МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

ВАРЛАМОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА

Утверждаю

директор школы Колчина И.А.

Приказ № 225/1 от 31.08 2026 г.

ПРОГРАММА

профилактики суицидального поведения «Выбери жизнь»

Составитель: педагог-психолог

Кондратьева Татьяна Андреевна

2026-2027 учебный год

1. Пояснительная записка

Данная Программа направлена на обеспечение организации деятельности психолога по профилактике суицидального и саморазрушающего поведения, составлена с учетом требований Федерального государственного образовательного стандарта и содержат описание модели профилактической работы по предотвращению рисков суицида и суицидальных намерений среди обучающихся общеобразовательных организаций.

При реализации данной программы поддерживается приоритет прав и интересов ребенка в соответствии с Конституцией Российской Федерации.

1.1.Нормативно-правовые документы, на основании которых разработана рабочая программа:

- Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989) (вступила в силу для СССР 15.09.1990);
- Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных Законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 N 6-ФКЗ, от 30.12.2008 N 7-ФКЗ, от 05.02.2014 N 2-ФКЗ, от 21.07.2014 N 11-ФКЗ);
- Административный кодекс РФ (ст. 164 "О правах и обязанностях родителей");
- Уголовный кодекс РФ (ст. 117 «Истязание», ст. 110 «Доведение до самоубийства», ст. 131-134 «О преступлениях сексуального характера»);
- Семейный кодекс Российской Федерации от 29.12.1995 N 223-ФЗ;
- Закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 28 декабря 2010 г.;
- Федеральный закон от 24.06.1999 года №120 – ФЗ «Об основах системы профилактики безопасности и правонарушений несовершеннолетних»;
- Федеральный закон от 24 июля 1998 г. N 124-ФЗ "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации" (с изменениями и дополнениями);
- Федеральный Закон РФ от 24 июня 2010 г. №436 «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию».

1.2 Цели и задачи программы

Цель программы: профилактика суицидального и саморазрушающего поведения обучающихся МКОУ Варламовской СОШ

Задачи:

- разработка и проведение психологических мероприятий и проектов, направленных на профилактику суицидального и саморазрушающего поведения учащихся общеобразовательного учреждения;

- проведение комплекса мероприятий для выявления обучающихся группы лиц, склонных к суицидальному и саморазрушающему поведению и их комплексное психолого-педагогическое сопровождение (выявление причины склонности, психокоррекция поведения);

- осуществление психологического просвещения учащихся, педагогов, родителей (законных представителей) в области профилактики, причин, признаков и опасностей суицидального и саморазрушающего поведения;

- разработка психологических рекомендаций для учащихся, родителей и педагогов по устранению суицидального и саморазрушающего поведения учащихся общеобразовательного учреждения;

- повышение уровня самооценки, уровня социально – психологической адаптации детей и подростков.

- формирование осознанного и ответственного отношения к своей жизни и здоровью у учащихся общеобразовательного учреждения;

- оформление и ведение документации по реализации программы (планы работы, протоколы, журналы, психологические заключения и отчеты).

1.3 Приоритетные направления и содержание деятельности психологического сопровождения

В современных условиях предупредить суицидальное и саморазрушающее поведение учащихся возможно только при реализации системного подхода. Системный подход включает в себя следующие направления деятельности психолога.

1. **Профилактика** – предупреждение возникновения явлений дезадаптации, суицидального и саморазрушающего поведения обучающихся, разработка конкретных рекомендаций педагогическим работникам, родителям по оказанию помощи в вопросах воспитания, обучения и развития с учетом возникшей ситуации, возрастных и индивидуальных особенностей учащихся.

2. **Диагностика** (индивидуальная и групповая) - выявление явлений и признаков дезадаптации, суицидального и саморазрушающего поведения обучающихся и их психического состояния, которые должны быть учтены в процессе сопровождения, с целью выстраивания индивидуальной траектории работы с ребенком.

3. **Консультирование** (индивидуальное и групповое) - оказание помощи и создание условий для предупреждения и коррекции дезадаптации, суицидального и саморазрушающего поведения, способности выбирать и действовать по собственному усмотрению, обучаться новому поведению; информирование всех участников образовательной деятельности по вопросам, связанным с особенностями образовательного процесса для данной категории детей с целью создания адаптивной среды, позволяющей обеспечить полноценную интеграцию и личностную самореализацию в образовательной организации.

