

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«РЕПЕНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
АЛЕКСЕЕВСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА

Утверждаю:

Директор МБОУ «Репенской СОШ»
Приказ от 31 августа 2023 года № 113
Е.П. Острякова



**ПРОГРАММА РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ
ДЕТСКОГО СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ
«ЖИЗНЬ ОДНА»**

РАССМОТРЕНА:

на заседании Управляющего Совета
Протокол от «31» августа 2023 г. №9
председатель Управляющего Совет
_____ Л.Е. Жашков

ПРИНЯТА:

на заседании педагогического совета
МБОУ «Репенская СОШ»
Протокол от «31» августа 2023года № 12

Паспорт программы

| | |
|----------------------------------|---|
| Наименование программы | Программа работы с родителями по профилактике детского суицидального поведения «Жизнь одна» |
| Руководитель программы | Директор МБОУ «Репенская СОШ» Острякова Елена Геннадьевна |
| Адрес организации | 309832, Белгородская область, Алексеевский район, с. Репенка, ул. Центральная, дом 34 |
| Разработчики программы | Директор МБОУ «Репенская СОШ» Острякова Елена Геннадьевна Заместитель директора Цуканова Л.П. Социальный педагог Барышникова В.И. Психолог Позднякова С.Т |
| Целевые группы | - обучающиеся - родители (законные представители) обучающихся - педагоги |
| Цели программы | Совершенствование системы взаимодействия и школы как способ повышения эффективности воспитательного потенциала образовательного процесса в МБОУ «Репенская СОШ» |
| Направленность | Профилактическая |
| Сроки реализации программы | С 01.09.2023-31.08.2024 годы |
| Исполнители программы | Педагогический коллектив МБОУ «Репенская СОШ» |
| Вид программы | Модифицированная |
| Уровень реализации программы | Начальное общее образование, основное общее образование |
| Ожидаемые результаты реализации: | - созданы условия для эффективного функционирования системы профилактики суицидального поведения детей и подростков (кадровые, психолого-педагогические, материально-технические; организаторские, учебно-методическое обеспечение); осуществлена социальная и психологическую защиту детей; - снижено количество детей с девиантным поведением и не выявлено суицидальных попыток; - созданы условия для оптимизации детско- родительских взаимоотношений. |

Пояснительная записка

Самоубийства в Российской Федерации являются важной социальной проблемой национального масштаба. Уровень самоубийств в нашей стране остается одним из самых высоких в мире. По данным отчёта Детского фонда ООН за последние годы значительно увеличилось число суицидальных попыток и завершённых самоубийств среди молодежи и даже детей. Уровень самоубийств среди российских подростков в настоящее время является одним из самых высоких в мире. Самоубийство подростков занимает третье место среди ведущих причин смертельных случаев и четвертое среди основных причин потенциальной потери жизни. Суицидальное поведение в настоящее время является глобальной общественной проблемой.

Исследователи обратили внимание на тесную связь в России между высоким уровнем алкоголизма и наркомании и распространённостью суицида. Немалую роль играет криминал - часто самоубийства совершают преступники, потерпевшие, а также родственники.

Покушающиеся на свою жизнь, чаще, дети из неблагополучных семей, но и благополучные семьи не исключение. Это случается в таких семьях, где часто происходят конфликты между родителями, а также родителями и детьми с применением насилия. Ситуация особенно обостряется в связи с активностью средств массовой информации, кино и телевидения, развитием компьютерных средств коммуникации, которые в разных формах привлекают внимание неподготовленной детской аудитории к теме смерти. Способствовать также принятию решения покончить с собой могут экономические проблемы в семье, ранняя потеря родителей или утрата с ними взаимопонимания, болезнь матери, уход из семьи отца. Суицидальные действия у детей часто бывают импульсивными, ситуативными и не планируются заранее. Своевременная, психологическая помощь, помощь совместная с родителями, участие, оказанное подросткам в трудной жизненной ситуации, помогли бы избежать трагедий.

Проблему **вовлечения родителей в единое пространство** детского развития в ОУ необходимо решать в трех направлениях:

- Работа с коллективом ОУ по организации взаимодействия с семьей, ознакомление педагогов с системой новых форм работы с родителями.
- Повышение педагогической культуры родителей.
- Вовлечение родителей в деятельность ОУ, совместная работа по обмену опытом.

Родительский всеобуч «Жизнь одна» является организационной основой деятельности школы в сфере воспитания детей и молодежи, направлена на создание системы взаимодействия семьи и образовательного учреждения в интересах развития личности ребенка, на повышение психолого-педагогической компетентности родителей в области профилактики детского суицида.

