



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.

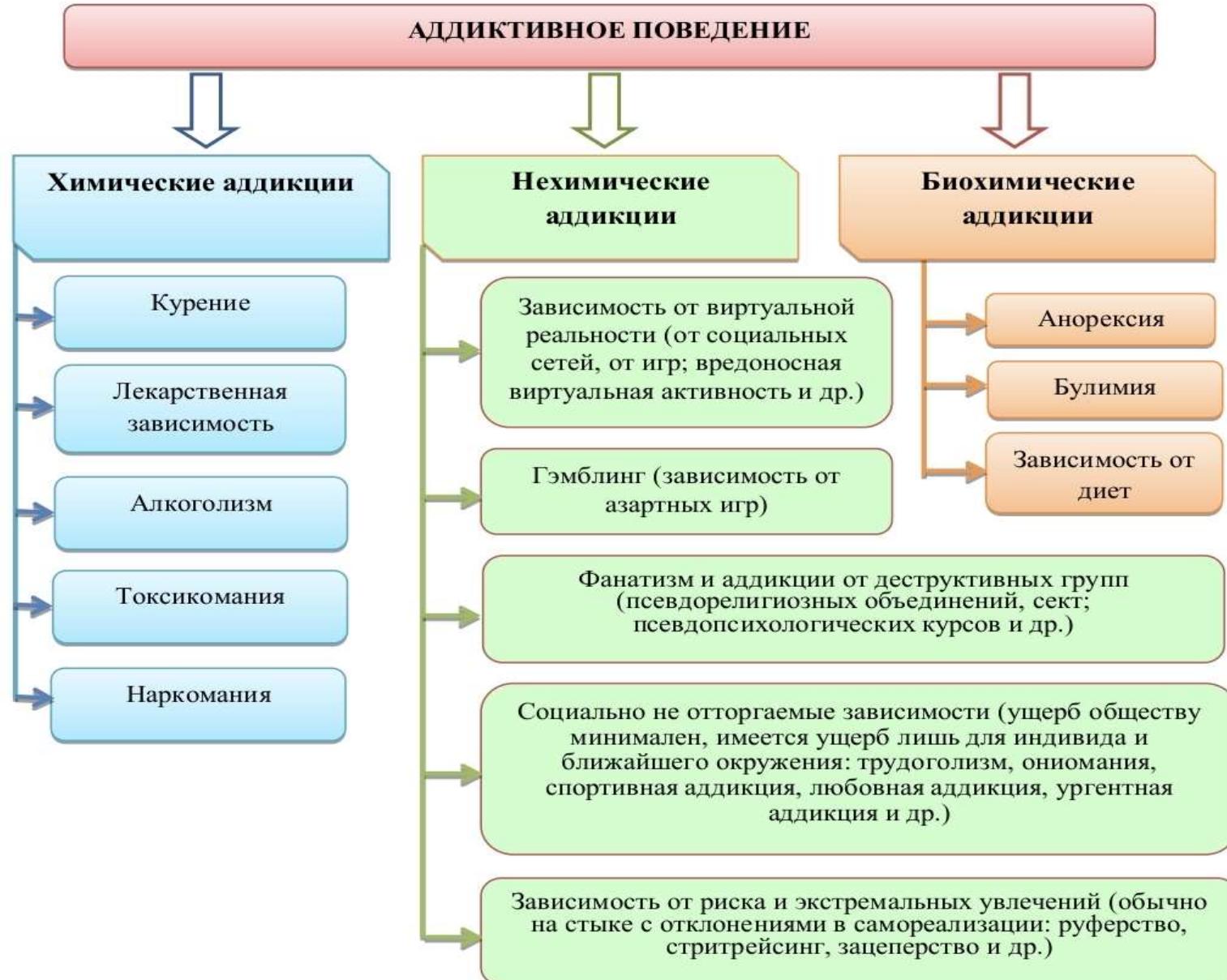
Аддиктивное поведение широко распространено и отличается высокой устойчивостью к лечению и малой обратимостью.



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 преодолевания стрессовых ситуаций, конфликтология и собственно проблемы аддиктивного поведения с рассмотрением основных аддиктивных механизмов, видов аддиктивной реализации, динамики развития аддиктивного процесса и последствий.