4. **Развивающая и коррекционная работа** (индивидуальная и групповая) - формирование потребности в новой модели поведения, возможности ее приобретения и реализации в жизни.

5. **Психологическое просвещение участников образовательного процесса** - формирование потребности в психологических знаниях, желания использовать их в интересах собственного развития; создание условий для полноценного личностного развития и самоопределения обучающихся на каждом возрастном этапе, а также в своевременном предупреждении возможных нарушений в становлении личности и развитии интеллекта.

6. **Организационно-методическая работа** - разработка и внедрение психологических программ и проектов, направленных на развитие универсальных учебных действий, преодоление отклонений в социальном и психологическом здоровье и профилактику асоциальных явлений (наркомании, социального сиротства, насилия в семье и др.), трудностей в адаптации, обучении и воспитании, нарушений в поведении, задержек и отклонений в развитии обучающихся; оформление и ведение документации (планы работы, протоколы, журналы, психологические заключения и отчеты).

Участниками программы являются все субъекты образовательной среды, между которыми осуществляется взаимодействие**:** обучающиеся, специалисты образовательных учреждений (педагоги, медицинские работники, педагоги-психологи, социальные педагоги, другие специалисты), представители государственных учреждений, участвующие в жизнедеятельности вышеуказанных групп.

Ожидаемый результат

Организованная таким образом работа позволит:

осуществлять социальную и психологическую защиту обучающихся;

снизить количество обучающихся с девиантным поведением;

предотвратить суицидальные попытки среди обучающихся в ОУ;

организовать работу по оптимизации взаимоотношений в детско-родительской среде;

продуманно планировать готовность действовать в острых кризисных ситуациях, периодах преодоления последствий ситуаций кризиса, пост кризисного сопровождения.

1.4 Основные психолого-педагогические мероприятия по профилактике суицидального и саморазрушающего поведения

Первый уровень – общая профилактика.

Цель – повышение уровня психологического климата и групповой сплоченности в школе.

Мероприятия:

Создание общих школьных программ психологического здоровья, здоровой среды в школе, так чтобы дети чувствовали заботу, уют, любовь.

Организация внеклассной воспитательной работы. Разработка эффективной модели взаимодействия школы и семьи, а также школы и всего сообщества.

Учащиеся, чувствующие, что учителя к ним справедливы, что у них есть близкие люди в школе, ощущающие себя частью школы, гораздо реже думают или пытаются совершить самоубийство.

Задачи педагога-психолога на данном этапе:

• Изучение особенностей психолого-педагогического статуса каждого учащегося с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих в психическом состоянии, общении, развитии и обучении.

• Создание системы психолого-педагогической поддержки учащихся разных возрастных групп в воспитательно-образовательном процессе так и в период трудной жизненной ситуации (составление программы или плана работы по профилактике суицидального поведения учащихся).

• Психологическое просвещение среди родителей в первую очередь через выступления на родительских собраниях, лекториях, конференциях, через информирование на сайте гимназии.

• Привлечение различных государственных органов и общественных объединений для оказания помощи и защиты законных прав и интересов ребенка.

• Формирование позитивного образа Я, уникальности и неповторимости не только собственной личности, но и других людей на различных уроках и занятиях по психологии.

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

Второй уровень – первичная профилактика

Цель - предупреждение потенциально возможных ситуаций связанных с суицидальной проблематикой в ОО (выделение групп суицидального риска; сопровождение детей, подростков и их семей группы риска с целью предупреждения самоубийств).

Мероприятия

1.Диагностика суицидального поведения

Задачи педагога-психолога на данном этапе:

• Выявление детей, нуждающихся в незамедлительной помощи и защите.

• Работа с семьей ребенка, попавшего в трудную жизненную ситуацию или испытывающего кризисное состояние.

• Оказание экстренной первой помощи, обеспечение безопасности ребенка, снятие стрессового состояния.

2.Индивидуальные и групповые занятия по обучению проблеморазрешающего поведения, поиска социальной поддержки, ее восприятия и оказания, повышению самооценки, развитию адекватного отношения к собственной личности, эмпатии.