Цель программы:

Совершенствование системы взаимодействия семьи и школы как способ повышения эффективности воспитательного потенциала образовательного процесса в МБОУ «Репенская СОШ».

Задачи программы:

- ▶ совершенствование нормативно-правовой и организационно-методической базы семейного воспитания.

- ▶ создание условий для обеспечения прав родителей на участие в управлении образовательным учреждением.
- ▶ разработка системы массовых мероприятий с родителями, работа по организации совместной общественно-значимой деятельности и досуга родителей и обучающихся.
- ▶ проведение научно-обоснованной организаторской и пропагандистской деятельности с целью информационного обеспечения и психолого-педагогического сопровождения семей.
- ▶ повышение психолого-педагогической компетентности родителей.

Концептуальные основы программы

Концепция программы опирается на следующие идеи:

- опоры на базовые потребности ребёнка;
- развития личности в процессе воспитания;
- совместной деятельности взрослых и детей в процессе воспитания;
- социального партнёрства общества, семьи, школы в процессе формирования модели культуры здорового образа жизни в семье.

При этом важным является формирование у родителей установки на самостоятельную творческую деятельность путём внедрения активных форм, передовых технологий и методик психолого-педагогического всеобуча родителей, на основе единых принципов.

Принципы реализации программы:

- Принцип гуманистической направленности. ценности личности, заключающийся в самоценности каждого участника образовательного процесса.
- Принцип уникальности личности, состоящий в признании индивидуальности каждого участника образовательного процесса.
- Принцип преимущественного права родителей на воспитание, обучение и охрану здоровья детей. Принцип взаимовлияния личностей взрослых и детей, предполагающего сотворчество педагогов - детей –родителей.
- Принцип системности: только через системный подход к организации профилактического просвещения родителей, возможно предотвратить суицид среди детей и подростков.
- Принцип открытости, обеспечивающий взаимодействие с семьёй, участие родителей в процессе воспитания, а также повышение психолого - педагогической компетентности родителей.

Методы и формы реализации программы:

- диагностические
- просветительско-информационные (родительские собрания, разработка и распространение брошюр, памяток по профилактике суицида, акции, дискуссии, круглые столы);
- консультативные (индивидуальные и групповые консультации с родителями, по запросу или при возникновении угрозы суицида).

ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ

| № п/п | Наименование мероприятия | Дата проведения | Ответственный |
|-------|--|------------------|---|
| 1 | «Причины и мотивы суицидального поведения детей и подростков». «Опасные игры подростков». «Ошибки семейного воспитания». «Свободное время подростков» | сентябрь. | педагог-психолог |
| 2 | Консультативная работа Вопросы организации социально - психолого-педагогического сопровождения, профилактики суицидального поведения детей и подростков. | В течение года. | педагог-психолог. |
| 3 | Родительский лекторий: Наши ошибки в воспитании детей. Шаги общения. Тревожность и её влияние на развитие личности. Трудный возраст или советы родителям. Что такое суицид и как с ним бороться. Чем и как увлекаются подростки? Куда уходят дети: профилактика безнадзорности.и бродяжничества. Как помочь ребенку справиться со стрессом. | ежемесячно | психолог |
| 4 | Индивидуальные консультации для родителей | по необходимости | соц.педагог |
| 5 | Посещение на дому неблагополучных семей | ежемесячно | заместитель директора, классные руководители, соц.педагог |
| 6. | Родительское собрание «Взаимодействие школы и семьи | декабрь | администрация |
| 7. | «Бесконфликтное общение» | март-апрель | педагог-психолог. |
| 8. | Международный День семьи (общешкольное мероприятие) | июнь | заместитель директора |