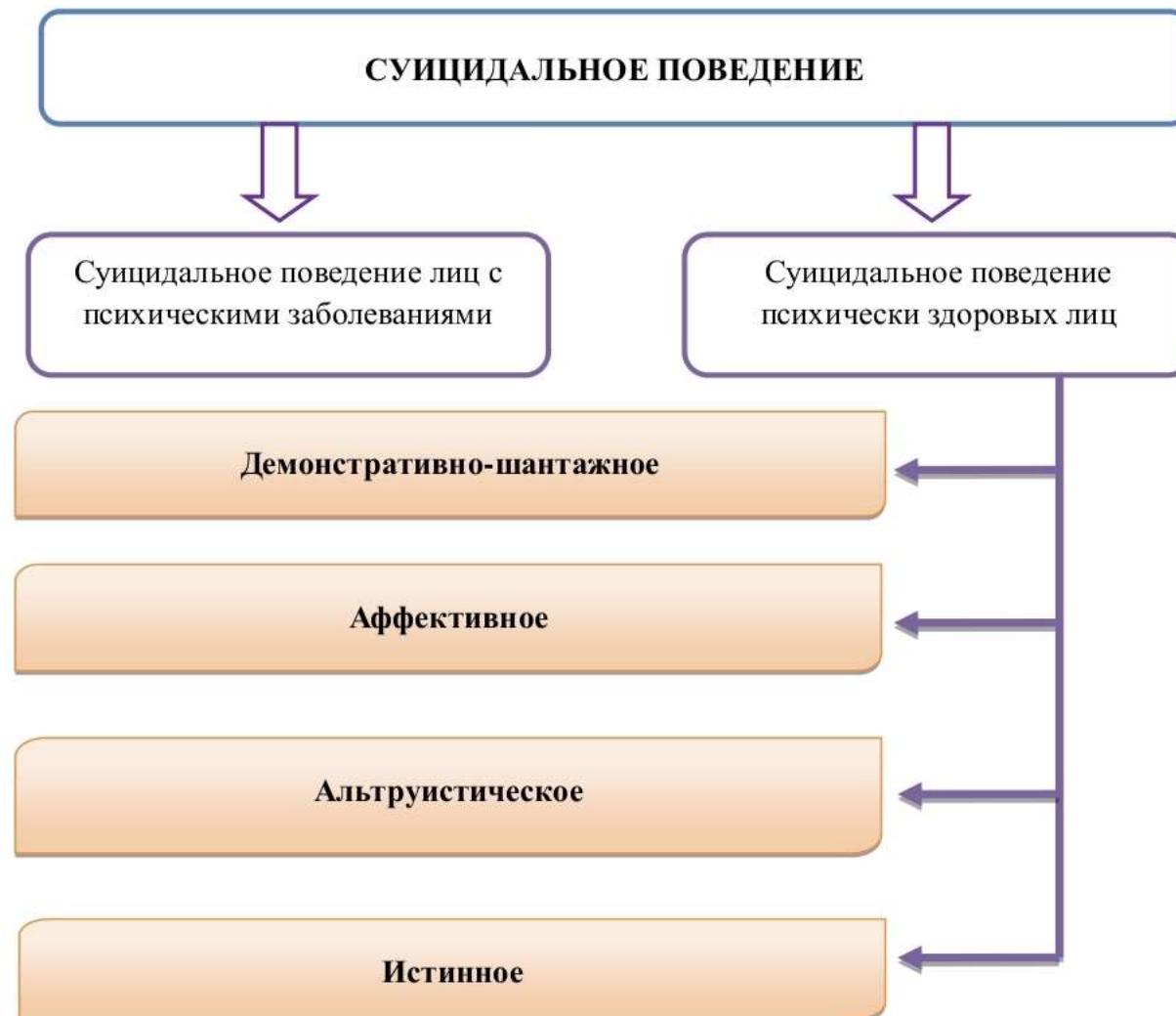
Тренинги личностного роста с элементами коррекции отдельных личностных особенностей и форм поведения, включающие формирование и развитие навыков работы над собой.

