муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
Тогучинского района «Борцовская средняя школа»

Рассмотрено Педагогическим советом протокол № 1 от «14» августа 2026г	Утверждаю: директора школы _____И.Г.Савенкова «14» августа 2026г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПРОФИЛАКТИКИ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ «ХОЧУ ЖИТЬ»

Составитель:
Педагог-психолог
Рубцова Е.В.

2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. **ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**
   1.1. Пояснительная записка
   1.2. Цели, задачи и принципы программы
   1.3. Возрастно-психологические особенности суицидального поведения детей и подростков
2. **СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**
   2.1. Общая характеристика программы
   2.2. Направления и формы реализации программы
   2.3. Алгоритм действий педагога-психолога по профилактике суицидального поведения
   2.4. Особенности взаимодействия с семьями учащихся
   2.5. Взаимодействие со специалистами методического объединения службы сопровождения
   2.6. Планируемые результаты освоения программы
   2.7. Учебно-тематический план работы
   2.8. Оценка эффективности реализации программы
3. **МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

Список литературы

ПРИЛОЖЕНИЯ

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Актуальность программы связана с ростом уровня самоубийств среди детей и подростков. Самоубийство подростков занимает третье место среди ведущих причин смертельных случаев. Анализ материалов показывает, что 62% всех самоубийств несовершеннолетними совершается из-за конфликтов и неблагополучия в их окружении: боязни насилия со стороны взрослых, бестактного поведения учителей, одноклассников, друзей, черствости и безразличия окружающих. Проблема детских суицидов присуща как неблагополучным семьям, так и семьям с внешними признаками социального и финансового благополучия. Суицидальные действия у детей часто бывают импульсивными, ситуативными и не планируются заранее. Своевременная психологическая помощь, участливое отношение к подросткам, попавшим в трудную жизненную ситуацию, помогли бы избежать трагедий.

Программа разработана в соответствии со следующими **нормативными правовыми актами**:

- «Конвенция ООН о правах ребенка» (принята Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989).
- Всемирная Декларация об обеспечении выживания, защиты и развития детей.
- Конституция Российской Федерации (ст. 20 — право на жизнь).
- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст. 41 — охрана здоровья обучающихся, включая профилактику несчастных случаев).
- Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».
- Федеральный закон от 24.06.1999 № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних».
- Федеральный закон от 29.12.2010 № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию».
- Распоряжение Правительства РФ от 26.04.2021 № 1058-р (в ред. от 04.04.2025) «Об утверждении комплекса мер до 2030 года по совершенствованию системы профилактики суицида среди несовершеннолетних».
- Письмо Минздрава России от 28.03.2025 № 15-2/И/1-5938 «О направлении методических рекомендаций по вопросам межведомственного взаимодействия при организации деятельности по профилактике суицидов и опасного поведения несовершеннолетних».
- Письмо Минпросвещения России от 24.07.2025 № АБ-2700/07 «О направлении методического письма "Профилактика суицидального поведения несовершеннолетних в образовательных организациях: формирование позитивного мышления и ответственного поведения"».
- Уголовный кодекс РФ (ст. 110 «Доведение до самоубийства», ст. 117 «Истязание»).
- Кодекс РФ об административных правонарушениях (ст. 5.35 — неисполнение обязанностей по содержанию и воспитанию несовершеннолетних).

Программа предназначена для организации профилактической и коррекционной работы по предотвращению суицидальных попыток среди учащихся разных возрастных групп в общеобразовательном учреждении.

1.2. Цели, задачи и принципы программы

Цель программы — формирование у учащихся позитивной адаптации к жизни как процесса сознательного построения и достижения относительно устойчивых равновесий и отношений между собой, другими людьми и миром в целом.