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- 1 Амбрумова А.Г. Методические рекомендации по профилактике суицидальных действий в детском и подростковом возрасте. М., 1978.
- 2 Амбрумова А.Г. Индивидуально-психологические аспекты суицидального поведения. Сб. Актуальные проблемы суицидологии. М., 1978.
- 3 Березина А.Ф. Психологическая подготовка к трудным жизненным ситуациям.- Ростов н/Д, 2006.4.Исаев Д.С. Психология суицидального поведения. Самара, 2011.
- 4 Кравченко А.И. Родителям о подростках и подросткам о родителях. – М., 2002.
- 5 Клейберг Ю.А. Психология девиантного поведения. М., 2007.
- 6 Кулагина И.Ю., Коллюцкий В.Н. Возрастная психология: Полный жизненный цикл развития человека. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. – М.: ТЦ “Сфера”, 2007.- 464с.
- 7 Марковская Н.М. Тренинг взаимодействия родителей с детьми, «Речь», СПб., 2002.9.Медведева И.Я. Книга для трудных родителей. – М., 1994.
- 8 Обухова Л.Ф. Возрастная психология. Учебное пособие. – М.: Педагогическое общество России. – 2003. – 442с.
- 9 Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте /Под ред.И.В.Дубровиной. 3-е изд. М: «Академия»,1998
- 10 Паскал В.В. Профилактика суицидального поведения обучающихся. Справочник классного руководителя №3, 2011.13.Подольский А.И. Диагностика подростковой депрессивности. С-П, 2004.
- 11 14.Родительские собрания Авт.-сост. Л.А. Егорова М. «Вако» 2009.15.Рычкова Н.А. Дезадаптивное поведение детей, М., 2008.
- 12 Сакович Н. Профилактика суицида. Минск, 2007.
- 13 Суицидология. М., 2001
- 14 Фалькович Т.А., Толстоухова Н.С., Обухова Л.А. Нетрадиционные формы работы с родителями. – М.: 5 за знания,2005.

Приложение 1

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

- Чаще показывайте детям, как сильно вы их любите, не скрывайте это.
- Не бойтесь попросить совета у вашего ребенка – это только сблизит вас.
- Доверять вам будут, если вы будете не только родителями, но и друзьями, способными понять и сопереживать.
- Будьте примером для ребенка: ведь как вы сейчас относитесь к своим родителям, так и к вам будут относиться к старости.
- Чаще бывайте в школе.
- Не забывайте слова известного педагога В. Сухомлинского: «Наиболее полноценное воспитание, как известно, школьно-семейное».

Развеем мифы

МИФ 1. Люди, говорящие о самоубийстве, никогда не осуществляли его на деле.

Это не так. На самом деле 4 из 5 суицидентов не раз подавали сигнал о своих намерениях. **МИФ 2.** Человек в суицидальном состоянии твердо решил покончить жизнь самоубийством.

Это не так. Большинство самоубийц не пришли к однозначному решению жить или умереть. Они «играют сосмертью», предоставляя окружающим спасать их.

МИФ 3. Самоубийство происходит внезапно, без всякого предупреждения.

Это не так. Суициду предшествует ряд сигналов, выражающих внутреннюю борьбу человека между жизнью и смертью.

МИФ 4. Суициденты постоянно думают о смерти. Это не так. Позывы к смерти кратковременны. Если в такой момент помочь человеку преодолеть стресс, его намерения могут измениться.

МИФ 5. Улучшение, наступающее после суицидального кризиса, означает, что угроза самоубийства прошла.

Это не так. Большинство самоубийств происходит в течение примерно 3 месяцев после начала «улучшения», когда у человека появляется энергия для воплощения своих мыслей и чувств к жизни.

МИФ 6. Суицид, чаще всего, совершают молодые люди.

Это не так. Суицид примерно в равной мере проявляется среди всех возрастных категорий.

МИФ 7. Самоубийства, происходят гораздо чаще в среде богатых или, наоборот, исключительно среди бедных. Это не так. Уровень самоубийства одинаков во всех слоях общества.

МИФ 8. Суицид – это наследственная «болезнь».

Это не так. Добровольная смерть одного из членов семьи может усилить суицидальный

кризис у других лишь в том случае, когда они сами подвержены мысли о смерти.

МИФ 9. Все самоубийцы – душевнобольные или умственно неполноценные люди. Это не так. Уходят из жизни глубоко несчастные люди.

МИФ 10. Женщины угрожают самоубийством, а мужчины осуществляют его.

Это не так. Мужчины в 3 раза больше женщин заканчивают жизнь самоубийством, а женщины в 3 раза чаще мужчин предпринимают попытки суицида. Женщины используют средства с большими шансами на спасение: таблетки, яды, газ и т.д. мужчины предпочитают огнестрельное оружие или веревку, где шансы на спасение минимальны.

Приложение 2

СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ПОДРОСТКОВЫХ СУИЦИДОВ

СУИЦИД – это преднамеренное лишение себя жизни...

Почему ребенок решается на самоубийство?