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

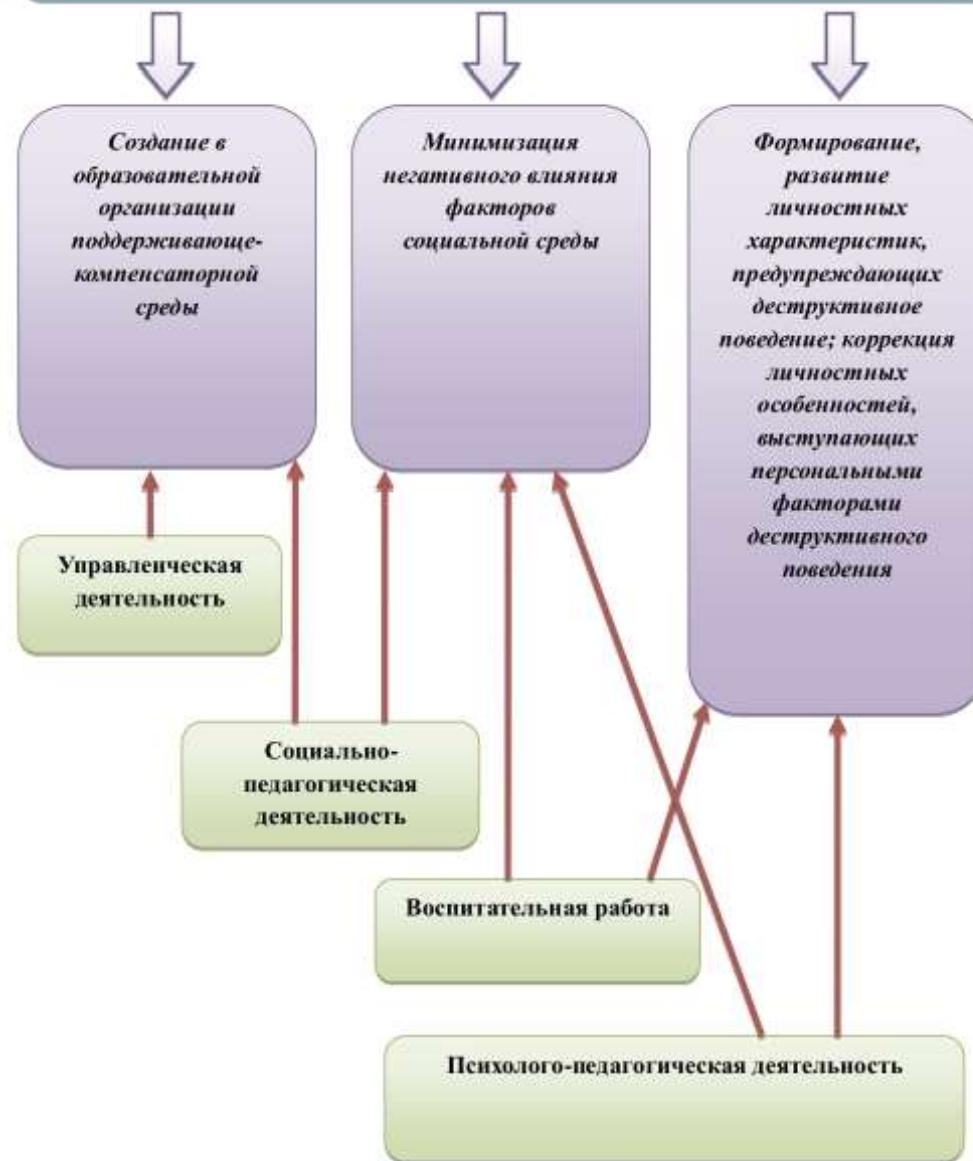
I уровень — так называемая *первичная профилактика*. Работа с детьми, имеющими незначительные эмоциональные, поведенческие проблемы, но без суицидального риска, забота о психическом здоровье и жизнестойкости всех обучающихся. Создание психологически безопасной и комфортной образовательной среды.

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.



Направления профилактики деструктивного поведения детей и молодежи в условиях образовательной организации





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

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>



**МИНИСТЕРСТВО
ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ
И МОЛОДЁЖНОЙ ПОЛИТИКИ
КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ**

Рашпилевская ул., д. 23, г. Краснодар, 350063
Тел. (861) 298-25-73, (861) 298-26-00
E-mail: minobrkruban@krasnodar.ru

11.11.2024 № 47-01-13-20622/24

На № от

О профилактике случаев
суицидальных попыток и суицидов

Уважаемые коллеги!

