



# Профилактика аддиктивного и суицидального поведения в условиях общеобразовательной школы

(из опыта работы)

**Булгакова Татьяна Алексеевна,**

педагог-психолог, спортивный психолог, тренер-преподаватель МБУ ДО СШ № 7  
МО город-курорт Анапа Член Президиума педагогов-психологов  
Краснодарского края  
МО г.-к. Анапа



Аддиктивное поведение (от англ. addiction — пагубная привычка, порочная склонность) — одна из форм отклоняющегося, девиантного, поведения с формированием стремления к уходу от реальности.

**Аддикция** — пристрастие к изменяющим сознание веществам или навязчивая потребность в определённых действиях, не достигающая уровня физической зависимости.

Соответственно **аддиктивное поведение** основывается на постоянной потребности в каких-либо препаратах, алкоголе, курении, навязчивом поведении (переедание, стойкие паттерны поведения), целью которой является изменение эмоционального состояния и восприятия окружающей действительности.

**Аддиктивное поведение** широко распространено и отличается высокой устойчивостью к лечению и малой обратимостью.



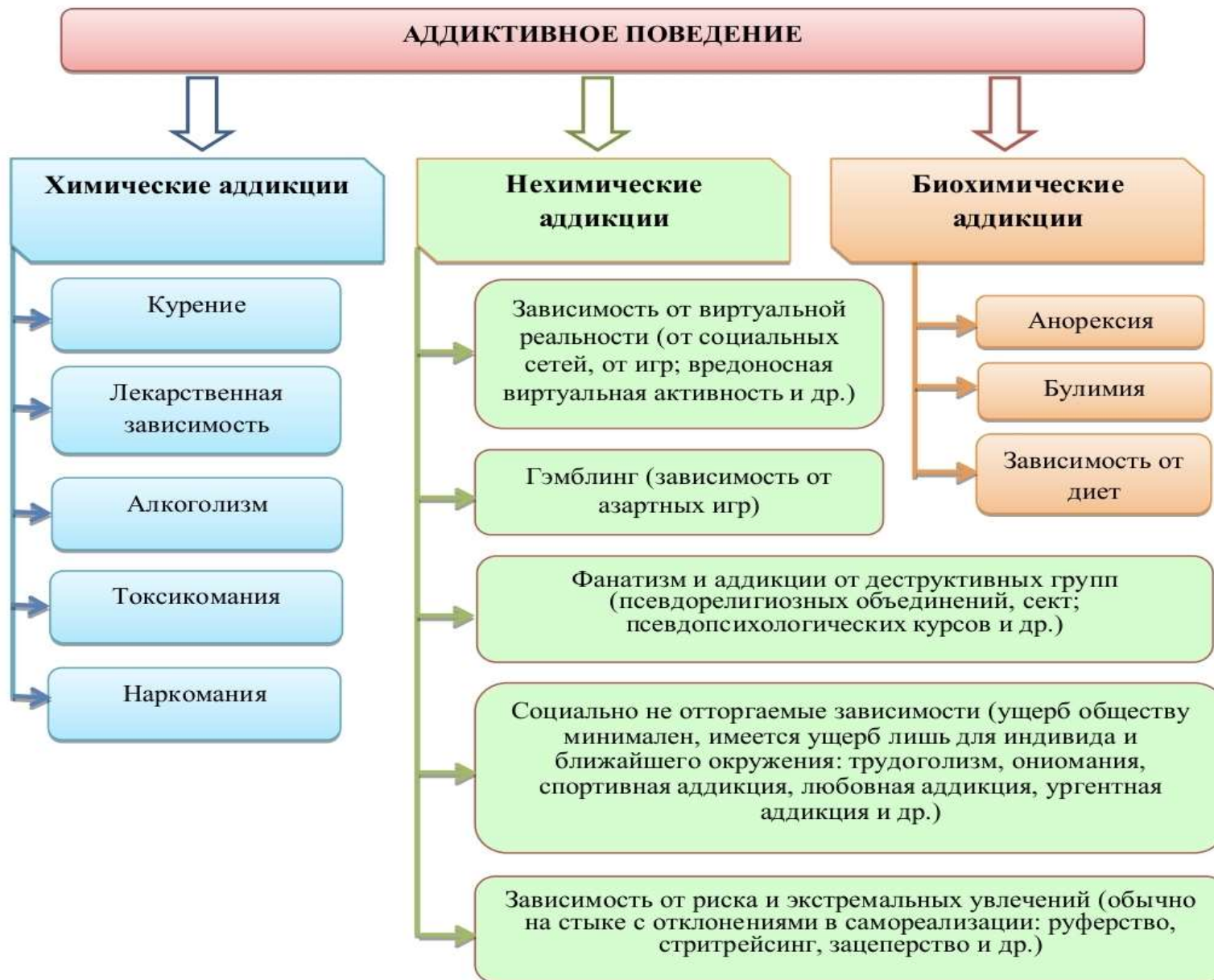


Главная причина всех аддиктивных расстройств — это страдание.

Страдания, которые аддикты пытаются облегчить или продлить с помощью своих желаний в какой-либо зависимости, отражают базовые трудности в сфере саморегуляции, включающей четыре основных аспекта психологической жизни: чувства, самооценку, человеческие взаимоотношения и заботу о себе.

