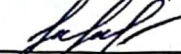


государственное автономное профессиональное образовательное
учреждение Самарской области
«Новокуйбышевский гуманитарно-технологический колледж»

СОГЛАСОВАНО:

Начальник отдела ППС и ВР

 С.С.Черниговская

« 01 » сентября 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГАПОУ «НГТК»

 В.М.Земалиндинова

« _____ » _____ 2022 г.



ПРОГРАММА

по профилактике суицидального поведения среди студентов

ГАПОУ «НГТК»

составители:

педагог-психолог Денькина О.В.

социальный педагог Жаркова О.И.

г.Новокуйбышевск

Суицидальные действия у подростков часто бывают импульсивными, ситуативными и не планируются заранее. Попытки суицида являются следствием защитной адаптации к жизни – фиксированное, негибкое построение человеком или семьей отношений с собой, своими близкими на основе действия механизма отчуждения: поиск способов разрешить трудную жизненную ситуацию неадекватными способами.

Рассматривая особенности психологической помощи в суицидоопасной ситуации, мы связываем феномен суицида с представлением о психологическом кризисе личности, под которым понимается острое эмоциональное состояние, вызванное какими-то особыми, лично значимыми психотравмирующими событиями. Подобный психологический кризис может возникнуть внезапно (под влиянием сильного аффекта). Для него та или иная ситуация по многим причинам может быть непереносимой и возможна аффективная реакция. Однако чаще внутренняя напряженность накапливается постепенно, сочетая в себе разнообразные негативные эмоции. Они накладываются одна на другую, озабоченность переходит в тревогу, тревога сменяется безнадежностью.

Существует три степени суицидального риска:

1. Незначительный риск (есть суицидальные мысли без определенных планов).
2. Риск средней степени (есть суицидальные мысли, план без сроков реализации).
3. Высокий риск (есть суицидальные мысли, разработан план, есть сроки реализации и средства для этого).

Актуальность программы:

Личность, как объект жизненного процесса подвергается воздействию различных событий жизни как позитивных, так и негативных. Не исключены и такие, как травматические события или ситуации (потеря близкого человека, расставание с любимым человеком), после которых личностные психологические ресурсы подростка исчерпываются и ему необходима скорая психологическая помощь. Травматические события, обладающие мощным негативным следствием вызывают травматический стресс.

Психологические последствия травматических событий выражаются в посттравматическом стрессовом расстройстве (ПТСР), возникающем как затяжная или отсроченная реакция на ситуации, сопряжённая с серьёзной угрозой жизни и психическому и физическому здоровью.

Основные цели и задачи программы

Цель настоящей программы профилактика суицидального поведения подростков, юношей и девушек.

Поставленная цель достигается за счёт последовательного решения **следующих задач:**

1. Выявление подростков, нуждающихся в незамедлительной помощи и защите и оказание экстренной первой помощи, обеспечение его безопасности, снятие стрессового состояния.
2. Изучение особенностей психолого-педагогического статуса обучающегося с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих в психическом состоянии, общении, развитии и обучении.
3. Создание системы психолого-педагогической поддержки подростков в воспитательно-образовательном процессе, в период трудной жизненной ситуации.
4. Привлечение различных государственных органов и общественных объединений для оказания помощи и защиты законных прав и интересов подростка.

5. Привитие существующих в обществе социальных норм поведения, формирование милосердия, развитие ценностных отношений в социуме.

6. Повышение психолого-педагогической компетентности всех участников образовательного процесса. Информационная поддержка обучающихся, преподавателей, родителей/ законных представителей обучающихся по проблемам в учебной, социальной, эмоционально-волевой сферах, детско-родительским отношениям.

Основные направления деятельности

1. **Диагностическое сопровождение образовательного процесса** (диагностика студентов, направленная на выявление тревожных факторов личности. Выявление склонности суицидального поведения).

Цель: исследование и определение психологических проблем личности, выявление склонности к суицидальному поведению.

Виды работ:

- углубленная психодиагностика личностных особенностей обучающихся;
- изучение внутриличностных конфликтов;
- изучение психологических состояний личности;
- изучение отношения к ПАВ;
- индивидуальное и групповое психологическое тестирование по запросам.

