

« 28 » марта 2022 г.

№ 1

ПРОТОКОЛ
проведения круглого стола

Тема: «Профилактика суицидального поведения и суицида среди детей и подростков»

Присутствовало (чел): 36 человек (11 руководителей ОО, 11 ЗДВР, 3 социальных педагога ОО, 6 педагогов-психологов ОО, 1 председатель комитета образования, 1 начальник общего отдела комитета образования, 3 специалиста комитета образования)

Основные вопросы:

1. Особенности суицидов и суицидального поведения несовершеннолетних.
2. Распознавание признаков суицидального поведения, оказание поддержки обучающимся в кризисном состоянии.

Выступали:

1. Корнилова Татьяна Анатольевна, главный специалист комитета образования администрации МР «Газимуро-Заводский район»
2. Будникова Алёна Сергеевна, педагог-психолог МОУ Широкинская СОШ

По первому вопросу выступила Корнилова Татьяна Анатольевна, главный специалист комитета образования. Она ознакомила присутствующих со статистическими данными в России (частота самоубийств среди 10-14-летних подростков составляет 3-4 случая на 100 тысяч человек, а среди подростков 15-19 лет - 19-20 случаев на 100 тысяч. Однако, в последнее время заметна тенденция к омоложению детского суицида), с понятием «суицид» и «суицидальное поведение», с классификацией суицидов (истинный, скрытый, демонстративный) и характеристикой каждого из них; с основными причинами суицида и его мотивами.

По второму вопросу выступила Будникова Алёна Сергеевна, педагог-психолог МОУ Широкинская СОШ. Она ознакомила присутствующих с признаками готовящегося самоубийства (словесные, поведенческие, ситуационные). Были даны некоторые рекомендации по предотвращению суицида и по профилактике суицидального поведения. Присутствующим были продемонстрированы и выданы образцы карт наблюдения за учащимися, таблица факторов наличия кризисной ситуации у обучающихся и образец журнала регистрации «Выявление детей «группы риска»»

Принятые решения и рекомендации:

1. Руководителям ОО активизировать работу классных руководителей по вопросам профилактики суицидального поведения, а также жестокого обращения с детьми в семье, на профилактику межличностных конфликтов в детской и подростковой среде.
2. Рекомендовать классным руководителям вести целенаправленную систематическую работу по наблюдению за обучающимися своих классных коллективов и заполнению карт наблюдений,

журналов регистрации «Выявление детей «группы риска»»; своевременно обращаться за помощью к педагогу психологу (при наличии в ОО), обращать внимание родителей (законных представителей) на изменение поведения и психоэмоционального состояния их ребенка.

3. в планы воспитательной и профилактической работы школы включить достаточное количество мероприятий с детьми «группы риска» по вовлечению их в общественную деятельность, дополнительное образование и пр.; обеспечить занятость обучающихся во внеурочное время. Обеспечить целенаправленную постоянную работу с родителями (законными представителями) по вовлечению их в общественную жизнь класса и школы, по формированию доверительных и взаимовыгодных отношений между ОО и родительской общественностью.
4. Активизировать работу учительско-родительских патрулей в ОО, советов профилактики.
5. Усилить межведомственное взаимодействие с иными органами системы профилактики (ЦРБ, КДН и ЗП, учреждения дополнительного образования, учреждения культуры, органы социальной защиты и ЦЗНС) по вопросам просветительской работы, проведения профилактических мероприятий, вовлечения детей и подростков в общественную, культурную и спортивную деятельность.
6. При выявлении обучающихся «группы риска», а также при совершении суицида (завершенного или незавершенного) своевременно уведомлять комитет образования и все соответствующие органы, действовать согласно алгоритму действия при совершении суицида (проведение поственции суицида с ближайшим окружением суицидента посредством психологического дибрифинга, экстренное заседание педагогического совета, родительское собрание, обеспечить проведение педагогического расследования и меры длительного сопровождения лиц из ближайшего окружения суицидента и т.д.)

Председатель комитета образования _____ Т.М.Смылова

Секретарь _____ О.В.Кондалова

КРУГЛЫЙ СТОЛ
С РУКОВОДИТЕЛЯМИ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ
по теме:
*«Профилактика суицидального поведения и суицида среди
детей и подростков»*

с.Газимурский Завод,
2022 год

Цель: Обучение руководителей образовательных организаций, а также ЗДУВР, социальных педагогов и педагогов-психологов способам распознавания кризисных и прединцидальных состояний обучающихся, изменения в их поведении, выявления детей группы суицидального риска.