Наличие аддиктивного поведения указывает на нарушенную адаптацию к изменившимся условиям микро- и макросреды. Человек своим поведением провоцирует повышенное внимание к себе, «сообщает» о необходимости оказания ему экстренной помощи. В этих случаях требуются профилактические, психолого-педагогические, воспитательные, а иногда и медицинские меры.







# Этапы профилактической деятельности

**Диагностический**, включающий в себя диагностики личностных особенностей, которые могут оказать влияние на формирование аддиктивного поведения (повышенная тревожность, низкая стрессоустойчивость, неустойчивая я-концепция, неспособность к эмпатии, некоммуникабельность, стратегия избегания при преодолении стрессовых ситуаций, направленность на поиск ощущений и др.), а также получение информации о положении ребенка в семье, о характере семейных взаимоотношений, о составе семьи, о его увлечениях и способностях, о его друзьях и других возможных референтных группах.

**Информационно-просветительский этап**, представляющий собой расширение компетенции подростка в таких важных областях, как психо-сексуальное развитие, культура межличностных отношений, технология общения, способы преодоления стрессовых ситуаций, конфликтология и собственно проблемы аддиктивного поведения с рассмотрением основных аддиктивных механизмов, видов аддиктивной реализации, динамики развития аддиктивного процесса и последствий.

**Тренинги** личностного роста с элементами коррекции отдельных личностных особенностей и форм поведения, включающие формирование и развитие навыков работы над собой.

Профилактика аддиктивного поведения должна коснуться всех сфер жизни подростка: семьи, образовательной среды, общественной жизни в целом.