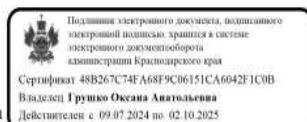
Министерство образования, науки и молодежной политики Краснодарского края (далее – министерство) во исполнение решения межведомственного совещания прокуратуры Краснодарского края от 18 сентября 2024 г. «О состоянии законности в деятельности уполномоченных органов по профилактике суицидального поведения несовершеннолетних» рекомендует усилить работу по совершенствованию деятельности специалистов образовательных организаций, направленной на профилактику и предупреждение суицидальных проявлений среди обучающихся.

С целью оказания своевременной адресной комплексной психологической и социально-педагогической помощи обучающимся, требующим повышенного психологического внимания и склонным к суицидальному поведению министерством организована работа специалистов ГБУ «Центр диагностики и консультирования» КК, ГБОУ ИРО Краснодарского края, ФГБОУ ВО КубГУ, МКУ РРЦ «Детство», представителей региональных и муниципальных сообществ педагогов-психологов по обновлению Алгоритма деятельности специалистов системы образования по профилактике суицидальных попыток и суицидов несовершеннолетних на территории муниципальных образований Краснодарского края (далее – Алгоритм).

Разработанный Алгоритм согласован с министерством труда и социального развития Краснодарского края, министерством здравоохранения, ГУ МВД России по Краснодарскому краю.

Рекомендуем довести информацию до сведения руководителей образовательных организаций и педагогических работников с целью организации соответствующей работы.

Приложение: в электронном виде.



Заместитель министра

Шамалова Оксана Ивановна
+7(861) 298-25-93

Приложение 1
**План индивидуального психолого-педагогического сопровождения обучающегося
«группы риска»**

Заместителям глав
муниципальных образований
Краснодарского края

ФИО обучающегося, класс	
Дата рождения обучающегося	
ФИО родителей (законных представителей)	
Адрес места жительства	
Ответственный за исполнение плана ИППС (ФИО, должность)	
Сроки реализации плана ИППС	

Приложение 2
**Акт беседы с родителями (законными представителями) обучающегося
МБОУ СОШ № класс**

ФИО обучающегося _____
Дата _____. 20 __ г., __ час.
Мы, нижеподписавшиеся _____
(ФИО, должность)

составили настоящий акт беседы с _____
(ФИО, должность)

о вышеизложенном: по результатам (мониторинга психомоционального состояния обучающегося, динамического наблюдения классного руководителя, другое) у обучающегося (ФИО обучающегося) наблюдаются проявления признаков кризисного состояния.

Я, _____ сообщаю что
ФИО родителя
психологическое/психотерапевтическое сопровождения моего ребенка
ФИО ребенка, класс
осуществляется сторонним специалистом _____
ФИО специалиста должность
все образовательной организации. Ответственность за жизнь и здоровье моего ребенка беру на себя.

Дата _____
Родитель (родители)

№ п/п	Содержание	Сроки	Ответственные (ФИО, должность)
1.	Изучение индивидуальных особенностей обучающегося «группы риска» (с указанием диагностических методик)		
2.	Определение направлений работы специалистов, реализующих план ИППС (с учетом индивидуальных особенностей обучающегося и причин проявления признаков суицидального поведения)		
2.1	Классный руководитель		
2.2	Социальный педагог		
3.	Разработка рекомендаций для педагогов по работе с обучающимся «группы риска» (в том числе его родителями (законными представителями))		
4.	Проведение профилактических мероприятий, коррекционных занятий, бесед и других форм работы с обучающимся «группы риска»		
4.1	Темы занятий, бесед, мероприятий		
5.	Консультирование педагогов по вопросам взаимодействия с обучающимся «группы риска»		
6.	Консультирование родителей по вопросам воспитания и обучения (проблемные вопросы)		
6.1	Темы консультаций		
7.	Повышение компетентности родителей в области детско-родительских отношений		

Примечание. План ИППС разрабатывается на психолого-педагогическом консилиуме и реализуется педагогом-психологом, социальным педагогом, классным руководителем и другими специалистами и педагогами образовательной организации.
Ответственный за исполнение плана ИППС _____

О.А. Грушко

Приложение 3
Директору МБОУ СОШ № _____
ФИО родителя
проживающего(шей) по адресу:
тел.: _____

Уведомление
Я, _____ сообщаю что
ФИО родителя
психологическое/психотерапевтическое сопровождения моего ребенка
ФИО ребенка, класс

осуществляется сторонним специалистом _____
ФИО специалиста должность
все образовательной организации. Ответственность за жизнь и здоровье моего ребенка беру на себя.

