


ГБУ Республиканский центр психолого-медико-социального  
сопровождения «Сайзырал»

Директор  «Утверждаю»  
А.З. Монгуш  
от 03.10.2022 г.

**ПРОГРАММА**  
**курса повышения квалификации**  
**«Профилактика суицидального поведения несовершеннолетних**  
**в образовательных организациях»**

*Составитель: Киселева А.В.*

**2022**

## **Пояснительная записка**

По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), в наши дни около 1 миллиона людей ежегодно оканчивают жизнь суицидом; а для возрастной группы от 15 до 29 лет суицид является второй по значимости ведущей причиной смертности.

Самоубийство имеет сложную природу и, как правило, является результатом взаимодействия комплекса биологических, генетических, психологических, социологических, культурных причин в совокупности с факторами окружающей среды. Наиболее восприимчивым к влияниям подобного рода являются подростковый и юношеский возраст. Смерть ребенка – это всегда трагедия, в которую оказываются вовлеченными значительное количество людей: семья, родные, знакомые, друзья, одноклассники, учителя и тд

Исследователи проблем формирования суицидального поведения отмечают, почти каждый, кто всерьез думает о самоубийстве, так или иначе дает понять окружающим о своем намерении. Следовательно, самоубийства можно предотвращать.

Анализируя эффективность программ, направленных на профилактику и предотвращение суицида, в качестве одной из наиболее результативных ВОЗ отмечает программу (технологии) подготовки «вахтеров» - людей, обученных видеть индикаторы суицидального кризиса и оказывать человеку, находящему в кризисном состоянии, «первую» помощь. Изучение данной технологии является одним из приоритетных направлений обучения в рамках нашей программы повышения квалификации.

### **Раздел 1. Характеристика программы**

#### **1.1. Цели реализации программы**

Формирование представлений о структуре профилактической работы, алгоритмах, технологиях и формах профилактики суицидального (аутодеструктивного) поведения обучающихся. Освоение основных форм и закономерностей развития суицидального поведения, изучение индикаторов

аутодеструктивного поведения и индикаторов суицидального кризиса для выявления и предотвращения кризисных проявлений суицидальной направленности, оказания экстренной помощи обучающимся с суицидальным (аутодеструктивным) поведением.

## **1.2. Планируемые результаты обучения**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование и развитие специальных компетенций слушателей:

- использование нормативных правовых актов при организации работы по профилактике аутодеструктивного поведения обучающихся;
- осуществление профилактической деятельности в образовательных организациях;
- способность принимать решения и оказывать экстренную помощь несовершеннолетним с признаками суицидального кризиса.

В результате изучения дисциплины слушатель должен **знать**:

- основные понятия: «аутодеструктивное поведение», «суицид», «демонстративно-шантажное поведение», «специфические индикаторы суицидального кризиса», «неспецифические индикаторы аутодеструктивного поведения», «факторы риска суицидального поведения», «факторы защиты» (протективные факторы);
- социальные, биологические и психологические факторы риска суицидального (аутодеструктивного) поведения, триггеры кризисных состояний;
- основные задачи и принципы деятельности по профилактике суицидального (аутодеструктивного) поведения несовершеннолетних;
- направления деятельности образовательной организации по профилактике суицидального (аутодеструктивного) поведения несовершеннолетних;
- формы и методы работы профилактической работы с несовершеннолетними, их родителями (законными представителями).

В результате изучения дисциплины слушатель должен **уметь**:

- определять индикаторы аутодеструктивного поведения, используя «карту наблюдения»;
- оказывать экстренную помощь обучающимся с выраженными индикаторами риска суицидального кризиса;
- оказывать специализированную психологическую помощь обучающимся с факторами суицидального риска (в рамках функциональных обязанностей).

В результате изучения дисциплины слушатель должен **владеть:**

- навыками снижения напряжения и стабилизации психологического состояния;
- навыками мотивации на обращение за специализированной психологической помощью;
- навыками оказания специализированной психологической помощи (в рамках функциональных обязанностей).

### **1.3. Категории слушателей**

Педагоги-психологи образовательных организаций.