Задачи:

1. Выявление детей, нуждающихся в незамедлительной помощи и защите, оказание экстренной первой помощи, обеспечение безопасности ребенка, снятие стрессового состояния.
2. Изучение особенностей психолого-педагогического статуса каждого учащегося с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих в психическом состоянии, общении, развитии и обучении.
3. Создание системы психолого-педагогической поддержки учащихся разных возрастных групп в воспитательно-образовательном процессе и в период трудной жизненной ситуации.
4. Привлечение различных государственных органов для оказания помощи и защиты законных прав и интересов ребенка.
5. Привитие существующих в обществе социальных норм поведения, формирование детского милосердия, развитие ценностных отношений в социуме.
6. Формирование позитивного образа Я, уникальности и неповторимости не только собственной личности, но и других людей.

Принципы реализации программы:

- **Принцип ценности личности** — самоценность каждого участника образовательного процесса.
- **Принцип уникальности личности** — признание индивидуальности каждого участника.
- **Принцип приоритета личностного развития** — обучение не как самоцель, а как средство развития личности каждого ребенка.
- **Принцип ориентации на зону ближнего развития** каждого ученика.
- **Принцип эмоционально-ценностных ориентаций** учебно-воспитательного процесса.

1.3. Возрастно-психологические особенности суицидального поведения детей и подростков

Развиваясь, ребенок в силу своих психических возможностей дозированно усваивает информацию о смерти и не соотносит ее ни со своей личностью, ни с личностью близких.

Младший школьный возраст (7-10 лет). В 10-12 лет смерть оценивается как временное явление, ограничивается понятием жизни и смерти. Дети не воспринимают необратимость смерти. Часто смерть связывается в сознании детей с длительным отсутствием близких, с игрой у дошкольников и младших школьников, познанием-экспериментированием у подростков. Ребенком осознается две противоположные возможности: быть умершим для окружающих и быть свидетелем раскаяния своих обидчиков. Суицидальное поведение регулируется скорее порывом, аффектом, в нем нет продуманности, взвешенности, точного просчета. Отсутствие страха смерти, нерасчетливость, отсутствие знаний о способах самоубийства создают повышенную угрозу смерти независимо от формы самовоздействия.

Подростковый возраст (11-15 лет). С техническим прогрессом появилась новая суицидальная мотивация. Компьютерные игры создают иллюзию возможности жизни после смерти. Дети не воспринимают реальность смерти, конечность жизни, так как в игре их несколько. Некоторые подростки начинают экспериментировать со своей жизнью в результате «метафизической интоксикации», проявляют любопытство «а есть ли жизнь

после смерти?». Углубленные размышления о жизни и смерти, недостаточность критики, слабый контроль эмоциональных состояний, эгоцентризм, повышенная самооценка создают условия для снижения ценности жизни, а в конфликте служат предпосылкой для суицидального поведения. Характерно для детского возраста не то, что суицидоопасные обстоятельства слишком трудны — часто они кажутся взрослым незначительными неурядицами. Проблема порождается скорее недостаточностью личностного ресурса: подросток не располагает умением решать проблемы. Это создает ощущение безысходности, неразрешимости даже кратковременного объективно нетяжелого конфликта, порождает чувство отчаяния и одиночества.

Старший подростковый возраст (15-17 лет). Анализ характера подросткового суицида позволяет выделить значимые факторы суицидального поведения:

- проблемы во взаимоотношениях с родителями;
- проблемы во взаимоотношениях в школе, которые чаще связаны с личностью учителя (авторитарный или попустительский стиль), социометрическим статусом подростка в классе (лидер, изгой), личностным отношением к успеваемости, фактором жизненных перспектив;
- проблемы во взаимоотношениях со сверстниками, общение с друзьями (наличие близкого друга, принадлежность к неформальному объединению), межполовое общение (любовь, конфликты с противоположным полом).

Семейные проблемы. Нарушения взаимоотношений в семье, отсутствие опоры на значимого взрослого, утрата любви родителей становятся основной предпосылкой суицидального риска. Специалисты выявили следующие прогностические показатели: отсутствие отца в раннем детстве, недостаточность материнской привязанности к ребенку, отсутствие родительского авторитета, гиперавторитарность «слабого» взрослого, который стремится утвердить себя в семье с помощью эмоциональных взрывов и телесных наказаний.

