

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ –
ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ,
МЕДИЦИНСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ ДЕТЯМ
«ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР ДИАГНОСТИКИ И КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ»



«ПРОФИЛАКТИКА ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ»

IV
СБОРНИК ЛУЧШИХ ПРАКТИК
РЕГИОНАЛЬНОГО КОНКУРСА

НОВОСИБИРСК
2020

«Профилактика суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения несовершеннолетних в условиях образовательных организаций, расположенных на территории Новосибирской области»: Сборник материалов победителей четвертого регионального конкурса/отв. ред.: И.В. Меняйло. – Новосибирск, 2020. – 158 с.

В сборнике представлены материалы победителей четвертого регионального конкурса «Профилактика суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения несовершеннолетних в условиях образовательных организаций, расположенных на территории Новосибирской области».

Конкурс проводился в декабре 2020 года в рамках организации деятельности по профилактике девиантного поведения несовершеннолетних в сфере образования Новосибирской области.

Материалы предназначены для широкого круга научных и практических работников образования.

***Публикуется в полном соответствии
с предоставленными авторскими материалами***

СОДЕРЖАНИЕ

*Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Новосибирского района Новосибирской области –
Верх-Тулинская средняя общеобразовательная школа №14*

**ПРОГРАММА ПРОФИЛАКТИКИ ДЕВИАНТНОГО, ДЕЛИНКВЕНТНОГО, СУИЦИДАЛЬНОГО И
АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ «СЕМЬ - Я»**

*Зайкова Татьяна Анатольевна, социальный педагог, тьютор, руководитель ШСП;
Мячина Александра Викторовна, социальный педагог, учитель, классный руководитель;
Ооржак Надежда Юрьевна, педагог – психолог, учитель, классный руководитель 5*

*Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
«Владимировская средняя школа»
Тогучинского района Новосибирской области*

**ОПИСАНИЕ ПРАКТИЧЕСКОГО ОПЫТА ПО ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЕ С
ОБУЧАЮЩИМИСЯ, СКЛОННЫМИ К СУИЦИДАЛЬНОМУ, АДДИКТИВНОМУ И
ДЕЛИНКВЕНТНОМУ ПОВЕДЕНИЮ**

Каленникова Екатерина Николаевна, социальный педагог32

*Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
города Новосибирска
«Средняя общеобразовательная школа № 92»*

**«КОМПЛЕКСНАЯ МОДЕЛЬ ОРГАНИЗАЦИИ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ КАК
ОСНОВНОЕ УСЛОВИЕ ПРОФИЛАКТИКИ ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ,
ДОСТИЖЕНИЯ ВСЕСТОРОННЕГО РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ УЧЕНИКА СОВРЕМЕННОЙ
ШКОЛЫ»**

*Турова Анна Александровна, заместитель директора, педагог – психолог высшей квалификационной
категории42*

*Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Дом детского творчества»
Краснозерского района Новосибирской области*

**ПЛАН-ПРОГРАММА МЕТОДИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ПЕДАГОГОВ КРАСНОЗЕРСКОГО
РАЙОНА ПО ОРГАНИЗАЦИИ ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ**

Рахимова Куммус Аблаевна, методист методического отдела61

*Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Средняя общеобразовательная школа №21 г. Болотного
Болотнинского района Новосибирской области*

**ПРОГРАММА ПРОФИЛАКТИКИ СУИЦИДАЛЬНОГО, АДДИКТИВНОГО И ДЕЛИНКВЕНТНОГО
ПОВЕДЕНИЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ «ВМЕСТЕ МЫ СИЛЬНЕЕ!» НА 2020-2023 ГОДЫ**

Дементьева Валентина Сергеевна, педагог-психолог67

*Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Вознесенская средняя общеобразовательная школа имени Леонида Чекмарёва
Баганского района Новосибирской области*

**ПРОГРАММА ПРОФИЛАКТИКИ СУИЦИДАЛЬНОГО, АДДИКТИВНОГО И ДЕЛИКВЕНТНОГО
ПОВЕДЕНИЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ «У ИСТОКОВ ЗДОРОВЬЯ»**

Петухова Марина Владимировна, социальный педагог 94

*Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
Варламовская средняя общеобразовательная школа
Болотнинского района Новосибирской области*

**ПРОГРАММА ПРОФИЛАКТИКИ ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ
«ЖИЗНЬ В ТВОИХ РУКАХ»**

Хомякова Анастасия Аркадьевна, педагог-психолог 139

*Муниципальное казённое образовательное учреждение
«Лебедевская средняя школа»
Тогучинского района Новосибирской области*

**ПРОЕКТ, НАПРАВЛЕННЫЙ НА ПРОФИЛАКТИКУ ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ
«ПУСТЬ БУДЕТ КРАСИВО»**

Прощалыгина Юлия Александровна, социальный педагог и педагог-психолог 153

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Новосибирского района Новосибирской области –
Верх-Тулинская средняя общеобразовательная школа №14**

**ПРОГРАММА ПРОФИЛАКТИКИ ДЕВИАНТНОГО,
ДЕЛИНКВЕНТНОГО, СУИЦИДАЛЬНОГО И АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ
«СЕМЬ - Я»**

*Зайкова Татьяна Анатольевна, социальный педагог, тьютор, руководитель ШСП;
Мячина Александра Викторовна, социальный педагог, учитель, классный руководитель;
Ооржак Надежда Юрьевна, педагог – психолог, учитель, классный руководитель*

Проблема профилактики отклоняющегося поведения на ранних этапах – одна из самых актуальных для педагогического сообщества. Ведь предотвратить проблему намного легче, чем ее решить. Но за огромным объемом ежедневной работы специалистов сопровождения школы редко удается уделить профилактике должное количество времени.

