

Краснодарский край, Курганинский район, станица Петропавловская

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 10

УТВЕРЖДЕНО
решением педагогического совета
протокол от « 31.08.2018 » № 1



Программа
профилактики суицидального поведения
«Поговори со мной, как с другом».

Программа составлена
педагогом – психологом
Белим Л.М.

Пояснительная записка

В последние годы во всем мире отмечается рост суицидальной активности. Особенно трагичен суицид детей и подростков. Среди причин смерти детей и подростков суицид занимает второе место. 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. Анализ материалов уголовных дел показывает, что 62% всех самоубийств несовершеннолетними совершается из-за конфликтов и неблагополучия: боязни насилия со стороны одноклассников, друзей, чужестранности и безразличия окружающих. В целом ряде случаев подростки решались на самоубийство из-за безразличия родителей, педагогов на их проблемы и протестовали таким образом против безразличия и жестокости взрослых. Решаются на такой шаг, как правило, замкнутые, ранимые по характеру, страдающие от одиночества и чувства собственной ненужности, потерявшие смысл жизни подростки. Также причиной суицида может быть алкоголизм и наркомания, как родителей, так и самих подростков, индивидуальные психологические особенности человека, внутриличностный конфликт

Суицидальные действия у детей часто бывают импульсивными, ситуативными и не планируются заранее. Попытки суицида являются следствием непродуктивной (защитной) адаптации к жизни — фиксированное, негибкое построение человеком или семьей отношений с собой, своими близкими и внешним миром на основе действия механизма отчуждения: попыткам разрешить трудную жизненную ситуацию непригодными, неадекватными способами. Своевременная помощь, участие, оказанное подросткам в трудной жизненной ситуации, помогли бы избежать трагедий. В связи с этим возникла необходимость в создании программы «Поговори со мной, как с другом».

нацелена осуществлять социальную и психологическую защиту детей с девиантным поведением, позволит формировать в детях позитивный образ

Я, уникальности и неповторимости собственной жизни.

Цель программы: профилактика суицидального поведения в детской и подростковой среде.

Задачи программы :

- оказание психологической помощи и поддержки несовершеннолетним, попавшим в сложную жизненную ситуацию;
- улучшение эмоционального состояния воспитанников;
- восстановление ощущения ценности собственной личности;
- повышение компетентности воспитанников в области оказания поддержки и помощи детям и подросткам, оказавшимся в трудной ситуации;
- восстановление ощущения доверия к себе, к другим, к миру.

Методика и технология: программа рассчитана на организацию групповых и индивидуальных занятий с воспитанниками. Общий объем занятий -16 часов. Индивидуальные занятия -6 ч. , групповые занятия - 10 ч.

Целевая группа:

учащиеся в возрасте от 6 до 18 лет.

Формы реализации программы:

1. Ролевое проигрывание.
2. Демонстрация.
3. Решение проблемных задач.
4. Групповая дискуссия
5. Беседа-размышление.
- 6.Познавательно-развивающее занятие (с элементами игры, выполнением практических заданий)

Формы занятия:

-теоретические и практические. Занятие включает в себя четыре этапа : организационный момент , основная часть занятия, физминутка, итог занятия.

Организация детей:

-создание«позитивного восприятия» окружающего мира, через совместную деятельность детей и педагога.

Основная часть:

- организация детского внимания;
- постановка задачи на совместное решение;

- совместные упражнения, самостоятельная работа в практических занятиях;
- акцентирование внимания на затруднениях.

Физминутка:

- обеспечение на занятии условий для снятия усталости;
- оказание помощи воспитанникам в переключении деятельности.

Итог занятия:

Режим занятий:

- занятия проводятся согласно плана;
- индивидуальные -согласно индивидуального плана несовершеннолетнего.

Состав исполнителей:

- педагог-психолог.

Ожидаемые результаты.

