УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ

АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ХАБАРОВСКА

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 32

ПРИКАЗ

От 22.01.2021 г. № 01-12/6

Об утверждении плана мероприятий, направленных на профилактику

суицидального поведения обучающихся

В целях усиления мер по профилактике суицидального поведения обучающихся

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить план мероприятий, направленных на профилактику суицидального поведения обучающихся образовательного учреждения (Приложение 1).
2. Классным руководителям:  
   2.1. До 29.01.2021 года включительно разместить в классных уголках/ на информационных стендах классов и на «Стене класса» в системе Дневник.ру следующую информацию с телефонами доверия:

* Городской телефон доверия - (4212) 30-71-71 - в трудную минуту в любое время суток бесплатно вы можете набрать наш номер и поговорить с понимающим, сопереживающим собеседником о том, что вас тревожит, что причиняет душевную боль, мешает быть счастливым
* Единый детский телефон доверия - 8-800-2000-122- бесплатно, анонимно, безопасно.
* Молодежный телефон доверия - (4212) 30-50-60 -телефон доверия Кризисного медико-социального центра "Контакт". Круглосуточно.
* Телефон доверия Центра психологического сопровождения детей и подростков - (4212) 30-70-92.
  1. На постоянной основе методами наблюдения, беседы, опроса выявлять учащихся, находящихся в социально опасном положении, проживающих в неблагополучных семьях. Выявлять учащихся, имеющих низкий социальный статус и с признаками социальной дезадаптации. Взять под контроль каникулярную занятость детей «группы риска», оказавшихся в трудной жизненной ситуации.
  2. Обеспечить социальную и правовую защищенность обучающихся школы, в том числе своевременное информирование управления образования администрации города Хабаровска, комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав район "Центральный", ул. Фрунзе, 60, тел:+7 (4212) 40-89-21 кабинет № 203, отдела полиции № 4 ул.Панькова,19 тел.: :+7 (4212) 59-54-77 о выявленных случаях дискриминации, физического и психического насилия, оскорблений, грубого и жестокого обращения с несовершеннолетними.
  3. Обеспечить постоянное наблюдение за изменением психоэмоционального состояния обучающихся, выявление маркеров суицидального поведения до 06.02.2021 года включительно путем проведения тестирования обучающихся с применением комплекса психологических методик, таких как:  
     - Методика самооценки психических состояний (но Г. Айзенку);  
     - Шкала депрессии Зунге (Т.И.Балашовой);  
     - Шкала депрессии Э. Бека (для старшеклассников с 9 по 11 класс) (Приложение 2) и (или) других.
  4. Организовать психологическое сопровождение детей, имеющих риск суицидального поведения, относящихся к группе риска по эмоциональному неблагополучию, переживающих психотравмирующую ситуацию (развод или потеря одного из родителей, смена места жительства, классного коллектива), в том числе на основании данных психолого-педагогических обследований, рекомендуя семьям обратиться в социальные службы и центры, указанные в пункте 2.1. настоящего приказа и указанные на официальном **школьном сайте в разделе Воспитательная работа –Профилактические мероприятия-Службы социальной поддержки.**
  5. Организовать педагогическое сопровождение детей, имеющих риск суицидального поведения, путем проведения системы классных часов, направленных на формирование благоприятного психологического климата в классных коллективах; приглашения в детские коллективы узких специалистов.
  6. Систематически проводить собрания для родителей обучающихся (законных представителей) по вопросам профилактики эмоционального неблагополучия, суицидальных намерений детей и подростков, обеспечения безопасности несовершеннолетних, информирования о работе кризисных центров, центров психологического сопровождения детей и подростков с обязательной фиксацией хода собрания и обсуждаемого круга вопросов в Протоколе родительского собрания.

1. Регулярно проводить совещания, методические мероприятия с педагогическими работниками по вопросу профилактики суицидального поведения обучающихся школы.
2. Контроль над исполнением приказа оставляю за собой.