Еще одним важным моментом профилактики является согласованность действий всех участников образовательного процесса. Нельзя забывать, что в профилактике любых отклонений поведения ребёнка нужно работать с самим ребёнком, его законными представителями и педагогами. Только при таком подходе можно надеяться, что цель профилактической работы будет достигнута.

В нашей школе обучается более 1200 детей с различными образовательными потребностями (обучающиеся с ОВЗ и инвалидностью: задержка психического развития, умственная отсталость, тяжелые нарушения речи, нарушения опорно-двигательного аппарата; одаренные дети; дети с трудностями в обучении и проблемами в поведении) и социальным статусом (разные национальности; замещающие семьи: усыновление, опека, попечительство, приемные семьи; многодетные и малообеспеченные семьи; семьи, находящиеся в социально-опасном положении). Служба психолого-педагогического и социального сопровождения в нашей школе законно имеет авторитет в решении вопросов профилактики всех форм девиантного, аддиктивного, суицидального и делинквентного поведения. В конце каждого учебного года мы делаем анализ основных проблемных тем, с которыми обращаются участники образовательного процесса к специалистам Службы сопровождения школы, классным руководителям, учителям - предметникам, администрации. В 2020 году школа стала участником Федерального проекта «Поддержка семей, имеющих детей». При анализе бланков обратной связи, заполненных со слов родителей (законных представителей) обучающихся, мы сделали вывод о самых востребованных темах обращений:

- Трудности усвоения программы обучения.
- Мотивация к обучению.
- Организация деятельности ребёнка.
- Вопросы по развитию ребёнка (проблемы, ресурсы, возможности).
- Взаимодействие ребёнка со сверстниками.

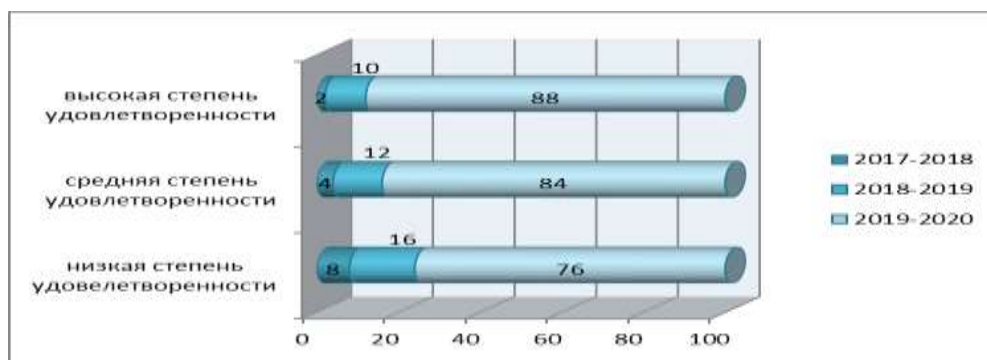
Подобный мониторинг был проведен по результатам обращений к школьному психологу и социальному педагогу обучающимися. Самыми востребованными темами обращения детей стали следующие темы:

- Взаимодействие с одноклассниками, сверстниками.
- Взаимодействие с педагогами.
- Вопросы самопознания, самоопределения.
- Вопросы организации свободного времени.
- Как избавиться от зависимости (игровой, интернет).

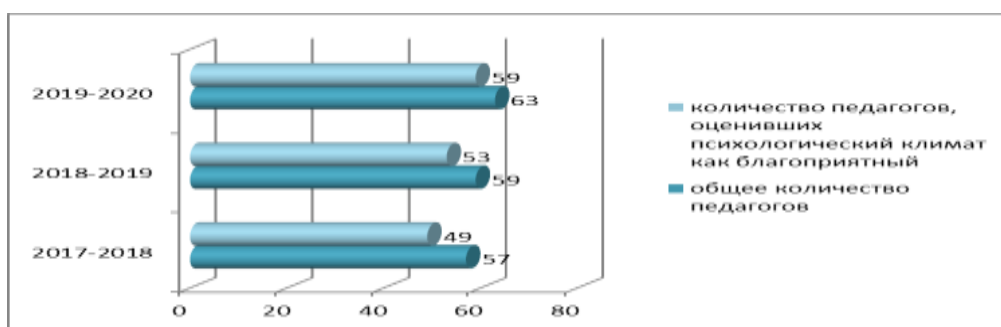
Регулярная организация и анализ результатов таких мониторингов позволяют внести коррективы в план работы специалистов на учебный год и проводить своевременную профилактическую работу на актуальные и востребованные темы для участников образовательного процесса.