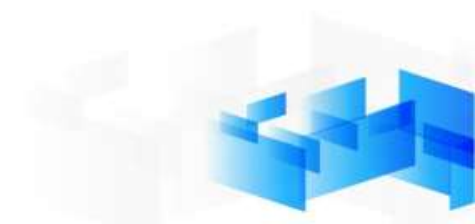
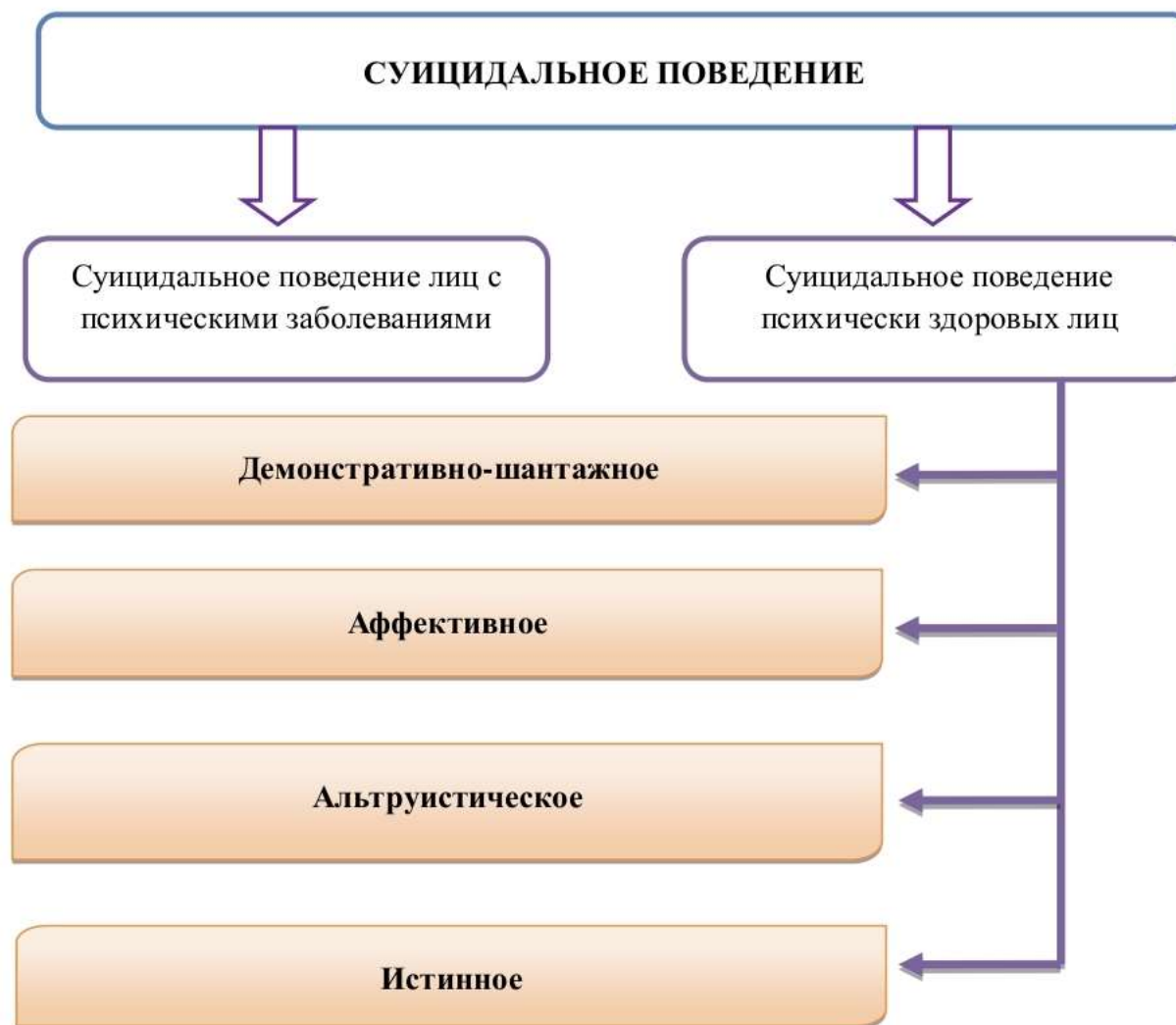




# СУИЦИДАЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ

Самоубийство (суицид) – это каждый смертный случай, который непосредственно или опосредованно является результатом положительного или отрицательного поступка, совершенного самим пострадавшим.







Истинное суицидальное поведение – это уход из жизни под воздействием тяжелых обстоятельств, характеризуется устойчивостью и целенаправленностью действий, связанных с мотивами лишения себя жизни. То есть истинный суицид – это осознанный акт ухода из жизни под воздействием острых психотравмирующих ситуаций, при которых собственная жизнь теряет для человека смысл.