- нуждается в любви и помощи
- чувствует себя никому не нужным
- не может сам разрешить сложную ситуацию
- накопилось множество нерешенных проблем
- боится наказания
- хочет отомстить обидчикам
- хочет получить кого-то или что-то

В группе риска – подростки, у которых:

- сложная семейная ситуация
- проблемы в учебе
- мало друзей
- нет устойчивых интересов, хобби
- перенесли тяжелую утрату
- семейная история суицида
- склонность к депрессиям
- употребляющие алкоголь, наркотики
- ссора с любимой девушкой или парнем
- жертвы насилия
- попавшие под влияние деструктивных религиозных сект или молодежных течений

Признаки суицида:

- угрожает покончить с собой
- отмечается резкая смена настроения
- раздает любимые вещи
- «приводит свои дела в порядок»

- становится агрессивным, бунтует, не желает никого слушать
- живет на грани риска, не бережет себя
- утратил самоуважение

Что Вы можете сделать?

- будьте внимательны к своему ребенку
- умейте показывать свою любовь к нему
- откровенно разговаривайте с ним
- умейте слушать ребенка
- не бойтесь прямо спросить о самоубийстве
- не оставляйте ребенка один на один с проблемой
- предлагайте конструктивные подходы к решению проблемы
- вселяйте надежду, что любая ситуация может разрешиться конструктивно
- привлечите к оказанию поддержки значимых для ребенка лиц
- обратитесь за помощью к специалистам

Чего нельзя делать?

- не читайте нотации
- не игнорируйте человека, его желание получить внимание
- не говорите «Разве это проблема?», «Ты живешь лучше других» и т.д.
- не спорьте
- не предлагайте неоправданных утешений
- не смейтесь над подростком

Советы внимательным и любящим родителям:

- показывайте ребенку, что вы его любите
- чаще обнимайте и целуйте
- поддерживайте в сложных ситуациях
- учите его способам разрешения жизненных ситуаций
- вселяйте в него уверенность в себе
- помогите ребенку проявить свои переживания через игры, рисунки, лепку, увлечения

Эти слова ласкают душу ребенка...

- Ты самый любимый!
- Ты очень много можешь!
- Спасибо!
- Что бы мы без тебя делали!
- Иди ко мне!
- Садись с нами!
- Расскажи мне, что с тобой?
- Я помогу тебе...
- Я радуюсь твоим успехам!
- Чтобы ни случилось, твой дом – твоя крепость!
- Как хорошо, что ты у нас есть!

Что можно сделать для того, чтобы помочь

1. Подбирайте ключи к разгадке суицида. Суицидальная превенция состоит не только в заботе и участии друзей, но и в способности распознать признаки грядущей опасности. Ваше знание ее принципов и стремление обладать этой информацией может спасти чью-то жизнь. Делясь ими с другими, вы способны разрушить мифы и заблуждения, из-за которых не предотвращаются многие суициды.

Ищите признаки возможной опасности: суицидальные угрозы, предшествующие попытки самоубийства, депрессии, значительные изменения поведения или личности человека, а также приготовления к последнему волеизъявлению. Уловите проявления беспомощности и безнадежности и определите, не является ли человек одиноким и изолированным. Чем больше будет людей, осознающих эти предостережения, тем значительнее шансы исчезновения самоубийства из перечня основных причин смерти.

2. Примите суицидента как личность. Допустите возможность, что человек действительно является суицидальной личностью. Не считайте, что он не способен и не сможет решиться на самоубийство. Иногда соблазнительно отрицать возможность того, что кто-либо может удержать человека от суицида. Именно поэтому тысячи людей — всех возрастов, рас и социальных групп — совершают самоубийства. Не позволяйте другим вводить вас в заблуждение относительно несерьезности конкретной суицидальной ситуации. Если вы полагаете, что кому-либо угрожает опасность самоубийства, действуйте в соответствии со своими собственными убеждениями. Опасность, что вы растеряетесь, преувеличив потенциальную угрозу, — ничто по сравнению с тем, что кто-то может погибнуть из-за вашего невмешательства.

3. Установите заботливые взаимоотношения. Не существует всеохватывающих ответов на такую серьезную проблему, какой является самоубийство. Но вы можете сделать гигантский шаг вперед, если станете на позицию уверенного принятия отчаявшегося человека. В дальнейшем очень многое зависит от качества ваших взаимоотношений. Их следует выражать не только словами, но и невербальной эмпатией; в этих обстоятельствах уместнее не морализирование, а поддержка.

Вместо того чтобы страдать от самоосуждения и других переживаний, тревожная личность должна постараться понять свои чувства. Для человека, который чувствует, что он бесполезен и не любим, забота и участие отзывчивого человека являются мощными ободряющими средствами. Именно таким образом вы лучше всего проникнете в изолированную душу отчаявшегося человека.

