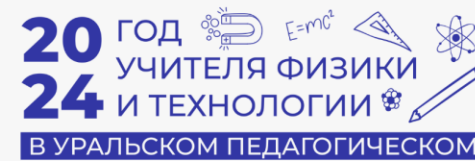


Под профилактикой суицидального поведения принято понимать систему государственных, социально-экономических, медицинских, психологических, педагогических и иных мероприятий, направленных на предупреждение развития суицидального поведения (суицидальных тенденций, суицидальных попыток и завершенных суицидов).

Профилактика самоубийств в России и других странах реализуется посредством организации специализированных суицидологических служб («телефонов доверия», кабинетов социально-психологической помощи, кризисных отделений), обучения специалистов распознаванию суицидальных тенденций, ограничения доступа населения к средствам суицида, контроля за содержанием сообщений о самоубийствах в средствах массовой информации.

Принципы реализации профилактической работы



УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ
ОСНОВАН В 1930 ГОДУ

- Комплексное взаимодействие специалистов;
- Неукоснительное соблюдение психолого-педагогической этики;
- Владение минимумом знаний возрастной психологии, в области подросткового суицида, а также соответствующих приемов индивидуальной психокоррекционной работы;
- Раннее выявление контингента детей группы риска, на основе проводимых социально-психодиагностических процедур;
- Активный патронаж семей, в которых проживают дети группы риска, оказание консультативной помощи родителям и психолого-педагогической помощи детям;
- Неразглашение фактов суицидальных случаев в детских коллективах;
- Усиление внимания родителей и сотрудников учреждений к порядку хранения лекарственных средств, а также к суицидогенным психологическим факторам;
- Формирование у подростков таких понятий, как «ценность человеческой жизни», «цели и смысл жизни», а также индивидуальных приемов психологической защиты, повышение стрессоустойчивости подростков

Структура профилактики суицидального поведения

20 ГОД
24 УЧИТЕЛЯ ФИЗИКИ
И ТЕХНОЛОГИИ
В УРАЛЬСКОМ ПЕДАГОГИЧЕСКОМ



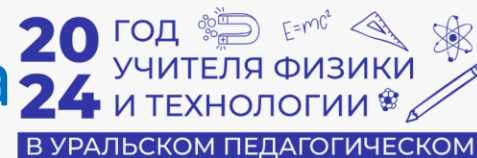
УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ
ОСНОВАН В 1930 ГОДУ

Первичное звено направлено на все общество и имеет своей целью профилактику факторов суицидального риска.

Вторичное звено заключается в помощи направленной на подростков, высказывавших суицидальные мысли и намерения, склонных к депрессии, демонстративному поведению, попавших в трудные жизненные ситуации. Работа ведется педагогом-психологом преимущественно индивидуально, в форме бесед, консультаций, с обучающимся, родителем и педагогами.

Третичная профилактика – это работа с обучающимися уже совершившими попытку суицида или открыто заявляющих о таком желании. Данный этап профилактики предполагает обращение к специалистам медицинского профиля. В образовательной сфере главная задача – формирование *антисуицидального барьера*, формирующих волю к жизни, а также помощь близким и родственникам суицидента, которые также являются представителями группы суицидального риска.

Первичная профилактика



УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ
ОСНОВАН В 1930 ГОДУ

Цель – предупреждение развития суицидальных тенденций обучающихся, минимизация риска суицидального поведения психологически благополучных субъектов.

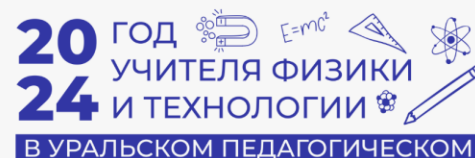
Объект – все субъекты образовательных отношений.

Задачи:

1. Профилактика девиантного поведения.
2. Диагностика групп суицидального риска.
3. Организация регулярного мониторинга уровня тревоги и депрессии среди обучающихся.
4. Коррекция семейных взаимоотношений и профилактика социального неблагополучия.
5. Информирование субъектов образования о деятельности психологических служб.

Реализуется в учреждениях социальной сферы, средствах массовой информации.

Направления работы:



УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ
ОСНОВАН В 1930 ГОДУ

1. Повышение осведомленности населения по вопросам психического здоровья, расстройств, вызываемых употреблением психоактивных веществ, и самоубийств;
2. Формирование у детей и подростков норм здорового поведения и пропаганда широкого круга конструктивных жизненных ценностей;
3. Затруднение доступа к средствам суицида;
4. Вовлечение обучающихся во внеурочную деятельность, социальную активность, программы дополнительного образования;
5. Ведение просветительской работы с родителями (законными представителями) обучающихся;
6. организация и проведение мероприятий, направленных на повышение квалификации педагогических коллективов;
7. Организация межведомственного взаимодействия.

