога социального

- ❖ План УО по профилактике суицидального поведения на учебный год с определением ответственности всех педагогических работников, с привлечением иных организаций.
- ❖ План УО по проведению недели (декады, месячника) психологического здоровья (профилактики суицидального поведения) с определением ответственности всех педагогических работников, с привлечением иных организаций. Отчет по итогам проведения.
- ❖ Материалы тематических консультаций, занятий, социально-психологического тренинга, раздаточный материал, видеоматериалы и др.
- ❖ Диагностический инструментарий.
- ❖ Информация по результатам диагностических исследований, протоколы исследований, бланки ответов, листы наблюдений.
- ❖ Материалы по ознакомлению законных представителей, педагогов с признаками (маркерами) суицидального поведения).
- ❖ Иные материалы (аналитическая информация, отчеты, справки в пределах компетенции).