Задачи:

- ознакомить с особенностями суицидов несовершеннолетних;
- овладеть навыками распознавания признаков суицидального поведения;

- вооружить знаниями по оказанию поддержки обучающимся в кризисном состоянии

Согласно статистике, в России частота самоубийств среди 10-14-летних подростков составляет 3-4 случая на 100 тысяч человек, а среди подростков 15-19 лет - 19-20 случаев на 100 тысяч. Однако, в последнее время заметна тенденция к омоложению детского суицида.

«Что такое суицид?»

Суицид - это умышленное лишение себя жизни, совершаемое человеком в состоянии сильного душевного расстройства, когда собственная жизнь утрачивает для него смысл.

Что такое суицид – это болезнь? или внешняя ситуация?

Однозначного ответа на данный вопрос дать нельзя. При самоубийстве есть комплекс причин, это и наличие болезни или кризисного состояния, психологические особенности и различные социальные факторы, не последнее место в которых занимает вопрос преподнесения информации новостей и о совершенных суицидах средствами массовой информации.

Чаще подвержены:

- подростки, страдающие тяжелыми соматическими или психическими заболеваниями;
- девочки – подростки, имеющие межличностные любовные конфликты;
- подростки с повышенной тревожностью, заикленные на негативных эмоциях, с пониженным фоном настроения;
- подростки, которые по тем или иным причинам считают себя виновными в проблемах близких людей.

Виды суицидов.

Существует классификация суицидов: истинный, скрытый, демонстративный.

Истинный суицид

Никогда не бывает спонтанным.

Такому суициду всегда предшествуют угнетенное настроение, депрессивное состояние или просто мысли об уходе из жизни. Причем окружающие, даже самые близкие люди, нередко такого состояния человека не замечают.

Скрытый суицид

Это *завуалированное самоубийство*. Человек погибает от внешних сил, по большей части, им же спровоцированных. Например, рискованная езда на автомобиле (транспортное средство используется как инструмент для совершения суицида), занятия экстремальными видами спорта, алкогольная или наркотическая зависимость... *Т.е. саморазрушающее поведение.*

И сколько угодно можно твердить человеку о том, что все это опасно для жизни, как правило, именно этой опасности они жаждут.

Демонстративный суицид

Самоубийство, как способ привлечь внимание к своей личности, оказание давления на окружающих лиц с целью изменения конфликтной ситуации в благоприятную сторону. *Проявляется в виде порезов вен, отравлении лекарствами, изображения повешения.*

Большинство самоубийц, как правило, хотели вовсе не умереть - а только достучаться до кого-то, обратить внимание на свои проблемы, изменить невыносимую ситуацию.

Причины суицида

- Проблемы и конфликты в семье. Часто у детей в разводящихся семьях появляется чувство, что родители расстанутся по их вине(не слушался, плохо учился).
- Слишком жесткое воспитание в виде морализаторства, очень строгого контроля и запретов, лишаящих свободы личного выбора (запрет на друзей, любимые занятия, игры, предпочитаемую одежду).
- Конфликты с друзьями, проблемы в школе. Ребенок – изгой в школе. Чувство мести и бессильной злобы могут способствовать суициду.
- Несчастливая любовь, одиночество.
- Страх перед будущим.
- Потеря смысла жизни.
- Подражание кумирам. В Челябинске 15- летние школьницы спрыгнули с крыши многоэтажного дома. В предсмертных записках написали, что совершают самоубийство в память Игоря Сорина, солиста группы, который ровно год назад в Москве выбросился из окна

шестого этажа. Родителям следует насторожиться в отношении суицидальной активности своего ребенка, если он фанат погибшего кумира.

- Высокие ожидания, повышенные притязания к успехам ребенка, критика и наказание со стороны родителей. Иногда высокие ожидания родителей не совпадают со слабыми способностями и возможностями ребенка. У него появляется чувство вины, что он плохой, не оправдывает надежды родителей, позорит их. Любая критика и самый невинный вид наказания могут оказаться невыносимым.
- Прессинг успеха. Сегодня в нашей стране, как никогда прежде, велик престиж высшего образования. Искренне желающие ребенку добра близкие родственники и учителя постоянно настраивают его на обязательный успех: поступление в вуз, получение престижной профессии. В такой ситуации подросток просто вынужден тянуться за хорошими отметками, доказывать, что он лучше, умнее, успешней других своих сверстников. Причем это насильственное рвение часто поддерживается буквально жертвенным поведением родителей, готовых для оплаты репетиторов потратить последние деньги, влезть в долги...