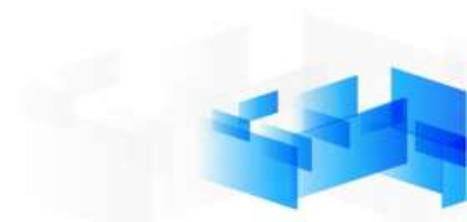




Схема 2.1. Уровни профилактики деструктивного поведения детей и молодежи



# Уровни ПРОФИЛАКТИКИ







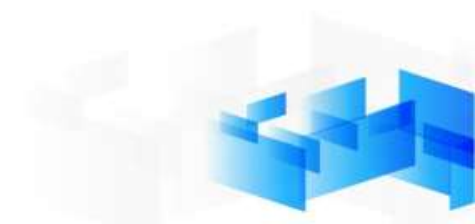
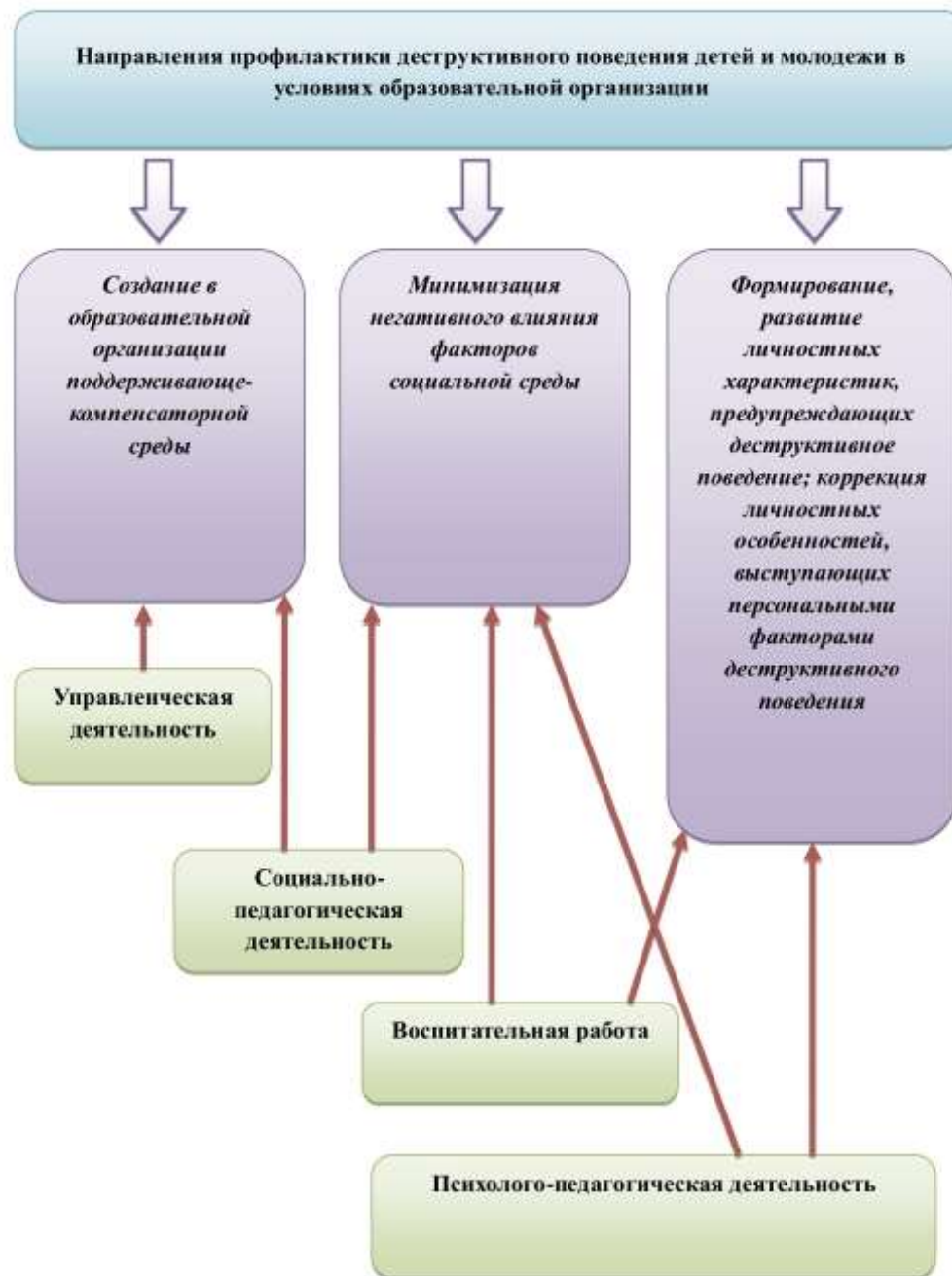
## **Уровни психологической профилактики отражены в общешкольных планах по формированию жизнестойкости**

I уровень — так называемая *первичная профилактика*. Работа с детьми, имеющими незначительные эмоциональные, поведенческие проблемы, но без суицидального риска, забота о психическом здоровье и жизнестойкости всех обучающихся. Создание психологически безопасной и комфортной образовательной среды.