Формы работы



УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ
ОСНОВАН В 1930 ГОДУ

Общие меры совершенствования учебного процесса

Организация социальной среды

Информирование

Активизация личностных ресурсов обучающихся

Включение обучающихся в деятельность, позволяющую удовлетворить интересы и потребности обучающихся социально приемлемым способом

Обучение социально-важным навыкам:

- Тренинг резистентности
- Тренинг ассертивности
- Тренинг формирования жизненных навыков

Взаимодействие с семьёй

Вторичная профилактика:

Цель – предотвращение суицидальных действий, снятие острого кризиса.

Объект – обучающиеся группы риска, с повышенным уровнем тревоги или депрессии, несовершеннолетних: перенесшие травму или жестокое обращение; жертвам буллинга; имеющие конфликтные отношения с родителями (законными представителями); дети из семей мигрантов; потерявшие близких людей, в том числе в результате самоубийства.

Задачи:

Диагностика ситуаций повышенного риска суицида.

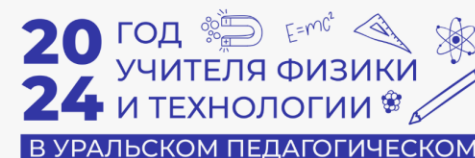
Определение очередности и приоритета оказания психолого-педагогической и медико-психологической помощи.

Определение антисуицидальных факторов и вариантов снятия кризисного напряжения.

Совершенствование технологий психотерапии и фармакотерапии, а также методов коррекции деструктивных личностных установок.

Реализуется учреждениями системы здравоохранения и образования.

Мероприятия на уровне вторичной профилактики:



УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ
ОСНОВАН В 1930 ГОДУ

- организация и проведение тренингов и индивидуальных консультаций с несовершеннолетними с выявленным риском суицидального поведения, направленных на формирование позитивного мировоззрения и проработки личностных факторов суицидального поведения;
- разработка (актуализация) алгоритмов, регламентов взаимодействия, в том числе информационного, субъектов межведомственного взаимодействия по вопросам суицидального поведения у несовершеннолетних в случае выявления суицидального поведения;
- информирование участников образовательных отношений о службах экстренной психологической помощи;
- обеспечение возможности для родителей (законных представителей) несовершеннолетних получения индивидуальных консультаций по вопросу недопущения суицида несовершеннолетнего;
- организация информирования органов внутренних дел о фактах выявления Интернет-ресурсов, распространяющих в сети Интернет информацию о суициде;
- обеспечение разработки индивидуальных программ сопровождения несовершеннолетних, имеющих факторы риска суицидального поведения;
- обеспечение деятельности служб экстренной психологической помощи, горячих линий, телефонов доверия.

Третичная профилактика:

Цель – психологическая реабилитация выживших суицидентов, людей, потерявших близкого человека в результате суицида.

Объект – ближайшее окружение суицидента, обучающиеся после попытки суицида.

Задачи:

- Организация механизма реабилитационного процесса;
- Диагностика восстановительного потенциала (благоприятствующих реабилитации факторов) выживших жертв суицида;
- Организация межведомственного взаимодействия;
- Коррекция семейных взаимоотношений.

Реализуется учреждениями системы здравоохранения и социального обслуживания.

Направления работы:

- первичная диагностика психофизиологического состояния обучающихся;
- снижение интенсивности острых стрессовых реакций у пострадавших (обучающиеся и их родителей (законных представителей), педагогов, представителей администрации образовательной организации), оптимизация их актуального психического состояния;
- профилактика негативных эмоциональных реакций;
- информирование обучающихся об имеющихся экстренных и кризисных психологических службах в субъекте Российской Федерации, телефонах доверия;
- обеспечение взаимодействия со СМИ в случаях публикаций по факту суицида.

В образовательной сфере главная задача – формирование *антисуицидального барьера*, формирующих волю к жизни, таких как: навыков поведения в стрессовой ситуации; приемов саморегуляции; положительной установки к психологической помощи.

Кризисное состояние

- определенный дисбаланс в жизни и деятельности человека, по причине которого возникают неразумные с точки зрения личности и неадекватные в социальном аспекте поведение, поступки и действия, а также срыв нервно-психического и соматического состояния.

Методы психологической помощи в кризисном состоянии (Л.Б. Шнейдер):

- 1. Библиотерапия
- 2. Целостное отношение к здоровью
- 3. Социальная поддержка
- 4. Собственно психологическая помощь

Условия разрешения кризисных ситуаций (Е.М. Соломатина):

- 1) обучение снижению эмоциональной напряженности;
- 2) удовлетворение потребностей путем принятия выбора из ряда альтернатив;
- 3) переопределение мотивов.

Способы и приемы оказания психологической помощи подростку в кризисном состоянии:

- Информирование.
- Метафора (метод аналогий).
- Установление логических взаимосвязей.
- Самораскрытие.
- Конкретное пожелание.
- Убеждение
- Эмоциональное заражение
- Отреагирование
- Релаксация

Способы и приемы оказания психологической помощи подростку в кризисном состоянии:

- Переоценка
- Домашнее задание
- Позитивный настрой
- Ролевое проигрывание
- Анализ ситуаций
- Внутренние переговоры
- Трансформация личной истории
- Целеустройство
- Наполнение смыслом «обыденных» жизненных событий
- Социальные пробы
- Оказание помощи в поисках идентичности