Дата _____
Родитель (родители)

Директору МБОУ СОШ № _____
ФИО родителя
проживающего(шей) по адресу:
тел.: _____

Приложение 4
Отказ

Я, _____ отказываюсь от
индивидуального сопровождения моего ребенка
ФИО ребенка, класс
педагогом-психологом МБОУ СОШ № _____ по итогам мониторинга психомоционального состояния проведенного в 2024-2025 году. Педагогом-психологом МБОУ СОШ № _____ со мной проведена разъяснительная беседа о необходимости индивидуального сопровождения моего ребенка, а также даны рекомендации обратиться к врачу-психиатру. Ответственность за жизнь и здоровье моего ребенка _____ беру на себя.

Дата _____
Родитель (родители)

Приложение 5

Директору МАОУ СОШ № _____
 _____,
 _____,
 ФИО родителя
 проживающего(щей) по адресу:

 тел.: _____

РАСПИСКА РОДИТЕЛЯ

Я, (ФИО родителя) _____, обязуюсь
 сопровождать своего ребёнка (ФИ ребёнка) _____
 в течение всего похоронного процесса.

(дата)

(подпись)

Ваш ребёнок может изъявить желание участвовать в похоронах своего одноклассника. Если вы не против такого решения, то администрация школы настоятельно рекомендует вам **сопровождать вашего ребёнка во время этого события**. Не оставляйте своего сына/дочь одного!

Во время похорон с ребёнком могут случиться различные психологические и физиологические реакции (шок, страх, неконтролируемые вспышки паники или агрессии; дурнота, тошнота и рвота, головокружение, обморок и пр.) Если вы принимаете решение о присутствии вашего ребёнка на похоронах, то поддержите его и будьте обязательно вместе с ним!

Приложение 6

Справка по суицидальному поведению

МО _____ Населенный пункт _____ МБОУ СОШ

Дата

Информация о пострадавшем

ФИО, дата рождения, класс
 Статус семьи
 Составие на учете в комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав, диспансерном учете
 Наличие ранее выявленного отклоняющегося поведения

Информация об образовательной организации

Численность обучающихся в ОО
 Численность педагогов-психологов в ОО
 Ставки педагогов-психологов
 Совмещение (при наличии)
 Наличие кабинета педагога-психолога
 ФИО психолога, проводящего работу в данном классе, нагрузка, совмещение (если есть), стаж работы психологом в данной ОО

Описание случая

Дата ЧП
 Что произошло.
 Способ совершения

Проведена работа

Меры, принятые в ходе работы с конкретным лицом, осуществляющим суицидальную попытку, с его родителями, близким окружением, педагогами.

Планирование работы

- Разработка индивидуального плана сопровождения несовершеннолетнего (при возвращении в образовательную организацию), включает индивидуальную работу + групповую работу + с родителями + с педагогами:
- Проведение мероприятий с обучающимися:
 - групповые (в рамках первичной профилактики);
 - выявление первостепенной «группы риска» (ФИО), разработка индивидуальных планов сопровождения обучающихся;
 - оказание индивидуальной психологической помощи педагогам и родителям с целью стабилизации психоэмоционального состояния (по запросу).

Ответственный по профилактике

ФИО

Приложение 7

Справка по завершенному суициду

МО _____ Населенный пункт _____ Школа

Дата

Информация о пострадавшем

ФИО, дата рождения, класс

Статус семьи

Составие на учете в комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав, диспансерном учете

Наличие ранее выявленного отклоняющегося поведения

Информация об образовательной организации

Численность обучающихся в ОО

Численность педагогов-психологов в ОО

Ставки педагогов-психологов

Совмещение (при наличии)

Наличие кабинета педагога-психолога

ФИО психолога, проводящего работу в данном классе, нагрузка, совмещение (если есть), стаж работы психологом в данной ОО

Описание случая

Дата ЧП

Что произошло

Способ совершения

Проведена работа

- Работа с обучающимися (групповая – дебriefинг, индивидуальная – работа с «группой риска») и запросу (себяниги, друзья из других классов).

Пример: Психологом ФИО оказана психологическая помощь, обучающимся 11 класса с использованием метода «Дебriefинг». В групповой работе приняли участие 16 обучающихся 11 класса, 3 человека отсутствовали по причине болезни.

