

Методические рекомендации по профилактике суицидального поведения обучающихся в образовательных организациях Мурманской области

Профилактика суицидального поведения среди учащихся должна быть построена по принципам разноуровневой системы.

Первый уровень – общая профилактика. Цель - повышение групповой сплоченности в образовательных организациях:

1. Создание общих школьных программ психического здоровья, здоровой среды в образовательных организациях.

Поскольку причинами суицидов среди подростков часто являются нарушения межличностных отношений в образовательных организациях, необходимо принять меры по формированию классных коллективов, нормализации стиля общения педагогов с учащимися, оптимизации учебной деятельности учащихся, вовлечению учащихся в социально-значимые виды деятельности, организации школьного самоуправления, формированию установок у учащихся на самореализацию в социально-одобряемых сферах жизнедеятельности (культуре, спорте, искусстве, науке и др.).

Администрации образовательных организаций необходимо направить пристальное внимание и установить контроль за стилем общения учителей с учащимися в целях предотвращения случаев оскорбления, унижения, психологического и физического насилия со стороны педагогов. Осуществлять психопросвещение педагогов по вопросам дезадаптивного поведения детей и подростков, в том числе суицидального, информировать о мерах профилактики суицида среди детей и подростков.

2. Организация работы социально-психологической службы:

– Изучение особенностей психолого-педагогического статуса учащихся 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 образовательном процессе (составление программы или плана работы по профилактике суицидального поведения учащихся).

– Формирование позитивного образа Я, уникальности и неповторимости не только собственной личности, но и других людей.

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

Второй уровень – первичная профилактика. Цель - выделение групп суицидального риска; сопровождение детей, подростков и их семей группы риска с целью предупреждения самоубийств:

1. Выявление детей, нуждающихся в незамедлительной помощи и защите.

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

Третий уровень – вторичная профилактика. Цель - предотвращение самоубийства:

1. Оценка риска самоубийства (используется шкала оценки летальности).

2. Оповещение родителей. В случае необходимости и при согласии родителей запрашивается помощь детского суицидолога, психиатра.

3. Разбор случая с педагогами, которые были включены в работу с ребенком и его семьей, для внесения предложений относительно стратегий и планов работы.

Четвертый уровень – третичная профилактика. Цель - снижение последствий и уменьшение вероятности дальнейших суицидальных случаев, социальная и психологическая реабилитация суицидентов:

1. Формирование адаптивных копинг-стратегий.

2. Обучение социальным навыкам и умениям преодоления стресса.

3. Оказание подростку социальной поддержки с помощью включения семьи, школы, друзей и т.д.

4. При необходимости включение подростка в группу социально-психологического тренинга.

5. Проведение психокоррекционных занятий по повышению самооценки подростка, развитию адекватного отношения к собственной личности, эмпатии.

Родственникам, близким, свидетелям происшествия должна быть оказана психологическая помощь. Задачи педагога-психолога на данном этапе: оказание экстренной первой помощи, снятие стрессового состояния у очевидцев происшествия (дети, подростки, персонал образовательной организации). Особое внимание психолога должно быть обращено к эмоциональному климату в образовательной организации и его изменению.

Вопросы, касающиеся профилактики суицидального поведения, рекомендуется включать в повестку родительских собраний, совещаний с педагогическими работниками.