**1.4. Форма обучения:** заочная с применением дистанционных образовательных технологий (онлайн-курс).

**1.5. Срок освоения программы:** 36 ч.

## Раздел 2. Содержание программы

### 2.1. Учебный (тематический) план

№ п/п	Название модулей и тем	Виды учебных занятий и учебных работ			Формы контроля	Трудоемкость, часы
		Всего часов	Онлайн-лекции	Самостоятельная работа		
	<b>Входной контроль</b>	<b>1</b>		<b>1</b>	<b>Тестирование</b>	<b>1</b>
<b>1.</b>	<b>Модуль 1. Суицид как форма аутодеструктивного поведения</b>	<b>17</b>	<b>10</b>	<b>7</b>		<b>17</b>
1.1.	Понятие, виды и этапы суицидального поведения, типология и эпидемиология суицида.	3	2	1		3
1.2.	Особенности суицидального поведения детей и подростков Самоповреждающее поведение в подростковом возрасте.	4	2	2		4
1.3	Подходы, теории и модели суицидального поведения.	3	2	1		3
1.4	«Факторы риска» суицидального поведения и индикаторы суицидального кризиса.	4	2	2		4
1.5	Психические расстройства как причина суицидального поведения	3	2	1		3
<b>2.</b>	<b>Модуль 2. Профилактика суицидального поведения детей и подростков в условиях образовательной организации</b>	<b>17</b>	<b>10</b>	<b>7</b>		<b>17</b>
2.1	Диагностика факторов риска и организация работы по их коррекции	3	2	1		7
2.2	Техники, приемы и принципы экстренной допсихологической помощи в ситуациях суицидального риска	4	2	2		4
2.3	Профилактика суицидального поведения детей и подростков в условиях образовательной организации.	6	4	2		6
2.4	Когнитивно-поведенческая психотерапия в работа с аутодеструктивным поведением.	4	2	2		
	<b>Итоговая аттестация</b>	<b>1</b>		<b>1</b>	<b>Реферат</b>	<b>1</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>36</b>	<b>20</b>	<b>14</b>		<b>36</b>

## **2.2. Содержание программы**

### **Модуль 1. Суицид как форма аутодеструктивного поведения**

#### **1.1.: Понятие, виды и этапы суицидального поведения, типология и эпидемиология суицида.**

Аутодеструктивное поведение: виды, функции, специфика распространенности. Суицид как форма аутодеструктивного поведения. Типология и эпидемиология суицида. Виды и этапы развития суицидального поведения. Актуальная терминология в области суицидологии.

#### **1.2. Особенности суицидального поведения детей и подростков**

Пубертатный кризис и эмоциональная нестабильность. Изменение социальной ситуации развития. Формирование временной перспективы и образа будущего. Склонность к риску. Взаимоотношения с родителями и со сверстниками. Специфика внутренних противоречий. Образ смерти. Особенности суицидального поведения подростков.

Самоповреждающее поведение в детском и подростковом возрасте: причины, функции, механизмы формирования, виды помощи.

#### **1.3. Подходы, теории и модели суицидального поведения.**

Основные подходы, теории и модели суицидального поведения, специфика работы психолога в этих подходах. «Классические теории» суицида: Э. Дюркгейм, З.Фрейд, О. Меннингер. Концепция психической боли Э. Шнейдмана. Интерперсональная модель суицида Т. Джонера. Когнитивная модель суицида А. Бека. Суицид как следствие социально-психологическое дезадаптации: модель А.Г. Амбрумовой (1985). Модель стресс-уязвимости. Мотивационно-волевая теория Р.О' Коннера. Модель суицидального кризиса И.Голынкера. Трехкомпонентная теория суицида И. Клонски. Интегративная модель суицида (Б.С.Положий).

#### **1.4. «Факторы риска» суицидального поведения и индикаторы суицидального кризиса.**

Биологические, социальные и психологические факторы суицидального риска и факторы защиты. Биологические факторы суицидального риска. Социально-экономические факторы риска. «Семейные» факторы риска: родительский перфекционизм, психологическое и физическое насилие, газлайтинг; наказание и жестокое обращение. «Школьные» факторы риска:

буллинг, дидактогении, школьный (экзаменационный) стресс и дистресс, общение со сверстниками.

### **1.5. Психические расстройства как причина суицидального поведения.**

Психическое здоровье. Психические расстройства как причина суицидального поведения. Эндогенные и экзогенные расстройства. Депрессия: мифы, симптомы, особенности проявления у детей и подростков. Пограничное расстройство личности. Биполярное-аффективное расстройство. Как отличить психопатологию от «плохого» поведения.

## **Модуль 2. Профилактика суицидального поведения детей и подростков в условиях образовательной организации**

### **2.1. Диагностика факторов риска и организация работы по их коррекции.**

Использование психологических опросников для диагностики суицидального поведения: достоинства и недостатки. Обзор наиболее используемых методик (опросники А.Бека, Т.Н. Разуваевой, М. Ковак, А Кучера др). Комплексная диагностика факторов риска развития кризисных состояний с суицидальными тенденциями (МГППУ, 2017).

Перманентное наблюдение как высокоэффективный метод профилактики и предотвращения суицидов. Технология работы «вахтеров». Специфические и неспецифические индикаторы суицидального поведения. Индикаторы суицидального кризиса. Карта наблюдения: определение степени суицидального кризиса на основе вербальных и поведенческих индикаторов. Safety plan.