4. Будьте внимательным слушателем. Суициденты особенно страдают от сильного чувства отчуждения. В силу этого они бывают не настроены принять ваши советы. Гораздо больше они нуждаются в обсуждении своей боли, фрустрации и того, о чем говорят: «У меня нет ничего такого, ради чего стоило бы жить». Если человек страдает от депрессии, то ему нужно больше говорить самому, чем беседовать с ним.

У вас может появиться фрустрация, обида или гнев, если человек не ответит немедленно на ваши мысли и потребности. Понимание, что у того, о ком вы заботитесь, существует суицидальная настроенность, обычно вызывает у помощника боязнь отвержения, нежеланности, бессилия или ненужности. Несмотря на это, помните, что этому человеку трудно сосредоточиться на чем-то, кроме своей безысходности. Он хочет избавиться от боли, но не может найти исцеляющего выхода. Если кто-то признается вам, что думает о самоубийстве, не осуждайте его за эти высказывания. Постарайтесь по возможности остаться спокойным и понимающим. Вы можете сказать: «Я очень ценю вашу откровенность, ведь для того, чтобы поделиться своими чувствами, сейчас от вас требуется много мужества». Вы можете оказать неоценимую помощь, выслушав слова, выражающие чувства этого человека, будь то печаль, вина, страх или гнев. Иногда, если вы просто молча посидите с ним, это явится доказательством вашего заинтересованного и заботливого отношения.

Как психологи, так и неспециалисты должны развивать в себе искусство «слушать третьим ухом». Под этим подразумевается проникновение в то, что «высказывается» невербально: поведением, аппетитом, настроением и мимикой, движениями, нарушениями сна, готовностью к импульсивным поступкам в острой кризисной ситуации. Несмотря на то, что основные предвестники самоубийства час- то завуалированы, тем не менее, они могут быть распознаны восприимчивым слушателем.

5. Не спорьте. Сталкиваясь с суицидальной угрозой, друзья и родственники часто отвечают: «Подумай, ведь ты же живешь гораздо лучше других людей; тебе бы следовало благодарить судьбу». Этот ответ сразу блокирует дальнейшее обсуждение; такие замечания вызывают у несчастного и без того человека еще большую подавленность. Желая помочь таким образом, близкие способствуют обратному эффекту.

Можно встретить часто и другое знакомое замечание: «Ты понимаешь, какие несчастья и позор ты навлечешь на свою семью?» Но, возможно, за ним скрывается именно та мысль, которую желает осуществить суицидент. Ни в коем случае не проявляйте агрессию, если вы присутствуете при разговоре о самоубийстве, и постарайтесь не выражать потрясения тем, что услышали. Вступая в дискуссию с подавленным человеком, вы можете не только проиграть спор, но и потерять его самого.

6. Задавайте вопросы. Если вы задаете такие косвенные вопросы, как: «Я надеюсь, что ты не замыслишь самоубийства?», то в них подразумевается ответ, который вам бы хотелось услышать. Если близкий человек ответит:

«Нет», то вам скорее всего не удастся помочь в разрешении суицидального кризиса.

Лучший способ вмешаться в кризис, это заботливо задать прямой вопрос: «Ты думаешь о самоубийстве?» Он не приведет к подобной мысли, если у человека ее не было; наоборот, когда он думает о самоубийстве и, наконец, находит кого-то, кому небезразличны его переживания и кто согласен обсудить эту запретную тему, то он часто чувствует облегчение и ему дается

возможность понять свои чувства и достичь катарсиса.

Следует спокойно и доходчиво спросить о тревожащей ситуации, например: «С каких пор ты считаешь свою жизнь столь безнадежной?», «Как ты думаешь, почему у тебя появились эти чувства?», «Есть ли у вас конкретные соображения о том, каким образом покончить с собой?», «Если ты раньше размышлял о самоубийстве, что тебя останавливало?» Чтобы помочь суициденту разобраться в своих мыслях, можно иногда перефразировать, повторить наиболее существенные его ответы: «Иными словами, ты говоришь...» Ваше согласие выслушать и обсудить то, чем хотят поделиться с вами, будет большим облегчением для отчаявшегося человека, который испытывает боязнь, что вы его осудите, и готов к тому, чтобы уйти.

7. Не предлагайте неоправданных утешений. Одним из важных механизмов психологической защиты является рационализация. После того, что вы услышали от кого-то о суицидальной угрозе, у вас может возникнуть желание сказать: «Нет, ты так на самом деле не думаешь». Для этих умозаключений зачастую нет никаких оснований, за исключением вашей личной тревоги.