Группы риска подростков:

- из семей с низкими доходами;
- из семей, употребляющих алкоголь, наркотики;
- из семей с низким образовательным уровнем;
- из семей с неправильным типом воспитания (авторитарный, гипоопека).

Одним из наиболее часто встречающихся факторов, способствующих суицидальному поведению, являются депрессивные расстройства. Самоубийство играет роль избавления от отчаяния, безнадежности, неудовлетворенности собой, мрачного и бесперспективного будущего.

Ранние маркеры-предвестники суицидального риска:

1. **Изменение эмоций** — постоянно пониженное настроение, тоскливость, подавленность, безразличие, ощущение вины перед окружающими.
2. **Изменение поведения** — самоизоляция от семьи и близких, снижение повседневной активности, потеря интереса к прежним увлечениям, нарушение сна и аппетита, приведение в порядок своих вещей, раздаривание их или уничтожение.
3. **Характерные высказывания** — «лучше уже не будет», «хочу умереть», «скоро все закончится», «хорошо бы заснуть и не проснуться».

Значительно увеличивается суицидальный риск у детей и подростков с девиантными формами поведения. Риск самоубийств выше среди молодых людей, употребляющих алкоголь или наркотики.

Таким образом, чаще суициду подвержены:

- подростки, страдающие тяжелыми соматическими или психическими заболеваниями;
- подростки, имеющие межличностные любовные конфликты;
- подростки с повышенной тревожностью, зацикленные на негативных эмоциях, с пониженным фоном настроения;
- подростки, которые считают себя виновными в проблемах близких людей;
- подростки, злоупотребляющие алкоголем и наркотиками;
- подростки, которые либо совершали суицидальную попытку, либо были свидетелями суицида кого-то из членов семьи;
- одаренные подростки;
- подростки с плохой успеваемостью в школе;
- подростки — жертвы насилия.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Общая характеристика программы

Настоящая программа базируется на понимании того, что сегодняшняя социальная ситуация диктует потребность в выпускнике школы как человеке, владеющем способами сохранения и развития себя как личности, способной, реализуя свои личностные индивидуальные запросы, решать проблемы общества.

2.2. Направления и формы реализации программы

Программа включает следующие **направления деятельности**:

Психодиагностическое — выявление учащихся, входящих в «группу риска» по проблеме суицида (суицидальные мысли, попытки самоубийства), а также углубленная диагностика детей группы суицидального риска.

Консультационное — собеседование с классными руководителями, обсуждение результатов скрининг-диагностики, индивидуальное консультирование учащихся группы суицидального риска и их родителей.

Просветительское — беседы, лекции с учащимися, семинары для учителей, родительские собрания с целью предоставления наиболее важной информации по проблеме детского суицида.

Коррекционно-развивающее — групповые и индивидуальные коррекционно-развивающие занятия с целью развития личности, укрепления психологического здоровья, нормализации межличностных отношений, развития чувства собственного достоинства и преодоления неуверенности в себе.

Основные направления деятельности:

1. Работа с подростками, ставшими на путь социальной дезадаптации, но имеющими ближайшие перспективы ее преодоления.
2. Работа с детьми, нуждающимися в срочной психоэмоциональной поддержке.
3. Профилактическая работа со всеми учащимися школы.
4. Просветительская работа с родителями учащихся.

2.3. Алгоритм действий педагога-психолога по профилактике суицидального поведения

1. Собеседование с классными руководителями. Первый этап — определение круга лиц, которым необходима организация профилактической деятельности. Психолог проводит собеседование с классными руководителями, выявляет детей с признаками суицидального поведения, резкими изменениями в поведении, подавленных, находящихся в депрессии. Составляется список классов для проведения работы.