Директор Н.С.Полюдченко

|  |  |
| --- | --- |
| 1А Ожегова Татьяна Евгеньевна  1Б Игнатюк Ольга Валениновна  1В Мрыхина Елена Александровна  1Г Ушакова Яна Валерьевна  1Д Красулина Ирина Валентиновна  2А Калуцкая Галина Николаевна  2Б Шешукова Екатерина Николаевна  2В Игнатюк Ольга Валениновна  2Г Якина Лидия Тимофеевна  2Д Семёнова Наталья Александровна  3А Шешукова Екатерина Николаевна  3Б Варфоламеева Лидия Юрьевна  3В Нилова Наталья Викторовна  3Г Шимко Галина Яковлевна  3Д Каширская Наталья Александровна  4А Грехно Кристина Александровна  4Б Токмакова Наталья Юрьевна  4В Красулина Ирина Валентиновна  4Г Ушакова Яна Валерьевна  4Д Каширская Наталья Александровна  5А Коровина Елизавета Владимировна  5 Б Медведева Татьяна Валентиновна  5В Деминова Ольга Станиславовна  5Г Живетьева Ольга Павловна  6А Альшанская Оксана Викторовна  6 Б Лычковская Валерия Викторовна | 6 В Мовчан Елена Анатольевна  6 Г Мисюра Елена Юрьевна  7А Полищук Анна Евгеньевна  7Б Петрова Светлана Леонидовна  7В Черванева Елена Фёдоровна  7Г Зайцева Елена Владимировна  8А Тараскина Светлана Владимировна  8Б Маркова Галина Иннокентьевна  8В Семипятная Яна Александровна  9А Медведева Татьяна Валентиновна  9Б Чугунова Татьяна Витальевна.  9В Арефьева Ирина Александровна  10А Неделько Наталья Аллановна  10 Б Ботез Наталья Сергеевна  11А Силкина Элеонора Владимировна  11Б Головкова Анжелика Николаевна |

Приложение 1 к приказу по школе от 22.01.2021 № 01-12/6

**План мероприятий по профилактике суицидального поведения у детей**

**в МБОУ СОШ № 32 на 2020-2021 учебный год**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Мероприятия | Сроки  проведения | Ответственные |
| 1 | Выявление неблагополучных детей и семей. Методы:   * индивидуальные беседы * анкетирование   Составление списков. | В течении года | Классные руководители |
| 2 | Распространение телефонов доверия с целью профилактики суицидального поведения детей и подростков «Поможем детям!» | Сентябрь, октябрь | Классные руководители,  Ответственный за школьный сайт |
| 3 | Индивидуальное консультирование , родителей (законных представителей), обучающихся | постоянно | Классные руководители |
| 4 | Работа с семьями учащихся, проведение родительского всеобуча | постоянно | Администрация, классные руководители |
| 5 | Посещение на дому неблагополучных семей. | ежемесячно | Классные руководители,  администрация |
| 6 | Тестирование, анкетирование учащихся с целью оказания помощи в экстренных случаях. | Январь-февраль 2021 | Классные руководители |
| 7 | Индивидуальные беседы с учащимися, попавшими в трудную жизненную ситуацию. | Регулярно, в  течение года | Классные руководители,  Администрация, инспектор ПДН |
| 8 | Организация деятельности конфликтной комиссии, направленной на разрешение конфликтов, улучшение отношений в образовательном учреждении | Регулярно, в  течение года | Члены конфликтной комиссии (по приказу) |
| 9 | Оформление выставок, стендов, пропагандирующих ценность человеческой жизни | 1 раз в полугодие | заведующий библиотекой |
| 10 | Организация работы «Родительского клуба»,  тренинг-клуба «Я в мире. Мир вокруг меня» | Регулярно, в  течение года | Педагог доп.образования |
| 11 | МО классных руководителей  « Профилактика семейного неблагополучия и суицидального поведения детей и подростков». | Март 2021 | Руководитель МО классных руководителей |
| 12 | Классные часы:  - «Учимся понимать переживания родных и близких нам людей»;  - «Наши чувства и действия»;  - «Почему трудно признавать свою вину?»;  - «Обидчивость, несдержанность, раздражительность…»;  - «Дружба – главное чудо»;  - «Любовью дорожить умейте»;  - «Поговорим еще раз о любви»;  - «Наша дружная семья»;  -«Дети и родители. Давайте понимать друг друга»; | 1 раз в триместр | Классные руководители |
| 13 | Диагностика:   * уровень конфликтности * уровень агрессии * уровень тревожности * уровень депрессивности | Январь-февраль 2021 | Классные руководители |
| 14 | Конкурс стенгазет «Не навреди здоровью своему» | Март | Классные руководители |
| 15 | Организация работы с учащимися на каникулах | Каникулярный период | Заместитель директора по ВР, Классные руководители, Начальник пришкольного ГОЛ, руководители трудовых отрядов |
| 16 | Тематические родительские собрания «Подростковый суицид» | В течение года | Приглашённые узкие специалисты,  кл. руководители |
| 17 | Международный День семьи | 15.05.2021 | Классные руководители, заместитель директора по ВР |
| 18 | Проведение мероприятий, направленных на профилактику семейного неблагополучия, повышение обязательств родителей по обеспечению надлежащего уровня жизни и развития ребенка.  Проведение тематических классных часов, родительских собраний с привлечением специалистов детских лечебно-профилактических учреждений, наркологических служб, КДН по вопросам выявления и профилактики суицидального поведения в подростковой среде | В течение года | заместитель директора по ВР |
| 19 | Систематическое  информирование обучающихся о возможности получения психологической помощи в учреждении образования, получения анонимной экстренной психологической помощи по «Телефону доверия» или телефону «Горячая линия». Активное использование Интернет-сайтов учреждений образования, информационных стендов и печатных изданий для презентации деятельности социально-педагогической и психологической службы учреждения образования | В течение года | Классные руководители, заместитель директора по ВР |