### **2.2. Техники, приемы и принципы экстренной психологической помощи в ситуациях суицидального риска.**

Принципы и стратегии оказания экстренной допсихологической помощи лицам с суицидальным поведением: неотложность, конфиденциальность, поддержка и принятие, избегание неоправданных утешений.

Активное слушание и стимулирование выражение эмоции и чувств: техники и приемы. 5-ти шаговый алгоритм помощи в ситуациях суицидального кризиса. Типовые ошибки при оказании экстренной помощи лицам с суицидальным поведением. Принципы и методы работы с обучающимися при выявлении селфхарма. Эмпатическое слушание. Техники мотивационного консультирования. «План спасения» (Safety plan).

### **2.3. Профилактика суицидального поведения детей и подростков в условиях образовательной организации.**

Общие вопросы организации работы по профилактике суицидального поведения в образовательной организации. Типовые ошибки. Профилактика как компонент воспитательной деятельности образовательной организации, формирование профилактического пространства.

Основные направления работы с родителями: информирование и развитие саморефлексии. Типовые ошибки в работе с родителями. Алгоритмы работы с родителями в ситуациях выявления селфхарма и суицидального поведения ребенка.

Основные направления работы с педагогическим коллективом. Профилактические задачи образовательной организации: законодательная база и нормативно-правовые аспекты. Снижение «школьных» факторов риска суицидального поведения. Алгоритмы профилактической работы классных руководителей.

Профилактическая работа с обучающимися: повышение факторов защиты. Развитие эмоционального интеллекта, временной перспективы («образа будущего»), конструктивных стратегий поведения в стрессовых ситуациях.

Мультикомпонентные программы профилактики аутодеструктивного поведения (стратегии и принципы разработки программ, нормативно-правовая база, обязательные компоненты программы, возможности содержательного наполнения, оценка эффективности; направления корректировки профилактической программы образовательной организации.

**2.4. Когнитивно-поведенческая психотерапия в работа с аутодеструктивным поведением.** Использование методик когнитивно-поведенческой терапии для коррекции тревоги, страхов и депрессивного поведения обучающихся. Дневник сна. Дневник мыслей. Дневник настроения. Работа с иррациональными мыслями. Базовые принципы и возможности использования в условиях образовательной организации методик и техник майндфулнесса.

### **Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы**

Оценка качества освоения слушателями программы включает входной контроль и итоговую аттестацию.

#### **3.1. Входной контроль**

Тест позволяет проверить теоретические знания и практические навыки в области профилактики аутодеструктивного поведения несовершеннолетних и умение определить эффективные стратегии в работе с трудными детьми. В качестве вопросов теста использованы наиболее распространенные мифы о суициде.

1. Люди, говорящие о суициде, не намереваются совершить его:

- A. верно
- B. не верно
- C. необходимо разбираться в ситуации

2. Самоубийство случается без предупреждения.

A. верно, тот, кто действительно хочет совершить самоубийство, ни коим образом не сообщает об этом

- B. не верно
- C. затрудняюсь ответить на этот вопрос

3. Склонность к самоубийству передается по наследству.

- A. верно
- B. не верно
- C. затрудняюсь ответить на этот вопрос

4. Те, кто совершает суицид, психически больны

- A. верно
- B. не верно
- C. затрудняюсь ответить на этот вопрос

5. Если человек в прошлом совершил суицидную попытку, то больше подобное не повторится

- A. верно

В. не верно

С. затрудняюсь ответить на этот вопрос

6. Разговоры о суициде могут способствовать его совершению.

А. верно

В. не верно

С. затрудняюсь ответить на этот вопрос

7. Употребление алкоголя и наркотиков не имеет отношения к самоубийству

А. верно

В. не верно

С. затрудняюсь ответить на этот вопрос

8. Если человек говорит о самоубийстве, он пытается привлечь к себе внимание.

А. верно

В. не верно

С. затрудняюсь ответить на этот вопрос

9. Все действия подростков во время суицидальной попытки импульсивны и непродуманны.

А. верно

В. не верно

С. затрудняюсь ответить на этот вопрос

10. Хорошие дети не убивают себя и самоубийство не происходит в хороших семьях.

А. верно

В. не верно

С. затрудняюсь ответить на этот вопрос

11. Если ребенок уже решил умереть, его невозможно остановить.

А. верно

В. не верно

С. затрудняюсь ответить на этот вопрос

12. Суицид – это достаточно редкое явление.