2. Беседы с учащимися. Психолог выступает на классных часах с беседой по теме «Как помочь другу, когда все плохо?». Рассказывает о признаках суицидального поведения, о

том, к кому можно обратиться, о работе психолога и телефоне доверия. После бесед готовится стенд «Если друг попал в беду» с адресами и телефонами служб помощи.

3. Организация семинара для педагогов. Семинар «Предупреждение суицида среди учащихся. Основные признаки суицидального поведения». Педагоги знакомятся с типами суицидального поведения, мотивами суицидальных попыток, признаками и проявлениями суицидального поведения. Психолог дает рекомендации о поведении с учащимся, склонным к суициду.

4. Выступление на родительском собрании. Беседа на тему «Предупреждение суицида среди детей. Помощь родителей в преодолении трудностей ребенка». Психолог рассказывает о влиянии неблагополучной семейной ситуации на эмоционально-личностное состояние ребенка, о признаках, мотивах и факторах суицидального поведения, развенчивает «мифы» о суициде, объясняет, что нужно и чего нельзя делать взрослому.

5. Выявление учащихся «группы риска». После диагностики психолог совместно с классным руководителем и социальным педагогом обсуждает каждого ребенка и составляет список детей, входящих в группу суицидального риска.

6. Проведение беседы с учащимися «группы риска». Психолог приглашает учащихся для индивидуальной беседы, выясняет наличие личностных и эмоциональных проблем, причины неблагополучного состояния, потребность в помощи.

7. Получение согласия родителей. Работа с учащимся проводится только с письменного разрешения родителей (законных представителей). При отказе психологическое сопровождение осуществляется психолого-педагогическими методами (индивидуальный педагогический подход, помощь в улучшении контактов в классе).

8. Беседа с классным руководителем. Психолог обсуждает с классным руководителем меры по предупреждению негативного влияния на подростка со стороны школы, одноклассников, учителей. Работа направлена на преодоление трудностей и снижение риска суицидальной попытки.

9. Проведение углубленной диагностики. После получения согласия родителей проводится углубленная диагностика на наличие скрытых проблем и выявление причин эмоционального неблагополучия.

10. Консультация учащихся и их родителей по результатам диагностики. Обсуждаются результаты углубленной диагностики: наличие (отсутствие) суицидальных мыслей, выявленные особенности личности, наличие депрессивного, тревожного состояния и причин его появления. При выявлении явной склонности к самоубийству подросток направляется на прием к врачу-психиатру, психотерапевту.

11. Разработка индивидуального маршрута сопровождения учащегося «группы риска».

12. Организация коррекционно-развивающей работы. Индивидуальные профилактические, поддерживающие консультации учащегося.

13. Организация наблюдения за учащимися «группы риска».

2.4. Особенности взаимодействия с семьями учащихся

Работа с родителями начинается при зачислении ребенка на занятия к педагогу-психологу и ведется по следующим направлениям:

1. Консультации для родителей: обсуждение результатов психолого-педагогической диагностики.
2. Посещение родителями занятий педагога-психолога (по желанию).

2.5. Взаимодействие со специалистами методического объединения службы сопровождения

Работа с детьми и подростками предполагает междисциплинарное взаимодействие специалистов службы психолого-педагогического сопровождения. Одним из основных механизмов реализации программы является взаимодействие сотрудников образовательной организации через службу психолого-педагогического сопровождения.

2.6. Планируемые результаты освоения учащимися программы

Организованная таким образом работа позволит осуществлять социальную и психологическую защиту детей, снизить количество детей с девиантным поведением и избежать суицидальных попыток. Также позволит организовать работу по оптимизации детско-родительских взаимоотношений.

Педагогические показатели — повышение мотивации учения, сохранность контингента учащихся «группы риска», их успеваемость, дисциплина, включенность во внеклассные занятия, улучшение показателей развития, уровня обученности, снижение педагогической запущенности.