Организованная таким образом работа позволит осуществлять:

- социальную и психологическую защиту детей;
- улучшить эмоциональное состояние ;
- восстановить ощущения ценности собственной личности;
- повысить в области оказания поддержки и помощи детям и подросткам, оказавшимся в трудной ситуации;
- восстановить ощущение доверия к себе, к другим, к миру.

Формы контроля результатов:

- тестирование несовершеннолетних.

Материальное обеспечение программы , технические средства обучения и контроля :

- компьютер, мультимедиа проектор, экран, аудио и видео записи;
- наглядный материал;
- кабинет социального работника.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

«Поговори со мной, как с другом»

Тема мероприятия	Форма	Категория участников, класс	Методический комментарий	Ответственный	Отметка об исполнении
I четверть					
«Как прекрасен этот мир...» Определение жизнестойчивых позиций у подростков	беседа-размышление с элементами практических занятий.	5-11 <i>СММ</i>	Цель: формировать позитивные восприятия мира, Задачи: формировать жизнестойчивые позиции у подростков. Результат:	Белим Л.М. Классные руководители	
«Я люблю тебя, жизнь!»	познавательное-развивающее занятие с элементами игры	5-11 1-4 <i>СММ</i>	Цель: расширить представления о любви как о возвышенном и облагораживающем чувстве Задачи: развивать навыки доброжелательного и заботливого отношения; побуждать стремление к добрым поступкам; Воспитывать умение приносить радость себе и окружающим. Результат:	Белим Л.М.	
«Жизнь прекрасна». Осознание себя Личностью, целеполагание и	Познавательное занятие с элементами игры.	5-11	Цель: помочь подросткам сформировать активную жизненную позицию. Задачи: помочь заглянуть в себя, осознать себя Личностью; осознать свои цели и смысл в жизни;		

стремление к реализации личностного потенциала.			развивать целеполагание и стремление к реализации личностного потенциала. Результат:	
II четверть				
« Ты не один»	Познавательное занятие с элементами игры	5-11	Цель:содействие формированию эмпатии сверстникам в трудных жизненных ситуациях; Задачи: формировать у воспитанников толерантность к сложным жизненным ситуациям через сохранение позитивных жизненных установок. Результат: формирование у учащихся толерантности к сложным жизненным ситуациям	Л.М. Белим Классные руководители
Дотянуться до звёзд»	познавательное-развивающее занятие с элементами игры	5-11	Цель занятия: научить детей преодолевать проблемы с помощью позитивного общения. Задачи: выработать навык анализа жизненных трудностей с разных точек зрения Результат: развитие навыка анализа жизненных трудностей с разных точек зрения.	Л.М. Белим Классные руководители
III четверть				
Научись ценить себя» эмоционального	Обсуждение притчи, игра	5-11 <i>с.16</i>	Цель занятия: профилактика эмоционального неблагополучия	Л.М. Белим Классные руководители

<p>неблагополучия воспитанников через переосмысление жизненных ценностей.</p>			<p>Задачи: учить переосмысливать жизненные ценности. Результат:</p>	
<p>«Кризис, суицид»</p>	<p>Дискуссия, тренинг</p>	<p>9-11 <i>класс</i></p>	<p>Цели: формирование убеждения воспитанникам о том, что суицид не является конструктивным способом выхода из трудной жизненной ситуации Задачи: информирование о «маркерах» суицидального риска, возможности предотвращения суицидальных попыток. Результат: информирование о «маркерах» суицидального риска.</p>	<p>Белим Л.М. Классные руководители</p>
<p>«Остров ценностей»</p>	<p>Дискуссия с элементами игры</p>	<p>5-8 <i>класс</i></p>	<p>Цель: профилактика рискованного поведения. Задачи: формирования системы ценностных ориентиров. Результат: осознание ценности жизни</p>	<p>Белим Л.М. Классные руководители</p>

IV четверть				
« Главное сокровище»	Беседа <i>ММ</i>	5-11	<p>Цель: профилактика суицидального поведения.</p> <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> формировать представления о ценности человеческой жизни; -учить детей говорить о своих трудностях и искать пути их решения; - воспитывать любовь к жизни, стремление прожить ее достойно <p>Результат: воспитание бережного отношения к жизни.</p>	<p>Белим Л.М.</p> <p>Классные руководители</p>