- A. верно
- B. не верно
- C. затрудняюсь ответить на этот вопрос

13. Если обратиться к специалисту, ребенка поставят на учет и у него будут проблемы в дальнейшей жизни

- A. верно
- B. не верно
- C. затрудняюсь ответить на этот вопрос

14. Старшеклассники заканчивают жизнь самоубийством из-за ЕГЭ

- A. верно
- B. не верно
- C. затрудняюсь ответить на этот вопрос

15. Современные дети совершают самоубийства потому, что их этому научили в Интернете.

- A. верно
- B. не верно
- C. затрудняюсь ответить на этот вопрос

### **3.2. Итоговый контроль**

#### **Темы рефератов**

1. Суицид как вид аутодеструктивного поведения.
2. Селфхарм как вид аутодеструктивного поведения.
3. «Факторы риска» суицидального поведения (на примере одного из учеников).
4. Как помочь ребенку, если один из родителей совершил суицид.
5. Неспецифические индикаторы суицидального риска.
6. Специфические индикаторы суицидального риска.
7. Факторы риска и индикаторы риска (сходство и различие).
8. Суицидальный кризис и суицидальный риск.

9. «Правильные» и «неправильные» вопросы в беседе с ребенком с индикаторами кризиса суицидального риска.
10. Кризисное состояние: общая характеристика и первая помощь.
11. Техники и приемы стабилизации эмоционального состояния подростка.
12. Стабилизация эмоционального состояния и формирование образа будущего подростка.
13. Мотивационное консультирование при работе с кризисными состояниями.
14. Работа с родителями ребенка, находящегося в кризисном состоянии.
15. Мероприятия в классе после суицида обучающегося.
16. Мероприятия в школе после суицида обучающегося.
17. Мероприятия в школе после нескольких суицидов обучающихся (2-3 на протяжении одного учебного года).
18. Работа с родителем обучающегося с факторами риска аутодеструктивного поведения.
19. Работа с родителем обучающегося, находящимся в состоянии суицидального кризиса.
20. Работа с родителями класса, где произошел суицид.
21. Работа классного руководителя по профилактике суицидального поведения обучающихся.
22. Работа социального педагога по профилактике суицидального поведения обучающихся.
23. Комплексная профилактика аутодеструктивного поведения в образовательной организации.
24. Первичная профилактика суицидального поведения несовершеннолетних.
25. Вторичная профилактика аутодеструктивного поведения несовершеннолетних.



## **Раздел 4. Организационно-педагогические условия реализации программы**

### **4.1. Учебно-методическое обеспечение и информационное обеспечение программы**

#### **Нормативные документы**

- Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних: Федеральный закон от 24 июня 1999 г.
- Методические рекомендации по разработке типовой межведомственной программы по вопросам профилактики суицидального поведения у несовершеннолетних. Министерство Просвещения РФ, 2020.
- Письмо Министерства здравоохранения РФ от 6 марта 2020 г. № 15-2/И/2-2645 О методических рекомендациях «Суицидальное поведение несовершеннолетних (профилактические аспекты)».
- Письмо Министерства просвещения РФ от 21.04.2021 № 07-2180 «О направлении протокола межведомственного совещания по вопросам проведения мероприятий по профилактике суицидального поведения несовершеннолетних».

#### **Литература**

1. Амбрумова А.Г., Тихоненко В.А. Диагностика суицидального поведения. Методические рекомендации, М., 1980.
2. Аутодеструктивное поведение в подростковом возрасте: профилактика и основы психолого-медико-социальной помощи. Методические рекомендации ФГБНУ Центр защиты прав и интересов детей, М. 2020.
3. Всемирная организация здравоохранения. Предотвращая суицид. Глобальный императив. 2014.
4. Банников Г.С., Федунина Н.Ю., Павлова Т.С., Вихристюк О.В., Летова А.В., Баженова М.Д. Ведущие механизмы самоповреждающего поведения у подростков: по материалам мониторинга в образовательных организациях // Консультативная психология и психотерапия. 2016. Том 24. № 3. С. 42–68. doi:10.17759/cpp.2016240304.

5. Кулагина И.Ю., Колюцкий В.Н. Возрастная психология: Полный жизненный цикл развития человека. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. - М.: ТЦ «Сфера», 2001.

6. Суицидальное поведение несовершеннолетних (профилактические аспекты). Методические рекомендации ФГБУ Национальный медицинский исследовательский центр психиатрии и наркологии имени В.П. Сербского Министерства здравоохранения Российской Федерации, М, 2020.

#### **Интернет-ресурсы**

Материалы сайта Министерства просвещения Российской Федерации:  
<http://mon.gov.ru/>.

Федеральный портал «Российское образование»: <http://www.edu.ru/>.

#### **4.2. Материально-технические условия реализации программы**

Для реализации программы необходимо компьютерное и мультимедийное оборудование для использования видео- и аудиовизуальных средств обучения с подключением к сети интернет, пакет слайдовых презентаций (по темам учебной программы).