Перегрузки и строгие требования в школе, страх не оправдать чаяний дорогих людей, безостановочная гонка за успехом, да и собственные высокие притязания - напряжение, которое не всякому взрослому по плечу. Зависимость между подростковыми депрессивными расстройствами и прессингом успеха подтверждает ежегодный всплеск молодежных самоубийств после объявления результатов вступительных экзаменов в Японии и Южной Корее - странах, где престиж высшего образования невероятно высок. Стоит задуматься, не слишком ли высока цена даже за самые блестящие перспективы.

Мотивы

- Призыв. Способ попросить помощи.
- Уход от проблем, потерял надежду изменить жизнь к лучшему.
- Мечь. Попытка сделать больно другому человеку:
- «Они еще пожалеют»
- Самонаказание. Ребенок решает, что он не заслуживает права жить. Желание облегчить жизнь своей семье.
- Бегство от наказания. Совершил проступок, знает, что за этим последует наказание, легче самому уйти из жизни.
- Переживание обиды, одиночества, отчужденности.
- Действительная или мнимая утрата любви, ревность.
- Переживания, связанные со смертью, разводом родителей.
- Чувства вины, стыда, оскорбленного самолюбия.
- Боязнь позора, насмешек или унижения.
- Страх наказания, нежелание извиниться.
- Любовные неудачи, сексуальные эксцессы, беременность.
- Чувство мести, злобы, протеста, угроза или вымогательство.
- Желание привлечь к себе внимание, вызвать сочувствие, избежать неприятных последствий, уйти от трудной ситуации.

Признаки готовящегося самоубийства

80 % задумавших совершить самоубийство детей предварительно дают знать о своих намерениях окружающим. Способы сообщения могут быть завуалированы, и чрезвычайно необходимо их понять!

Словесные признаки

- Проявляет нездоровую заинтересованность вопросами смерти. Упоминает об эпизодах суицидов в фильмах и романах.

1. Часто говорят о своем душевном состоянии:

- «Я решил покончить с собой».
- «Лучше умереть»
- «Пожил и хватит»
- «Ненавижу свою жизнь!»
- «Единственный выход - умереть!»
- «Я не могу так дальше жить»

- «*Больше ты меня не увидишь!*»
- «*Я больше не буду ни для кого проблемой*»

2. Много шутят на тему самоубийства.

Поведенческие признаки.

- Раздача ценных вещей. Люди, собирающиеся уйти из жизни, часто раздают вещи, которые очень многое для них значат. Подросток может начать раздавать свои любимые компакт-диски, видеокассеты, плакаты. Это должно насторожить окружающих, особенно, если это преподносится со словами: «Мне эта вещь больше уже не понадобится» или «Я хочу, чтобы у тебя что-то осталось от меня на память».
- Приведение дел в порядок. Одни кинутся убирать дом, другие поспешат расплатиться с долгами, сядут за письмо, на которое должны были ответить давным-давно, или же захотят вернуть вещь, взятую у приятеля, вымыть пол в комнате, разобрать ящики письменного стола. Во всех этих поступках нет ничего подозрительного; напротив, сам по себе каждый из них совершенно нормален и закономерен. Однако в сочетании с другими «предупреждающими знаками» такая вдруг возникшая тяга к порядку может означать, что подросток долго задерживаться в этом мире не собирается.
- Прощание.
- Демонстрируют радикальные перемены. Вдруг начинают вести себя непривычно.

Ситуационные признаки.

- Социально изолирован.
- Живет в нестабильном состоянии.
- Ощущает себя жертвой насилия.
- Перенес тяжелую потерю.

Как предотвратить суицид?

Ощущение ценности жизни невозможно без осознания двух очень важных вещей:

- нам нужно хорошо к себе относиться;
- нам нужно, чтобы нас любили.

Для того чтобы ценить себя и свою жизнь, все мы должны ощущать любовь к себе.