2. **Психолого-педагогическое сопровождение студентов колледжа и «Группы риска».**

Цель: психолого-педагогическое сопровождение обучающихся, имеющих суицидальные наклонности.

Виды работ:

- нормализация отношений обучающихся с преподавателями, сверстниками и коллективом;
- компенсация недостатков в его общем развитии, усиление деятельности в той области, которую он любит, в которой может добиться хороших результатов;
- развитие положительных качеств личности, которые получили незначительную деформацию (девиацию);
- интенсификация положительного развития личности, формирование ведущих положительных качеств.

3. Консультативная работа.

Цель: оказание помощи обучающимся, нуждающимся в срочной психоэмоциональной поддержке и их родителям.

Виды работ:

Индивидуальные, групповые консультации по инициативе самих участников образовательного процесса и по приглашению педагога-психолога.

Объекты консультации:

- Обучающиеся.
- Родители/законные представители.
- Педагогический состав.

4. Просветительско-профилактическая работа.

Цель: повышение психолого-педагогической грамотности обучающихся, родителей/законных представителей, педагогов в вопросах суицидального поведения; повышение социальной компетентности.

Виды работ:

- просветительско-информационные (классные часы, семинары для педагогов, родительские собрания, разработка буклетов);
- консультативные (индивидуальные и групповые консультации с обучающимися группы риска, с родителями, с педагогами по запросу или при возникновении угрозы суицида);

Принципы реализации программы

1. Принцип ценности личности, заключающийся в самоценности подростка.
2. Принцип уникальности личности, состоящий в признании индивидуальности подростка.
3. Принцип приоритета личностного развития, когда обучение выступает не как самоцель, а как средство развития личности.
4. Принцип эмоционально-ценностных ориентаций учебно-воспитательного процесса.

Ожидаемый результат:

Осуществление социальной и психологической защиты обучающихся, снижение количества обучаемых с деструктивным поведением. Организация работы по оптимизации родительско-детских взаимоотношений и более продуктивных взаимоотношений обучающихся в колледже.

Наибольший эффект программа будет иметь, если будет реализована как целостная система совместной деятельности педагогов, педагога-психолога, социального педагога, администрации, родителей/законных представителей, направленная на активное приспособление подростков к социальной среде, включающее в себя как успешное функционирование, так и перспективное психологическое здоровье.

Система программных мероприятий

№	Содержание работы	Сроки	Ответственный
Диагностический блок			
1	<ul style="list-style-type: none">- Опросник суицидального риска (модификация Т.Н. Разуваевой);- Оценка способов реагирования на конфликтные ситуации;- Цветовой тест Люшера;- «Незаконченные предложения»;- Склонность к отклоняющемуся поведению.- Опросник родительского отношения (А.Варга)- Выявление способов поведения студентов в конфликте (опросник Томаса)	При необходимости (по запросу)	Педагог-психолог
Коррекционно-развивающий блок			
2	<p>Занятия с элементами тренинга:</p> <ul style="list-style-type: none">- Как преодолевать тревогу- Способы решения конфликтов- Стресс в жизни человека. Способы борьбы со стрессом- Способы саморегулирования эмоционального состояния- Дискуссия «Формирование ценностей жизни у подростков» <p>- Занятие с элементами тренинга «Взаимоотношения в коллективе».</p> <p>- Занятие с элементами тренинга «Главные</p>	Октябрь Ноябрь Январь Февраль Март Апрель	Педагог-психолог, социальный педагог