Задачи педагога-психолога на данном этапе:

• Сопровождение детей и подростков группы риска по суицидальному поведению с целью предупреждения самоубийств: терапия кризисных состояний, формирование адаптивных копинг-стратегий, способствующих позитивному принятию себя подростками и позволяющих эффективно преодолевать критические ситуации существования.

• Работа с семьей ребенка, попавшего в трудную жизненную ситуацию или испытывающего кризисное состояние.

3.Просветительские мероприятия - классные часы, круглые столы, стендовая информация.

Задачи педагога-психолога на данном этапе:

• Изучение теоретических аспектов проблемы с позиции различных наук (философии, физиологии, психологии, социологии, педагогики) и использование информации в работе с педагогами и родителями.

• Повышение осведомленности персонала, родителей и учащихся о признаках возможного суицида, факторах риска и путях действия в этой ситуации.

С педагогами проводится психологическое просвещение в вопросах психологического здоровья самих педагогов, а также дезадаптивного поведения детей и подростков, в том числе суицидального, дается информация о мерах профилактики суицида среди детей и подростков.

Родителей знакомим с информацией о причинах, факторах, динамике суицидального поведения, даются рекомендации, как заметить надвигающийся суицид, что делать, если у ребенка замечены признаки суицидального поведения.

С детьми о суициде вести беседы необходимо с позиции их помощи товарищу, который оказался в трудной жизненной ситуации. Известно, что подростки в трудной ситуации чаще всего обращаются за помощью и советом к своим друзьям, чем к взрослым. Именно поэтому подростки должны быть осведомлены о том, что суицид это уход, уход от решения проблемы, от наказания и позора, унижения и отчаяния, разочарования и утраты, отвергнутости и потери самоуважения... словом, от всего того, что составляет многообразие жизни, пусть и не в самых радужных ее проявлениях. Прежде чем оказать помощь другу, который собирается совершить суицид, важно располагать основной информацией о суициде и о суицидентах. Особенно важно быть в курсе дезинформации о суициде, которая распространяется гораздо быстрее, чем информация достоверная. Дети должны получить достоверную информацию о суициде, которую необходимо знать для оказания эффективной помощи оказавшемуся в беде другу или знакомому.

2. Календарное планирование

№ п/п	Название работы	Категория сопровождения	Условия проведения	Специалисты	Срок проведения	Предполагаемый результат
Организационно-методическая деятельность						
1	Создание плана по профилактике на учебный год. Согласование и утверждение годового плана.	-	- педагогический совет	педагог-психолог, директор, заместители директора, социальный педагог	август-сентябрь	утвержденный годовой план по профилактике
2	Организационная и методическая подготовка к проведению психолого-педагогических мероприятий: материал для семинаров и родительских собраний, индивидуальных и групповых консультаций, диагностический инструментарий, программы тренингов и развивающие программы, раздаточный материал, презентации для выступлений, информационные листовки (буклеты)	все категории		педагог-психолог, зам. директора по ВР, социальный педагог, советник.	в течение учебного года	материалы для психолого-педагогических мероприятий;
3	Подготовка к индивидуальным и групповым занятиям с детьми (подбор содержания, материалов,	учащиеся ОУ		педагог-психолог, зам. директора по ВР, социальный педагог, классные руководители, советник	в течение учебного года	материалы для коррекционно-развивающих занятий

	составление коррекционно-развивающих программ)					
4	Оформление документации: - составление анкет, диагностических комплексов, подбор и изготовление материалов для диагностической работы; - обработка и анализ результатов диагностических исследований (групповых и индивидуальных); - обобщение полученных результатов, написание справок и отчетов, оформление заключений по итогам индивидуальной и групповой диагностики; - заполнение журнала заключений по итогам диагностики, групповой и индивидуальной работы, консультаций, - заполнение индивидуальных карт психологического развития детей, индивидуальных маршрутов развития, документов на обучающихся, имеющих риск суицидального и саморазрушающего поведения;	учащиеся ОУ, родители учащихся		педагог-психолог	в течение учебного года	заключения по итогам диагностики, карты психологического сопровождения детей с признаками саморазрущающего поведения или подобным риском