Потребность любви - это:

- потребность быть любимым;
- потребность любить;
- потребность быть частью чего-то.

Если эти три «потребности» присутствуют в жизни большую часть времени, мы в состоянии справляться с жизнью, решать встающие перед нами проблемы. Подросткам, которых не любят, которые сами не испытывают симпатии к своим одноклассникам и учителям, которые чувствуют себя чужими дома, в школе, во дворе, справляться с неприятностями гораздо сложнее. Из-за того, что они плохо учатся, не ладят с родителями, друзьями и учителями, их самооценка снижается, они ощущают свою никчемность, одиночество, отверженность. Отсюда и неспособность решать многие наболевшие проблемы.

Кроме этого нужно:

Сформировать у подростка четкую установку: «Из любой трудной жизненной ситуации можно найти выход».

Приучить с малых лет, что неудач не стоит бояться, они неотъемлемая часть пути к главной победе. «Упал - встань и продолжай идти!»

Воспитывать у подростков позитивный взгляд на все аспекты жизни.

(Положительные эмоции, оптимизм) Ребятам нужно объяснить, что когда настроение хорошее, человек терпимее относится к тому, что, быть может, ему не совсем по душе. Положительный заряд энергии помогает хорошо учиться, в полную силу работать, находить контакт со сверстниками и взрослыми.

Вовлекать подростков в полезные виды деятельности.

Подросток должен помнить о том, что в трудной жизненной ситуации он может обратиться к людям, которым доверяет: родителям, классному руководителю, психологу.

Гармоничные отношения в семье, предполагающие создание и сохранение теплых и доверительных отношений с ребенком.

Правила:**«Глаза в глаза»**

Контакт глаз - разговор двух душ, возможность передать невыразимое словами.

«Чудо прикосновения»

Дотронуться до руки, похлопать по плечу, приобнять. Не менее 9 объятий необходимо для поддержания нормального душевного состояния ребенка в любом возрасте.

«Безраздельное внимание»

Это 20-30 минут, которые родитель посвящает своему ребенку каждый день, ни на что не отвлекаясь.

Чем заняться в такие минуты, не имеет значения. Можно прогуляться, почитать, поговорить.

Главное, чтобы ребенок почувствовал: «Я один на один с мамой (папой). Она (он) в моем полном распоряжении. Я для неё (него) сейчас самый главный».

Вести работу по просвещению родителей.

Необходимо проводить тематические родительские собрания по проблемам воспитания.

Рекомендовать подходящую литературу для чтения.

Каждому родителю необходимо знать, что при первом подозрении на суицидальные намерения ребенка необходимо проконсультировать у детского или подросткового психиатра или психоневролога.

Карта наблюдений

Ф.И. учащегося _____ Класс _____

Возраст _____ лет

№	Содержание наблюдений – признаки.	Количество баллов, 0-признак отсутствует 1 – проявление
1	Учебная деятельность: <ul style="list-style-type: none">• равнодушие;• безучастие на длительном промежутке времени на уроках;• нежелание учиться;• низкая успеваемость;• затруднения в освоении учебных программ;• систематическая неуспеваемость по одному или нескольким предметам.	
2	Взаимоотношения со сверстниками. Положение в классе. <ul style="list-style-type: none">• изоляция от одноклассников;• использование конфликта для утверждения собственных интересов в коллективе;• неумение вступать в отношения сотрудничества;• нарушение деятельности во время урока;• положение вожака микрогруппы, состоящей из трудных учащихся;• состоит на учёте: <u>внутришкольном</u>, КДН. Отношение к другим детям: <ul style="list-style-type: none">• жестокое обращение со слабыми и младшими;	
3	Взаимоотношения со взрослыми. <ul style="list-style-type: none">• <i>С учителями:</i> конфликтный характер взаимоотношений с одним или несколькими учителями;• грубость;• бестактность;• ложь• конфликтный характер;• грубость, хамство,• эмоциональная нестабильность.	
4	Проведение свободного времени: <ul style="list-style-type: none">• не занимается в кружках и секциях;• проводит свободное время вне дома (с друзьями на улице);• употребляет спиртные напитки;• курит;• употребление наркотических веществ;• зарабатывает себе на жизнь.	