	ценности жизни»		
3	Индивидуальная коррекционная работа с: - обучающимися, имеющими высокий уровень склонности к депрессии; - дезадаптированными обучающимися; - обучающимися, попавшими в трудную жизненную ситуацию. - цикл занятий «Я сам строю свою жизнь»	В течение года	Педагог-психолог
Профилактический блок			
4	Индивидуальные и групповые беседы с обучающимися по вопросам суицида среди несовершеннолетних.	В течение года	Социальный педагог, педагог-психолог, классный руководитель
5	Социально-психолого-педагогическая поддержка обучающимся	В течение года	Социальный педагог, педагог-психолог
6	Оформление буклетов, пропагандирующих ценность человеческой жизни «Что делать, если тебя не понимают?», «Советы подросткам. Как бороться с депрессией», «Советы подросткам. Как научиться не ссориться с родителями», «Советы подросткам. Если чувствуешь себя одиноким» и т.п.	В течение года	Отдел ППС и ВР
7	Информирование обучающихся о работе телефонов доверия и служб, способных оказать помощь в сложной ситуации.	В течение года	Социальный педагог, педагог-психолог
8	Психологические и правовые классные часы/беседы: «Ценность жизни», «Профилактика стресса, «Не навреди себе!», «Способность к прощению», «Проектируем свое будущее», «Способы саморегуляции эмоционального состояния», «Не сломай свою судьбу! Подросток и наркомания» и т.д.	В течение года	Социальный педагог, педагог-психолог, классный руководитель
Работа с педагогами			
9	Семинары: «Признаки депрессий у подростков», «Алгоритм взаимодействия с подростком, склонным к суициду»	Ноябрь, март	Педагог-психолог
10	Индивидуальные консультации педагогов по запросу или при возникновении угрозы суицида	В течение года	Социальный педагог, педагог-психолог
11	Разработка и изготовление информационных памяток для классных руководителей и кураторов по профилактике суицида среди обучающихся.	В течение года	Педагог-психолог

Работа с родителями/ законными представителями

12	Буклет «Рекомендации по успешной адаптации первокурсников»	сентябрь	Отдел ППС и ВР
13	Лекция «Профилактика подросткового суицида»	1 семестр	Психолог центра «Семья»
14	«Предупреждение суицидов среди подростков»	ноябрь	Инспектор КДН
15	Консультативная (индивидуальные консультации с родителями по запросу или при возникновении угрозы суицида) Индивидуальные и групповые консультации «Психологические особенности подросткового возраста»	В течение года (по запросу)	Педагог-психолог, социальный педагог
16	Родительский всеобуч: «Особенности РДО как фактор психологического дискомфорта»; «Как помочь подростку справиться с эмоциями» «Что такое суицид?» «Куда уходят дети: профилактика безнадзорности и бродяжничества»	По запросу	Педагог-психолог, социальный педагог
Взаимодействие с КДН, структурами, ведомствами			
17	Взаимодействие с заинтересованными структурами и ведомствами, отвечающими за воспитание, образование и здоровье детей и подростков, формирование ответственной и сознательной личности.	В течение года	Сотрудники полиции, инспектор КДН, центр «Семья» и т.д.

Литература

1. Вавилова О.С., Юдина И.М.. Профилактическая психолого-педагогическая программа «Свой выбор».
2. Галушина Э., Комарова О. Игра для подростков «В чем смысл жизни» // Школьный психолог, 2005, №5.
3. Горбушина А.В., А.С.Власов Суицидальное поведение подростков: диагностика и профилактика, учебное пособие, Киров, 2021.
4. Декина Е.А. Развивающая психолого-педагогическая программа «Личностный рост».
5. Зарипова Ю. Поверь в себя. Программа психологической помощи подросткам // Школьный психолог, 2007, №4 (16).
6. Мешковская О. Занятие «Подарок самому себе».
7. Николаева Н. Программа комплексного взаимодействия с подростками «группы риска» «Грани моего Я» // Школьный психолог, 2006, №15
8. Пахомова А.Г. Тренинг для школьников «Если ты окажешься на распутье»
9. Петрова С.А. Программа психолого-педагогических развивающих занятий «Формула эмоционального равновесия».
10. Профилактика суицидального поведения. Методические рекомендации. Сост.: А.Г.Абрумова и В.А.Тихоненко. М., 2014.
11. Родионов В., Лангуева Е. Программа тренинга «Манипуляция: игры, в которые играют все» // Школьный психолог, 2005, №2, 5, 6, 7.
12. Снягин Ю.В., Снягина Н.Ю.. Детский суицид. Психологический взгляд. КАРО, С – П, 2006. – 176 с.
13. Сигачева О.В. Развивающая психолого-педагогическая программа «Перспектива»
14. Соболева А. Профилактика конфликтных ситуаций и борьба с ними // Школьный психолог, 2004, №40, 41, 42.
15. Фоминова А. Как улучшить настроения. Изучение способов саморегуляции эмоционального состояния. Школьный психолог, 2006, №2