Приложение № 2 к приказу по школе от 22.01.2021 № 01-12/6

**Комплекс психодиагностических методик**

**дли выявлении группы риска по суицидальному поведению**.

Предлагаемый комплекс психодиагностического инструментария представляет собой комплекс психологических методик и тестов, используемых педагогом для выявления детей группы риска по суицидальному поведению.

**Методика самооценки психических состояний (но Г. Айзенку)**

Инструкции. Предлагаем вам описание различных психических состояний. Если это состояние очень подходит вам, то за ответ ставите я 2 балла; если подходит, но не очень, то — 1 балл; если совсем не подходит — то 0 баллов.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Психическое состояние | Подходит  - 2 балла | подходит, но не очень  — 1 балл | совсем не подходит  — 0 баллов |
| 1 Не чувствую в себе уверенности |  |  |  |
| 2 Часто из-за пустяков краснею |  |  |  |
| 3 Мой сон беспокоен |  |  |  |
| 4 Легко впадаю в уныние |  |  |  |
| 5 Беспокоюсь о только воображаемых еще неприятностях |  |  |  |
| 6 Меня пугают трудности |  |  |  |
| 7 Люблю копаться в своих недостатках |  |  |  |
| 8 Меня легко убедить |  |  |  |
| 9 Я мнительный |  |  |  |
| 10 С трудом переношу время ожидания |  |  |  |
| 11 Нередко мне кажутся безвыходными положения, из которых можно найти выход |  |  |  |
| 12 Неприятности меня сильно расстраивают, я падаю духом |  |  |  |
| 13 При больших неприятностях я склонен без достаточных оснований винить себя |  |  |  |
| 14 Несчастья и неудачи ничему меня не учат |  |  |  |
| 15 Я часто отказываюсь от борьбы, считая ее бесплодной |  |  |  |
| 16 Я нередко чувствую себя беззащитным |  |  |  |
| 17 Иногда у меня бывает состояние отчаяния |  |  |  |
| 18 Чувствую растерянность перед трудностями |  |  |  |
| 19 В трудные минуты жизни иногда веду себя по- детски, хочу, чтобы меня пожалели |  |  |  |
| 20 Считаю недостатки своего характера неисправимыми |  |  |  |
| 21 Оставляю за собой последнее слово |  |  |  |
| 22 Нередко в разговоре перебиваю собеседника |  |  |  |
| 23 Меня легко рассердить |  |  |  |
| 24 Люблю делать замечаний другим |  |  |  |
| 25 Хочу быть авторитетом для окружающих |  |  |  |
| 26 Не довольствуюсь малым, хочу наибольшего |  |  |  |
| 27 Когда разгневаюсь, плохо себя сдерживаю |  |  |  |
| 28 Предпочитаю лучше руководить, чем подчиняться |  |  |  |
| 29 У меня резкая, грубовата» жестикуляция |  |  |  |
| 30 Я мстителен |  |  |  |
| 31 Мне трудно менять привычки |  |  |  |
| 32 Нелегко переключаю внимание |  |  |  |
| 33 Очень настороженно отношусь ко всему новому |  |  |  |
| 34 Меня трудно переубедить |  |  |  |
| 35 Нередко у меня не выходят из головы мысли, от которых следовало бы освободиться |  |  |  |
| 36 Нелегко сближаюсь с людьми |  |  |  |
| 37 Меня расстраивают даже незначительные нарушения плана |  |  |  |
| 38 Нередко я проявляю упрямство |  |  |  |
| 39 Неохотно иду на риск |  |  |  |
| 40 Резко переживаю отклонения от принятого мною режима |  |  |  |