Социально-психологические показатели — улучшение психоэмоционального состояния, положительное изменение образа «Я», сглаживание отклонений в поведении, социальная адаптация как результат успешной социализации личности.

2.7. Учебно-тематический план работы

Тематическое планирование программы

№	Разделы программы и темы занятий	Количество часов
Раздел 1. Диагностические мероприятия		
1	Диагностика учащихся 1-4 классов	1
2	Диагностика учащихся 5-11 классов	1
Раздел 2. Просветительские мероприятия		
3	Психолого-педагогическая поддержка учащихся 1-11 классов	1
Раздел 3. Профилактические мероприятия		
4	«Мой мир без агрессии» (1-11 классы)	1
Раздел 4. Консультативные мероприятия		
5	Индивидуальные беседы с учащимися, попавшими в трудную жизненную ситуацию	1
6	Индивидуальные консультации, рекомендации	1
Раздел 5. Развивающие мероприятия		
7	Коммуникативный мини-тренинг «Сердце» (1 класс; цель: снятие тревоги первых дней и месяцев школьной жизни, смягчение процесса адаптации)	1
Раздел 6. Мониторинг		
8	Диагностика	1

Содержание программы

№	Содержание работы	Сроки	Ответственный
Работа с обучающимися ОУ			
1	Развивающие занятия: «Стресс в жизни человека. Способы борьбы со стрессом», «Способы саморегулирования эмоционального состояния»	В течение учебного года	Педагог-психолог Рубцова Е.В.
2	Психолого-педагогическая поддержка обучающихся 9 класса при подготовке и проведении выпускных экзаменов	В течение учебного года	Педагог-психолог Рубцова Е.В.
Педагоги			
1	Проведение МО службы сопровождения на тему: «Что такое суицид и как с ним бороться»	Ноябрь	Педагог-психолог Рубцова Е.В.
2	Подготовка памятки «Некоторые причины и формы проявления невротических расстройств у современных старшеклассников» (Приложение 1)	Декабрь	Педагог-психолог Рубцова Е.В.
3	Выступление на МО классных руководителей: «Профилактика суицида среди учащихся» (Приложение 2)	В течение года	Педагог-психолог Рубцова Е.В.
4	Индивидуальные консультации классных руководителей «Благоприятный психологический климат в классе»	Сентябрь–ноябрь	Педагог-психолог Рубцова Е.В.
Родители			
1	Выступление на родительских собраниях на темы: возрастные психолого-педагогические особенности (младший школьник, подросток, старший школьник); наказание и поощрение; признаки, мотивы, профилактика суицида; трудный возраст или советы родителям; как помочь ребенку при подготовке к экзаменам (Приложение 4)	По запросу	Социальный педагог Калиниченко И.О., педагог-психолог Рубцова Е.В.
Диагностика учащихся			

1	Диагностика учащихся 7-9 классов: Шкала безнадежности А. Бека; Опросник одиночества Д. Рассела (Приложение 5)	В течение года	Педагог-психолог Рубцова Е.В.
2	Диагностика учащихся 5-6 классов: методика диагностики самооценки психических состояний Г. Айзенка; диагностический опросник «Одиночество» С.Г. Корчагиной (Приложение 6)	В течение года	Педагог-психолог Рубцова Е.В.
3	Диагностика учащихся 1-4 классов: проективные методики «Несуществующее животное», «Дом. Дерево. Человек», «Кактус»; анкета для оценки уровня школьной мотивации Н.Г. Лускановой	В течение года	Педагог-психолог Рубцова Е.В.

2.8. Оценка эффективности реализации программы

Достоинства настоящей программы:

- в имеющихся возможностях для психологического раскрепощения школьников, для формирования навыков и приемов, способствующих самовыражению каждого ученика;
- в имеющихся возможностях для оказания помощи классному руководителю, учителю-предметнику строить учебно-воспитательную работу в системе, с учетом психологических и возрастных особенностей учащихся;
- в создании условий для своевременной корректировки выявленных психологических проблем и совершенствования и оптимизации учебно-воспитательного процесса.