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ЗАНЯТИЯ

Тема мероприятия	Форма	Методический комментарий	Ответственный	Отметка об исполнении
« Мужество быть»	индивидуальное занятие с элементами игры	<p>Цель: помочь подростку заглянуть в себя, осознать себя как личность; ;</p> <p>Задачи: выявить общие и индивидуальные проблемы подросткового возраста; помочь осознать его особенности, сопоставить свой жизненный опыт с опытом сверстников</p>	Л.М. Белим	

<p>«Я готов к испытаниям».</p>	<p>индивидуальное занятие с элементами игры</p>	<p>Цель: воспитание у учащихся стойкой жизненной позиции Задачи: установление причинно-следственной связи между потерей смысла жизни и суицидом, формирование осмысленности жизненного пути, развитие «мужества быть». Результат: стремление к позитивному восприятию, осмысление своих социальных сторон и качеств, умений конструктивного решения проблем</p>		
<p>«Как справиться с плохим настроением».</p>	<p>индивидуальное занятие с элементами игры</p>	<p>Цель: углубление процессов самораскрытия. Задачи: развитие умения самоанализа и преодоления барьеров, мешающих полноценному самовыражению. Результат: обучение тому, как находить чувства, которые помогут преодолеть чувство тревоги и избавиться от него.</p>		
<p>«Каким я вижу себя в будущем».</p>	<p>индивидуальное занятие с элементами игры</p>	<p>Цель: развивать личностно-социальную активность. Задачи: формирование позитивного восприятия своего будущего. Результат: повышение самооценки,</p>	<p>Л.М. Белим</p>	

«О вере в себя».	беседа	Цель :помочь подростку стать более уверенными в себе. Результат: формирование уверенности в своих силах.	Л.М. Белли
Консультации для родителей			
Тема мероприятия «Будьте бдительны» «Особенности поведения, свидетельствующие о наличии суицидальных мыслей»	Форма <i>Рог. собрание</i>	Методический комментарий <i>смотри</i>	Ответственный
		<i>март</i>	Отметка об исполнении

Рекомендуемая литература

основная:

2000г.

2. Пурич-Пейакович Й., Дуньевич Д.Й. Самоубийство подростков. М., 2000г.
3. Шилова Т.А. Психодиагностика психолого-социальной адаптации детей и подростков. М., 2005г.
4. Рубенштейн Н. полный тренинг п развитию уверенности в себе.
5. Макарычева Г.И. Тренинги для подростков с ассоциальным поведением. СПб,
6. М.А. Дыгун, Т.Н. Бендега, О.В. Липская (и др.). Психология в сказках с комментариями. М., 2010г.
7. Л.Н. Рожина, Развитие эмоционального мира личности. СПб., 2004г
8. Ромек, В.Г. , В.А. Конторович, Е.И. Крукович. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. СПб., 2004г.

дополнительная:

1. Профилактика суицидального поведения. Методические рекомендации. Сост.: А.Г.Абрумова и В.А.Тихоненко. М., 1980.
2. Бережковская Е. Чем и как увлекаются подростки // Школьный психолог, 2005, №1
3. Борщевецкая Л. Психологический час "Как научиться жить без драки" // Школьный психолог, 2006, №10.
4. Галушина Э., Комарова О. Игра для подростков "В чем смысл жизни" // Школьный психолог, 2005, №5.
5. Зарипова Ю. Поверь в себя. Программа психологической помощи подросткам // Школьный психолог, 2007, №4 (16).
6. Кузнецов Д. Демобилизирующая тревожность: некоторые причины и формы проявления невротических расстройств у современных старшеклассников // Школьный психолог, 2005, №2
7. Михайлова Н., Сафонова Т., Тюпкина Е., Немолот Е. Деловая игра для

педагогов среднего звена “Педагогические приёмы создания ситуации успеха”
// Школьный психолог, 2006, №15.

h