**Интерпретация тестирования**

Подсчитайте сумму баллов за каждую из 4 групп вопросов.

1. **Тревожность (вопросы 1-10)**

0-7 баллов Низкая тревожность

8-14 баллов Тревожность средняя, допустимого уровня

15-20 баллов Высокая тревожность

2. **Фрустрация (вопросы 11 -20)**

0-7 баллов Вы имеете высокую самооценку, устойчивы к неудачам и не боитесь трудностей

8-14 баллов Средний уровень, фрустрация имеет место

* 1. аллов У вас низкая самооценка, вы избегаете трудностей, боитесь неудач

**3.Агрессивность (вопросы 21-30)**

0-7 баллов Вы спокойны, выдержанны

8-14 баллов Средний уровень

15-20 баллов Вы агрессивны, невыдержанны. Есть трудности в работе с людьми

**4. Ригидность (вопросы 31-40)**

0-7 баллов Ригидности нет, легкая переключаемость

8-14 баллов Средний уровень

15-20 баллов Сильно выраженная ригидность, вам противопоказаны резкие изменения в жизни (учебе,

работе, семье)

Приложение № 2 к приказу по школе от 22.01.2021 № 01-12/6

**Шкала депрессии Зунге (Т.И.Балашовой)**

**№ Утверждения Никогда-1; Иногда-2; Часто-3; Постоянно-4.**

1. Я чувствую подавленность 1 2 3 4

2. Утром я чувствую себя лучше всего 4 3 2 1

3. У меня бывают периоды плача или близости к слезам 1 2 3 4

4. У меня плохой ночной сон 1 2 3 4

5. Аппетит у меня не хуже обычного 4 3 2 1

6. Мне приятно общаться с привлекательными лицами противоположного пола 4 3 2 1

7. Я замечаю, что теряю вес 1 2 3 4

8. Меня беспокоят расстройства желудочно-кишечного тракта 1 2 3 4

9. Сердце бьется быстрей, чем обычно 1 2 3 4

10. Я устаю без всяких причин 1 2 3 4

11. Я мыслю так же ясно, как всегда 4 3 2 1

12. Мне легко делать то, что я умею 4 3 2 1

13. Чувствую беспокойство и не могу усидеть на месте 1 2 3 4

14. У меня есть надежды на будущее 4 3 2 1

15. Я более раздражителен, чем обычно 1 2 3 4

16. Мне легко принимать решения 4 3 2 1

17. Я чувствую, что полезен и необходим людям 4 3 2 1

18. Я живу достаточно полной жизнью 4 3 2 1

19. Я чувствую, что другим людям станет лучше, если я умру 1 2 3 4

20. Меня до сих пор радует то, что радовало и всегда 4 3 2 1

Обработка и интерпретация результатов теста

**Уровень депрессии (УД) рассчитывается как сумма всех зачеркнутых цифр:**

• Если УД не более 50 баллов, то диагностируется состояние без депрессии.