	- написание анализа по проведенным мероприятиям					
Просветительская деятельность						
5	Выступления на педагогических советах и семинарах с целью повышения психолого-педагогической компетентности педагогов в части признаков и причин саморазрушающего и суицидального поведения	педагогический коллектив ОУ	педагогический совет, семинар	педагог-психолог, зам. директора по ВР, социальный педагог	в течение учебного года	повышение психолого-педагогической компетентности педагогов ОУ
6	Выступления на родительских собраниях с целью повышения психолого-педагогической компетентности родителей (законных представителей) по вопросам признаков и причин саморазрушающего и суицидального поведения	родители обучающихся ОУ	родительские собрания	педагог-психолог, зам. директора по ВР, социальный педагог, советник	в течение учебного года	повышение психолого-педагогической компетентности родителей учащихся ОУ
7	Выступление на родительских собраниях и совещаниях педагогического коллектива по выявленным в ходе диагностических исследований по данной теме	родители обучающихся ОУ, педагогический коллектив ОУ	педагогические советы, родительские собрания	педагог-психолог, зам. директора по ВР, социальный педагог	в течение учебного года	осведомленность родителей обучающихся ОУ и педагогов ОУ о результатах диагностики
9	Выступления на классных часах по профилактике саморазрушающего и суицидального поведения	обучающиеся ОУ	классные часы	педагог-психолог, зам. директора по ВР и УВР, социальный педагог, классные руководители	в течение учебного года	разрешение и обсуждение с обучающимися вопросов опасности и нецелесообразности саморазрушающего и суицидального поведения, повышение уровня компетенций учащихся по данной проблеме, по возможностям решения проблем иными безопасными методами
10	Оформление информационного стенда педагога-психолога	Учащиеся, родители, педагоги ОУ		педагог-психолог	в течение учебного года	оформленный информационный стенд педагога-психолога;

						увеличение доступа актуальной психолого-педагогической информации
Профилактическая деятельность						
11	Профилактические занятия с обучающимися средней школы для предупреждения суицидального и саморазрушающего поведения среди обучающихся (развитие навыков улучшения своего психоэмоционального состояния, саморефлексии, проблем-разрешающего поведения, способности доверия педагогам и обращения за помощью)	учащиеся	Профилактические занятия	педагог-психолог, классные руководители	в течение учебного года	отсутствие/снижение суицидального и саморазрушающего поведения у обучающихся; развитие мотивационной и коммуникационной сфер, устойчивость мотивации к жизни и разрешению собственных проблем безопасными способами; развитие навыков улучшения своего психоэмоционального состояния, саморефлексии, проблеморазрешающего поведения, способности доверия педагогам и обращения за помощью
12	Профилактика буллинга среди учащихся	учащиеся начальной и средней школы	Профилактические занятия	педагог-психолог, социальный педагог, классные руководители	в течение учебного года (по запросу, в профилактические недели)	отсутствие буллинга в образовательном учреждении
13	Индивидуальная просветительская работа с обучающимися с высоким риском и присутствием признаков	обучающиеся с высоким риском саморазрушающего поведения	Индивидуальные и групповые занятия	педагог-психолог	в течение учебного года	создание индивидуального маршрута психолого-педагогического сопровождения каждого обучающегося

	суицидального и саморазрушающего поведения					с высоким риском и присутствием признаков суицидального и саморазрушающего поведения; снижение и нивелирование уровня риска и признаков суицидального и саморазрушающего поведения
Диагностическая деятельность						
14	Изучение психоэмоционального состояния обучающихся 5-11х классов (групповая диагностика)	обучающиеся 5-11х классов	групповая диагностика	педагог-психолог, классные руководители	Ноябрь	справка по итогам психолого-педагогической диагностики; актуальная информация о психоэмоциональном состоянии обучающихся 5-11х классов; записи в журнале заключений по итогам диагностики; выводы и рекомендации по результатам диагностики, составление ИПС
15	Индивидуальная углублённая диагностика обучающихся с выявленными высоким риском и присутствием признаков суицидального и саморазрушающего поведения	обучающиеся с высоким риском саморазрушающего поведения	индивидуальная диагностика учащихся	педагог-психолог,	Ноябрь-декабрь	справка по итогам психолого-педагогической диагностики; выводы и рекомендации по результатам диагностики