II уровень — *вторичная профилактика*. Она направлена на так называемую «группу риска», т. е. на тех детей, у которых существует суицидальный риск незначительной степени или умеренной степени. При умеренном риске необходима консультация специалиста.

III уровень — *третичная профилактика*. Направлена на предупреждение суицидальных действий при высоком риске, реабилитации при суицидальных попытках и предотвращении повторных попыток.

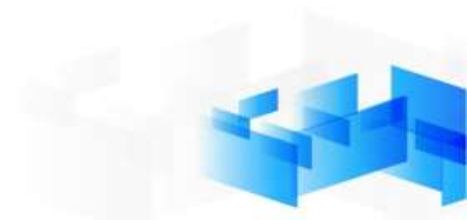






## Согласно Алгоритму и Плану формирования жизнестойкости

- в сентябре-октябре и марте-апреле с письменного согласия родителей (законных представителей) проводят психологическую диагностику психоэмоционального состояния обучающихся 5-11 классов с целью выявления факторов риска суицидального поведения.
- . Мониторинг проводится в 2 этапа:
  - - первичная диагностика на выявление «группы риска»
  - - «углубленная» диагностика





Письмо от 11.11.2024 г. № 47-01-13-20622/24 Министерства образования, науки и молодежной политики Краснодарского края

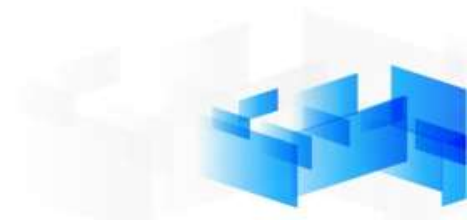
**«О профилактике случаев суицидов и суицидальных попыток».**

Ссылка на документ: [https://disk.yandex.ru/d/RN6\\_F9AdzohlZQ](https://disk.yandex.ru/d/RN6_F9AdzohlZQ)

Методические рекомендации Министерства образования, науки и молодежной политики Краснодарского края по проведению мониторинга психоэмоционального состояния обучающихся с целью профилактики суицидального поведения от 16.10.2023г. № 01-20/ 4822

<https://disk.yandex.ru/i/sX5KbxUGcV9lbw>

<https://disk.yandex.ru/d/EcWWzZPQir9UVw>





### Primary positive







# **ИПС - индивидуальная программа сопровождения**

**На совете профилактики** утверждают индивидуальную программу сопровождения (далее ИПС) обучающихся, имеющих факторы риска суицидального поведения.

Индивидуальная программа сопровождения разрабатывается и реализуется при активном участии родителей (законных представителей) и с привлечением специалистов: педагога-психолога мобильной группы экстренного реагирования, социального педагога, завуча во ВР, специалистов здравоохранения, психолога ППМС-центра.