Обучающиеся класса узнали о том, что их одноклассник ФИО 21.03.2006 г.р. покончил с собой перед проведением дебriefинга; ранее имели общую информацию о том, что он 12.09.2023 г. самовольно покинул территорию учебного заведения и ведутся его поиски. Информацией о причинах его смерти

никто не располагал. Со слов одноклассников конфиденциальность обучающимися не была, описание были равные. Однако в последние дни в поведении мальчика наблюдалась не свойственные его характеру променяла, такие как повышенный фон настроения, желание говорить всем «спасибо», более близкое общение с теми одноклассниками, с которыми ранее общался поверхностно, проприетарски. Также со слов одноклассников, у ФИО неоднократно были конфликты с учителем ФИО. Последний конфликт состоялся 08.09.2023 г., в ходе которого, со слов одноклассников, ФИО учителя помогли родителям ФИО учителя.

В ходе проведенной работы все одноклассники прошли переживание, сопущенные, напоминание («кем он это сделал?»), у его друга Влада были неверные в произнесение. С обучающимися 11 класса проработаны переживания по уровню эмоций и чувств. Созданы акцепты на ценности жизни, индивидуальной ответственности человека за свою жизнь, установка «никто не виноват». С целью снижения уровня тревожности, обучающиеся получили информацию о состояниях и симптомах, которые могут у них проявляться в дальнейшем, о том, что чувства и эмоции могут быть разного спектра, и это естественно и нормально для проявления состояния горя, также были предложены способы симптомологии.

- Выявление «группы риска» (всего человек, их ФИО), какая работа с ними проведена.

Пример: в результате дебriefинга были выделены «группы риска» в составе 5 человек: ФИО, ФИО, ФИО, ФИО, ФИО (лучший друг). С обучающимися проведены индивидуальные беседы.

- Работа с педагогами (групповая – совещание, индивидуальная – по запросу).

Пример: с педагогами образовательной организации были проведены беседы о профессиональной позиции педагога в чрезвычайной ситуации. Создан акцепт на поддержке обучающихся и важности выработки единой информационной версии по случаю. Проведена индивидуальная работа с классным руководителем 11 класса ФИО по снятию острого спресса и чувства вины.

- Работа с родителями (законными представителями) (групповая – собрание по выработке единой версии прошедшего, индивидуальная – психологическая помощь с целью стабилизации психоэмоционального состояния – по запросу).

Планирование работы

1. Проведение мероприятий с обучающимися:

- групповые (в рамках первичной профилактики);
- для выявленной «группы риска» (ФИО) разработать индивидуальные планы сопровождения обучающихся (индивидуальная работа + групповая работа + с родителями + с педагогами).

2. Оказание индивидуальной психологической помощи педагогам и родителям с целью стабилизации психоэмоционального состояния (по запросу).

Ответственный по профилактике

ФИО

Приложение 8

ОТВЕТ

муниципального органа управления образованием по отработке поступивших сведений о вероятных суицидальных рисках в отношении обучающихся, выявленных по цифровым следам

1. Общие сведения

- Информация о специалистах, органах, учреждениях, организациях, принимавших участие в пределах своей компетенции в отработке поступивших сведений о суицидальных рисках в отношении обучающихся (далее – отработке).

2. Информация о нахождении и «группе риска» Лица, в отношении которого поступили сведения о суицидальных рисках (далее – Лицо)

- Находилось ли Лицо в «группе риска» до поступления сведений о суицидальных рисках в отношении него?
- При нахождении Лица в «группе риска» до поступления сведений о суицидальных рисках, укажите, какая ранее проводилась профилактическая работа в отношении него.
- Информация о подтверждении / неподтверждении наличия суицидальных рисков у Лица

- Информация о подтверждении / неподтверждении наличия суицидальных рисков у Лица. На основании каких данных сделан вывод о наличии / отсутствии суицидальных рисков?
- Меры, принятые в процессе отработки сведений о суицидальных рисках

- Меры, принятые в ходе работы с конкретным Лицом, имеющим суицидальные риски.
- Меры, принятые в ходе отработки (при их наличии) по взаимодействию с иными лицами (укажите, с кем), помимо Лица, имеющего суицидальные риски.
- Меры, принятые в ходе отработки (при их наличии), способствующие повышению эффективности деятельности по профилактике суицидального поведения обучающихся на уровне субъекта Российской Федерации / муниципального образования / образовательной организации.