• Если УД от 50 до 59 баллов, то делается вывод о легкой депрессии ситуативного или невротического генеза.

• Показатель УД от 60 до 69 баллов - субдепрессивное состояние или маскированная депрессия.

• Истинное депрессивное состояние диагностируется при УД более 70 баллов

**Шкала депрессии Э. Бека**

**(для старшеклассников с 9 по 11 класс)**

ИНСТРУКЦИЯ. Вам предлагается ряд утверждений. Выберите одно утверждение в каждой группе,

которое лучше всего описывает Ваше состояние за прошедшую неделю, включая сегодняшний день.

Обведите кружком соответствующую букву (номер) утверждения, которое Вы выбрали. Если в группе

несколько утверждений в равной мере хорошо описывают Ваше состояние, обведите каждое из них.

Прежде чем сделать выбор, внимательно прочтите все утверждения в каждой группе.

1

а. - я чувствую себя хорошо;

б. - мне плохо;

в. - мне все время грустно, и я ничего не могу с собой поделать;

г. - мне так скучно и грустно, что я не в силах больше терпеть.

2

а. - будущее не пугает меня;

б. - я боюсь будущего;

в. - меня ничто не радует;

г. - мое будущее беспросветно.

3

а. - в жизни мне большей частью везло;

б. - неудач и провалов было у меня больше, чем у кого-либо другого;

в. - я ничего не добился в жизни;

г. - я потерпел полное фиаско - как родитель, партнер, ребенок, на профессиональном уровне -словом, всюду.

4

а. - не могу сказать, что я не удовлетворен;

б. - как правило, я скучаю;

в. - что бы я ни делал, ничто меня не радует, я как заведенная машина;

г. - меня не удовлетворяет абсолютно все;

5

а. - у меня нет ощущения, будто я кого-то обидел;

б. - может, я и обидел кого-то, сам того не желая, но мне об этом ничего не известно;

в. - у меня такое чувство, будто я всем приношу только несчастья;

г. - я плохой человек, слишком часто я обижал других людей.

6

а. - я доволен собой;

б. - иногда я чувствую себя несносным;

в. - порой я испытываю комплекс неполноценности;

г. - я совершенно никчемный человек.

7

а. - у меня не складывается впечатление, будто я совершил нечто такое, что заслуживает

б. - я чувствую, что наказан или буду наказан за нечто такое, чему стал виной;

в. - я знаю, что заслуживаю наказания;

г . - я хочу, чтобы жизнь меня наказала;

8

а. - я никогда не разочаровывался в себе;

б. - я много раз испытывал разочарование в самом себе;

в. - я не люблю себя;

г. - я себя ненавижу.

9

а. - я ничем не хуже других;

б. - порой я допускаю ошибки;

в. - просто ужасно, как мне не везет;

г. - я сею вокруг себя одни несчастья.

10

а. - я люблю себя и не обижаю себя;

б. - иногда я испытываю желание сделать решительный шаг, но не отваживаюсь;

в. - я подумываю о том, что жизнь бесполезна;

г. - лучше было бы вовсе не жить.

11

а. - у меня нет причин плакать;

б. - бывает, что я и поплачу;

в. - я плачу теперь постоянно, так что не могу выплакаться;

г. - раньше я плакал, а теперь как-то не выходит, даже когда хочется.

12

а. - я спокоен;

б. - я легко раздражаюсь;

в. - я нахожусь в постоянном напряжении, как готовый взорваться паровой котел;

г. - мне теперь все безразлично; то, что раньше раздражало меня, сейчас будто бы меня не касается.

13

а. - принятие решения не доставляет мне особых проблем;

б. - иногда я откладываю решение на потом;

в. - принимать решение для меня проблематично;

г. - я вообще никогда ничего не решаю.

14

а. - бывать на людях для меня так же приятно, как и раньше;

б. - мне приходится заставлять себя встречаться с людьми;

в. - у меня нет никакого желания бывать в обществе;

г. - я нигде не бываю, люди не интересуют меня, меня вообще не волнует ничто постороннее.