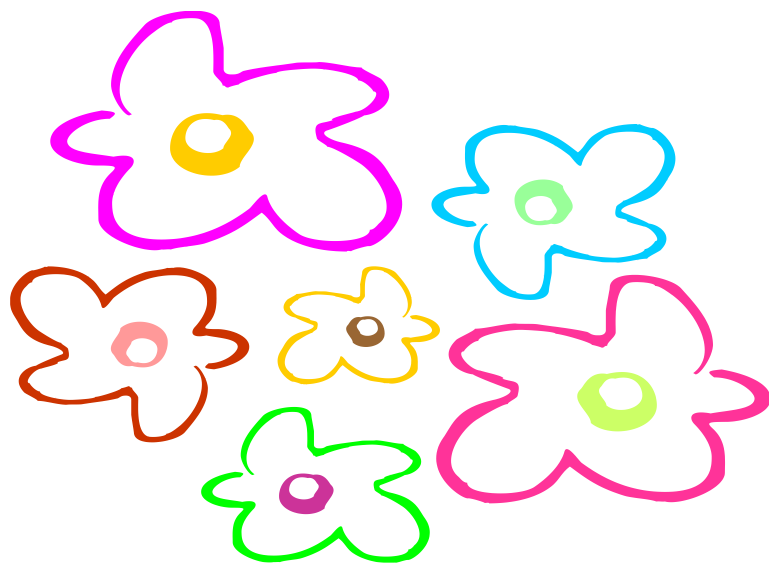
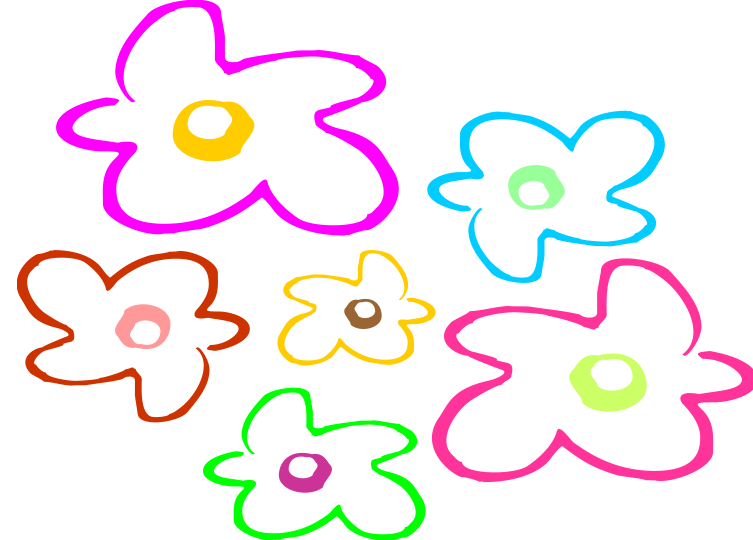


# «Заперта в 4-х стенах»





# Элективные курсы «Твое здоровье», «Мой выбор»





Для профилактики употребления ПАВ в школах г-к Анапа ведутся элективные курсы «Твое здоровье», «Мой выбор». Программы направлены на подростков.

### **Цели:**

Повысить уровень социально-психологической компетенции подростков.

Снизить вероятность вовлечения подростков к употреблению ПАВ.







# Основные подходы в системе профилактической работы

- Предоставление информации. Информация должна быть достоверной и представлять знания о последствиях злоупотребления ПАВ. Имея достоверную информацию о ПАВ, об их влиянии на организм (физиологическом, психическом, психологическом) подросток сможет принять ответственное решение по отношению к своему здоровью.
- Аппеляция к ценностям и знаниям. Подход использует методы поведенческой терапии. Такое поведение можно трактовать как просьбу о помощи в ситуациях конфликта, акт отчаянья, давления со стороны социальной среды. Подростки с подобными проблемами нуждаются в обретении определенных жизненных навыков, которые позволяют им обрести устойчивость к различным негативным социальным влияниям.
- Воспитание противодействия ПАВ. Ориентирован на ЗОЖ, умение сопротивляться пагубному влиянию и давлению, умение говорить «нет».
- Укрепление здоровья.
- Влияние социальной среды и сверстников. Работа с волонтерами.





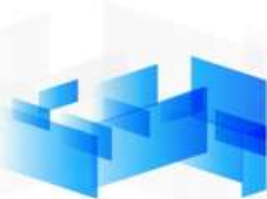
# ВОЛОНТЕРСКОЕ ДВИЖЕНИЕ – ОДИН ИЗ ПУТЕЙ ПРОФИЛАКТИКИ АДДИКТИВНОГО И СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ





Волонтерское движение является одним из эффективных и перспективных вариантов организации профилактики ПАВ и суицидального поведения среди детей и подростков.

Участниками волонтерского движения в школах являются учащиеся 7-10 классов.





## Цели волонтерского движения:

- Формирование навыков активной жизненной позиции у детей и подростков;
- Формирование у подростков стойкой негативной установки по отношению к употреблению ПАВ способу решения своих проблем;
- Ориентация на позитивные социальные и личные ценности через вовлечение подростков в работу по профилактике ПАВ.









# Задачи волонтерского движения:

- Создание и развитие волонтерского движения «равный равному», проводящего работу по профилактике злоупотребления ПАВ;
- Формирование и закрепление в школьной среде ценностей молодежной культуры, направленных на неприятие социально-опасных привычек, ориентированных на здоровый жизненный стиль;
- Организация мероприятий по программе сетевого взаимодействия, способствующих ориентации подростков на здоровый и безопасный образ жизни.
- Формирование и развитие у учащихся школ личностных ресурсов, стратегий и навыков поведения, ведущих к здоровью и препятствующих злоупотреблению ПАВ.