Ссылка на документ:

https://disk.yandex.ru/d/RN6_F9AdzohlZQ





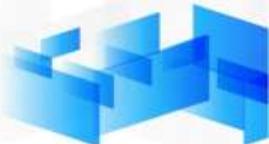
ИПС - индивидуальная сопровождения

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.

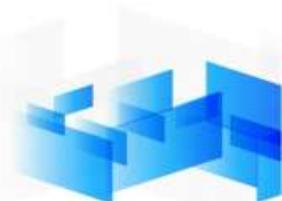
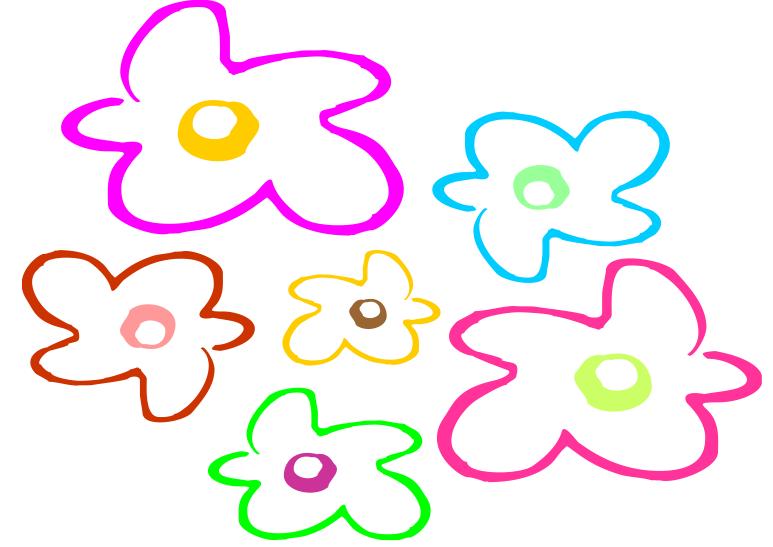


«Заперта в 4-х стенах»





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.
- Апелляция 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.

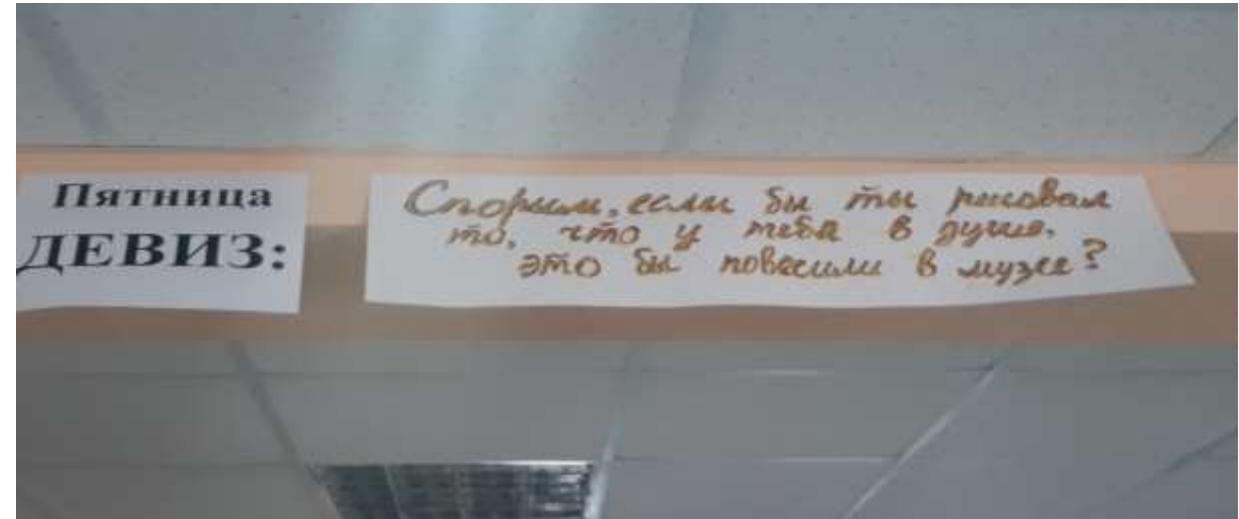






Методы работы волонтеров:

- 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»