5	<p>Отношение к труду, профессиональная ориентация.</p> <p>Выбор профессии (для старшеклассников):</p> <ul style="list-style-type: none"> • незнание своих возможностей и способностей; • профессиональная неопределенность; • неразвитость тех черт личности, которые необходимы для выбранной профессии. <p>Отношение к труду:</p> <ul style="list-style-type: none"> • отрицательное отношение; • невыполнение трудовых обязанностей в школе; 	
6	<p>Поведение и поступки.</p> <p>В школе:</p> <ul style="list-style-type: none"> • прогулы; • нарушение требований школьной дисциплины; • нецензурная брань; • жаргонная речь; • порча школьного имущества; • срыв уроков; • драки. <p>В семье:</p> <ul style="list-style-type: none"> • побеги из дома; • невыполнение домашних обязанностей; 	
	<p>Итого баллов</p>	

Классный руководитель _____

Дата _____

Таблица факторов наличия кризисной ситуации у обучающихся _____ класса

Ф.И. учащегося _____, возраст _____ лет

Факторы		Признаки	Баллы 0 – нет 1 - есть
ИЗМЕНЕНИЯ В СОСТОЯНИИ РЕБЕНКА	ЭМОЦИИ	У ребенка большую часть времени устойчиво сниженный фон настроения от подавленности до раздражения;	
		у ребенка наблюдается высокий уровень тревоги, постоянное беспокойство, повышенная тревожность. Возможный интенсивный страх, ожидание беды.	
	ПЕРЕЖИВАНИЯ	Переживание брошенности, ненужности одиночества (Я всем приношу только вред. Всем было бы лучше, если бы меня не было.);	
		чувство вины. Ребенок допускает самоуничижительные высказывания «копается» в себе, обвиняет себя в неудачах, неприятностях проблемах;	
		высказывается негативно о свой личности, окружающем мире и будущем: потеря перспективы будущего;	
		заводит разговоры о бессмысленности жизни, о смерти. Задает вопросы родителям (А как бы вы без меня жили, если бы я не родился? А как вы будете без меня если меня не будет?)	
		косвенные высказывания о возможности суицидальных действий («Я больше не буду ни для кого проблемой», «Тебе больше не придется за меня волноваться»);	
открытые высказывания о желании покончить жизнь самоубийством («Я собираюсь покончить с собой», «Я не могу так жить»).			
ОЩУЩЕНИЯ ТЕЛА	«Душевная боль». Чувство тяжести за грудиной – «душа болит». Душевня боль приносит реальные физические страдания, чаще наблюдается при подавленности, отчаянии.		
СИТУАТИВНЫЕ	Суициды родственников, родителей;		
	смерть близкого родственника;		
	неизлечимые или тяжелые соматические заболевания близких родственников, самого ребенка;		
	наличие в семье психических больных;		

	жесткий авторитарный стиль воспитания;	
	травля (буллинг)/отвержение, запугивание, издевательства со стороны сверстников, травля в интернете, /социальных сетях, конфликты со сверстниками	
	несчастливая любовь/разрыв отношений с партнером;	
	ссора/ острый конфликт со значимыми взрослыми (родители, учителя);	
	разводящиеся родители, конфликты в семье;	
	алкоголизм или наркомания родителей, асоциальная семья;	
	неполная семья, семья с отчимом или мачехой;	
	резкое изменение социального статуса родителей (потеря работы, разорение);	
	изменение места жительства, места учебы (в течение последнего года);	
	является отверженным;	
	является жертвой насилия: физического, эмоционального, сексуального (<i>укажите какого</i>).	
ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ	Резкая потеря интереса к деятельности (досуговой, учебной, домашней помощи).	
	поисковые запросы в интернете и публикации на страницах в соцсетях на тему смерти, суицида, брошенности, непонятность указывают на то, что мысли о причинение себе вреда могут занимать ум ребенка;	
	резкое изменение стиля поведения и способов общения (был таким – стал другим);	
	стремление к изоляции, устойчивое сильное уединение;	

	употребление подростком наркотиков;	
	изменение аппетита, сна, ритма жизни;	
	символическое прощание ребенка с ближайшим окружением (отказ от личных вещей, приведение их в порядок и т.п.);	
	стремление к рискованным действиям;	
	резкое несоблюдение правил личной гигиены;	
	частые случаи травматизма, самоповреждение, членовредительство.	

Классный руководитель _____ (фамилия)

Дата _____ подпись _____