Волонтеры психологической службы привлекают к проведению общешкольных мероприятий учащихся состоящих на различных видах учета





# МЕТОДИКА «РАВНЫЙ РАВНОМУ»

Основой волонтерского движения является методика «равный равному». Данная методика базируется на том, что главное участие в распространении знаний принимают сами подростки. Преимущества методики «равный равному» состоят в том, что лучше зная изнутри подростковую среду, ее потребности и проблемы, подростки-волонтеры способны быстрее установить контакт со своими сверстниками, сделать работу по профилактике более живой, творческой и эффективной.





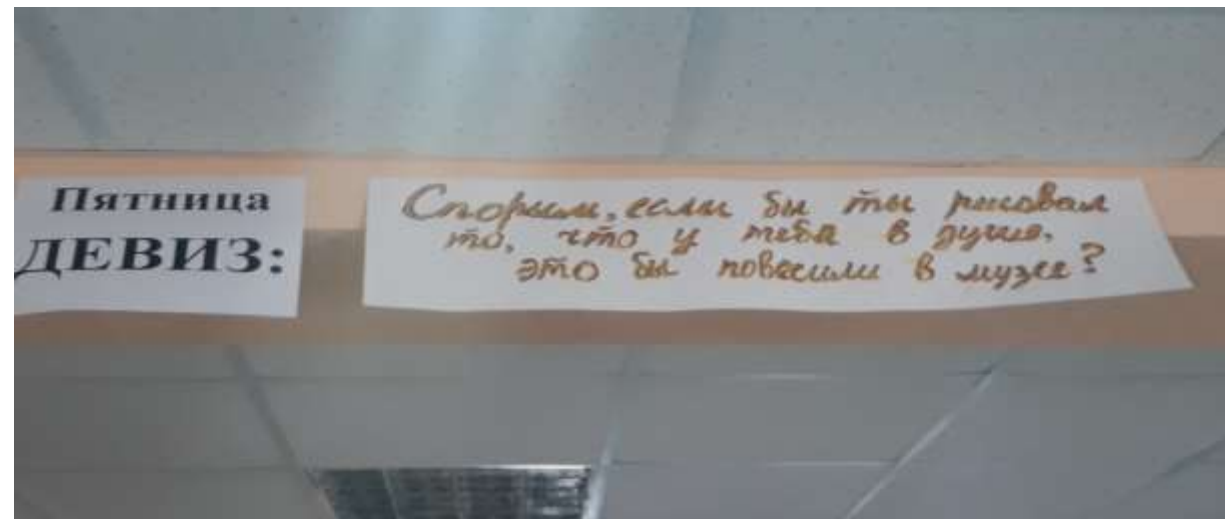




## Методы работы волонтеров:

- проведение бесед по антинаркотической тематике, последствиях употребления ПАВ, как в своей школе, так и по программе сетевого взаимодействия образовательных учреждений по профилактике ПАВ;
- проведение круглых столов с привлечением специалистов;
- организация и проведение различных акций, конкурсов плакатов, тематических выступлений агитационных бригад;
- проведение ролевых игр, направленных на усиление личностных ресурсов;
- активное привлечение новых членов волонтерского движения.







Важно!!!

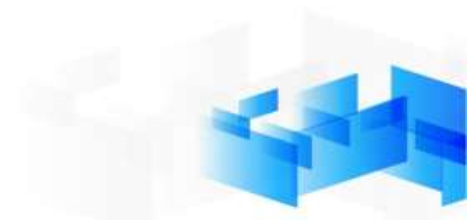
Помочь детям развить умение вести здоровый образ жизни...  
Помочь обрести ориентиры на будущее, включая продолжение их образования и  
ответственное отношение к себе и другим...  
Научить детей общаться со сверстниками и противостоять дурному влиянию со  
стороны...







СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!





Официальные каналы Министерства образования,  
науки и молодежной политики Краснодарского края



Официальные каналы ГБОУ ДПО  
«Институт развития образования Краснодарского края»