15

а. - мне не кажется, будто я выгляжу плохо или хуже, чем прежде;

б. - меня волнует, что я неважно выгляжу;

в. - я выгляжу плохо;

г. - я безобразен, у меня просто отталкивающая внешность.

16

а. - совершить поступок - для меня не проблема;

б. - мне приходится заставлять себя, чтобы сделать какой-либо важный в жизни шаг;

в. - чтобы решиться на что-либо, я должен очень много поработать над собой;

г. - я вообще не способен что-либо реализовать.

17

а. - я сплю спокойно и хорошо высыпаюсь;

б. - по утрам я просыпаюсь более утомленным, чем был до того, как заснул;

в. - я просыпаюсь рано и чувствую себя невыспавшимся;

г. - иногда я страдаю бессонницей, иногда просыпаюсь по несколько раз за ночь, в общей сложности я сплю не более пяти часов в сутки.

18

а. - у меня сохранилась прежняя работоспособность;

б. - я быстро устаю;

в. - я чувствую себя уставшим, даже если почти ничего не делаю;

г. - я настолько устал, что ничего не могу делать.

19

а. - аппетит у меня такой же, каким он был всегда;

б. - у меня пропал аппетит;

в. - аппетит у меня гораздо хуже, чем прежде;

г. - у меня вообще нет аппетита.

20

а. - мои отношения с противоположным полом сохранились на прежнем уровне;

б. – противоположный пол уже не интересует меня так, как прежде;

в. - сейчас я мог бы спокойно обходиться без общения с противоположным полом;

г. – противоположный пол вообще не интересует меня, я совершенно потерял к ним влечение.

21

а. - я чувствую себя вполне здоровым и забочусь о своем здоровье так же, как и раньше;

б. - у меня постоянно что-то болит;

в. - со здоровьем дело обстоит серьезно, я все время об этом думаю;

г. - мое физическое самочувствие ужасно, болячки просто изводят меня.

ОПРОСНЫЙ ЛИСТ К ТЕСТУ БЕКА

Ф.И.О.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Дата « \_\_\_ »\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 200\_\_\_ г.

№ графы № утверждения № графы № утверждения

1. 12.

2. 13.

3. 14.

4. 15.

5. 16.

6. 17.

7. 18.

8. 19.

9. 20.

10. 21.

11.

Обработка и интерпретация результатов теста Пункты опросника:

1) печаль,

2) пессимизм,

3) ощущение невезучести,

4) неудовлетворенность собой,

5) чувство вины,

6) не любовь к себе,

7) ощущение наказания,

8) самоотрицание,

9) самообвинение,

10) наличие суицидальных мыслей,

11) плаксивость,

12) раздражительность,

13) нерешительность,

14) чувство социальной отчужденности

15) дисморфофобия - психическое расстройство, при котором заболевший крайне озабочен несовершенствами своей внешности, склонен искать в себе несуществующие дефекты и строить свою жизнь вокруг них

16) трудности в работе,

17) бессонница,

18) утомляемость,

19) потеря аппетита,

20) потеря сексуального влечения

21) озабоченность состоянием здоровья

**Ключ к тесту**

**Баллы за ответы начисляются по следующей схеме:**

**Ответ:**

**• «а» - 0 баллов,**

**• «б» - 1 балл,**

**• «в» - 2 балла,**

**• «г» - 3 балла.**

**Суммарный балл:** Менее 9 - отсутствие депрессивных симптомов.

10-18 - легкая депрессия, астено-субдепрессивная симптоматика- это расстройства, которые характеризуются чрезмерной утомляемостью, усталостью после незначительных нагрузок, повышенным восприятием раздражителей (человека раздражает яркий свет, громкие звуки), тревожностью, может быть у соматических больных или невротический уровень.

19-29 - умеренная депрессия, критический уровень.   
30-63 - явно выраженная депрессивная симптоматика, не исключена эндогенность - выраженная форма психического расстройства, при котором отражение реального мира грубо искажено.