Наибольший эффект программа может иметь, реализованная как целостная система совместной деятельности педагогов, психолога и родителей, направленная на активное приспособление ребенка к социальной среде, включающее в себя как успешное функционирование, так и перспективное психологическое здоровье.

3. МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

В МКОУ Тогучинского района «Борцовская средняя школа» создана материально-техническая база, позволяющая обеспечить коррекционно-развивающую среду для занятий в группах и индивидуально. Как необходимое условие реализации программы в кабинете создан и пополняется информационно-методический фонд, состоящий из методических пособий и рекомендаций по всем направлениям и видам деятельности педагога-психолога, наглядных пособий.

Методическое обеспечение.

В процессе реализации программы используются развивающие игры, задания и упражнения, диагностический инструментарий, рекомендуемые для осуществления профессиональной деятельности педагога-психолога.

Для обследования детей используется:

1. «Практический материал для проведения психолого-педагогического обследования детей» (С.Д. Забрамная, О.В. Боровик).
2. «Нейропсихологическая диагностика детей младшего школьного возраста» (Полонская Н.Н.).

Психолого-педагогическое сопровождение построено в соответствии с методическими рекомендациями А.Д. Вильшанской, Цукерман Г.А., Венгер А.Л. Этот подход имеет не только коррекционную, но и профилактическую направленность: позволяет охватить значительное количество детей, вести психолого-педагогическое сопровождение в преодолении недостатков в эмоционально-личностной сфере учащихся.

Материально-технические условия:

- оргтехника;
- помещение для проведения занятий, соответствующее СанПиН;
- оборудование кабинета педагога-психолога соответствующей СанПиН мебелью.

Список литературы

1. Анцыферова Л.И. Психология формирования и развития личности: Сборник статей. — М.: Наука, 1981.
2. Добрынин Н.Ф. Возрастная психология: Социальная работа школы с семьей: курс лекций / Н.Ф. Добрынин, В.Н. Гуров; под ред. Н.Ф. Добрынина. — М.: Педагогическое общество России, 2002.
3. Дубровина И.В. Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте: методическое пособие. — М.: Академия, 1995.
4. Михайлина М.Ю. Психологическая помощь подростку в кризисных ситуациях: Профилактика, технологии, консультирование, занятия, тренинги / М.Ю. Михайлина, М.А. Павлова. — Волгоград: Учитель, 2009.
5. Никитина Н.И. Методика и технология работы социального педагога: методическое пособие / Н.И. Никитина, М.Ф. Глухова. — М., 2005.
6. Потанин Г.М. Методика предупреждения отклоняющего поведения несовершеннолетних: учебное пособие / Г.М. Потанин, М.А. Алемаскин. — МГПИ им. Н.К. Крупской, 1987.
7. Профилактика суицидального поведения. Методические рекомендации / Сост. А.Г. Абрумова, В.А. Тихоненко. — М., 1980.
8. Пырочкина С.А. Психолого-педагогическая и социальная поддержка подростков: Программы, групповые занятия, проектная деятельность / С.А. Пырочкина, О.П. Погорелова. — Волгоград: Учитель, 2008.
9. Ромашкина Г.А. Система работы по профилактике правонарушений среди несовершеннолетних в образовательных учреждениях: методическое пособие. — Волгоград, 2006.
10. Синягин Ю.В., Синягина Н.Ю. Детский суицид. Психологический взгляд. — СПб., 2006.
11. Суицидальное поведение у детей и подростков: Методические рекомендации. — Курган, 2006.
12. Формирование жизнестойкого поведения у детей и подростков: методические рекомендации для педагогических работников образовательных организаций по профилактике суицидального поведения / Под общ. ред. Т.В. Половковой. — М.: Фонд «Национальные ресурсы образования», 2025.