Коррекционно-развивающая деятельность						
28	Индивидуальная коррекционно-развивающая работа с обучающимися с выявленным высоким риском и присутствием признаков суицидального и саморазрушающего поведения	обучающиеся с высоким риском саморазрушающего поведения	индивидуальные коррекционно-развивающие занятия	педагог-психолог	ноябрь - май	снижение и нивелирование уровня риска и признаков подобного поведения; индивидуальное личностное развитие; развитие навыков улучшения своего психоэмоционального состояния, саморефлексии, обращения за помощью, проблеморазрешающего поведения
	Коррекционно-развивающая работа с семьями обучающихся с высоким риском или признаками саморазрушающего поведения	Семьи обучающихся с высоким риском или признаками саморазрушающего поведения	индивидуальные коррекционно-развивающие занятия	педагог-психолог, социальный педагог	в течение учебного года	снижение и нивелирование уровня риска и признаков суицидального и саморазрушающего поведения; коррекция детско-родительских отношений и ситуации в семье
29	Индивидуальная и групповая коррекционно-развивающая работа (по запросу)	обучающиеся ОУ	групповые и индивидуальные занятия	педагог-психолог	в течение учебного года	решение индивидуальных проблем лично и в группе
Консультационная работа						
31	Индивидуальное консультирование обучающихся, родителей и педагогов по вопросам, возникающим в части причин и действий при наличии признаков саморазрушающего и суицидального поведения	все категории	индивидуальные консультации	педагог-психолог	в течение года (по запросу)	решение индивидуальных вопросов в части причин и действий при наличии признаков саморазрушающего и суицидального поведения
32	Групповое консультирование обучающихся, родителей и педагогов по вопросам, возникающим в ходе образовательного процесса	все категории	групповые консультации	педагог-психолог	в течение года (по запросу)	решение индивидуальных проблем лично и в группе

33	Консультирование педагогов, обучающихся, родителей (законных представителей) по результатам проведенной психолого-педагогической диагностики по выявлению риска и признаков суицидального и саморазрушающего поведения (индивидуальные и групповые консультации)	все категории	индивидуальные и групповые консультации	педагог-психолог	в течение года	формирование правильного и ясного понимания интерпретации результатов диагностики у педагогов, обучающихся, родителей (законных представителей); формирование плана действий педагогов, обучающихся, родителей на основе результатов диагностики
Аналитическая и экспертная деятельность						
36	Посещение и анализ уроков и мероприятий с целью наблюдения за обучающимися с высоким риском саморазрушающего поведения	обучающиеся с высоким риском саморазрушающего поведения	уроки и внеклассные мероприятий	педагог-психолог, социальный педагог, педагогический коллектив	в течение года (по запросу)	протоколы наблюдений; создание выводов и рекомендаций на основе проведенных наблюдений
38	Подготовка аналитического отчета по итогам проделанной работы за год и планирование работы на новый учебный год	-	-	педагог-психолог, администрация	май – июнь	аналитический отчет по итогам проделанной работы за год; формирование плана работы на следующий учебный год; совершенствование деятельности педагога-психолога на основе саморефлексии и обратной связи всех участников

Классные часы по профилактике суицидального поведения в школе.

№ п/п	Тип мероприятия	Тема	Планируемая дата проведения	Фактическая дата проведения
1	Классный час	«Умей дружить»	Сентябрь	
2	Беседа с применением ИКТ	«Как прекрасен этот мир»	Октябрь	
3	Тренинг	«Жизнь – это самое главное»	Ноябрь	
4	Классный час	««Я в целом мире не один- мир во мне!»	Декабрь	
5	Занятие-игра	«Профессия как одна из жизненных ценностей»	Январь	
6	Классный час	«Семья и любовь как одни из основных ценностей»	Февраль	
7	Занятие -игра	«Здоровье как одна из важных жизненных ценностей»	Март	
8	Классный час	«Мои ценности: жизнь, здоровье, время, друзья, семья, успехи»	Апрель	
9	Классный час	«Как прекрасен этот мир»	Май	