Также мы отмечаем положительную оценку своей работы у родительского, педагогического и ученического сообщества.

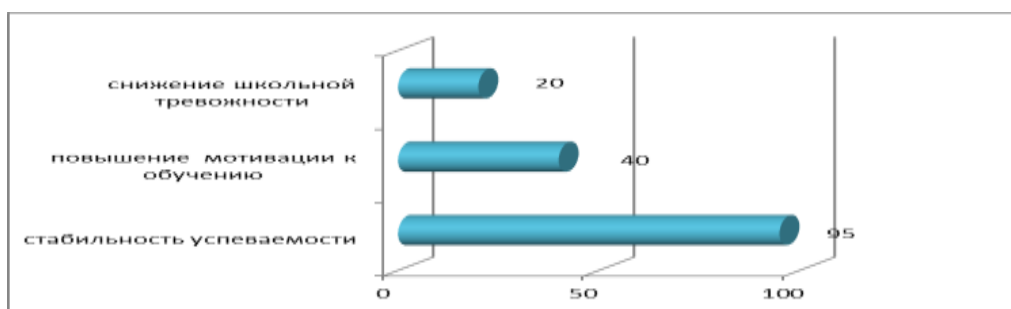
Удовлетворенность обучающихся взаимодействием с учителями



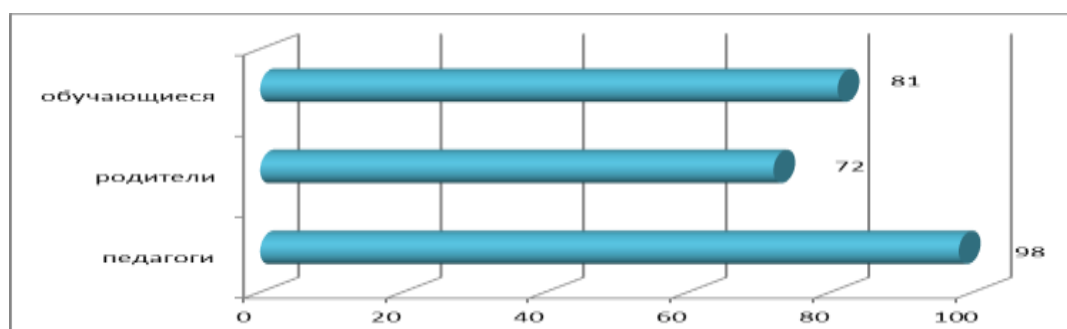
Удовлетворенность педагогических работников психологическим климатом в школе



Сопровождение процессов адаптации 2019-2020 учебный год



Содействие формированию психологической безопасности образовательной среды. Ощущение комфортности в школе 2019-2020 учебный год



Имеющийся опыт профилактической и коррекционной работы было решено оформить в общую программу профилактики девиаций различного вида. Объединение методов и приемов работы школьного педагога – психолога и социального педагога – одно из самых важных преимуществ данной программы. Изначально цель деятельности этих специалистов Сопровождения различная, но при детальном рассмотрении профессиональных задач и общих тенденций профилактики, мы

поняли, что работать необходимо сообща. Реализация такой программы будет способствовать объединению усилий всех специалистов для достижения цели ранней профилактической работы.

Программа предназначена для родителей (законных представителей) обучающихся, для несовершеннолетних в возрасте 6-18 лет, педагогов образовательного учреждения. Занятия разбиты на тематические разделы. В каждом разделе есть блок для обучающихся, их родителей (законных представителей), есть отдельный раздел для педагогов и отдельный раздел, посвященный совместным занятиям детей и родителей.

Цель программы: создание условий для гармонизации детско-родительских отношений.

Задачи программы:

- создать условия для конструктивного диалога между ребенком и родителем;
- предоставить возможность раскрытия личности каждого участника, проявлению себя, своих чувств, эмоций и мыслей;
- способствовать обогащению эмоционального мира родителей и детей;
- содействовать повышению самооценки детей, приобретению ими чувства собственной значимости;
- отрабатывать навыки конструктивного взаимодействия;
- обучать участников группы социально приемлемому реагированию в конфликтных ситуациях и умению корректировать свое поведение;
- предоставить детям и родителям возможность улучшить внутрисемейные отношения.

Принципы, лежащие в основе программы:

- Акцент на эмоциональной стороне отношений детей и родителей.
- Вариативность содержания, форм и методов работы с родителями и детьми.
- Учет личностного опыта родителей, ориентация на актуальные, значимые проблемы развития и воспитания детей в семье.

Описанный вариант программы предполагает занятия с родителями и их детьми, с периодичностью один раз в неделю отдельно по каждому разделу, каждое занятие рассчитано на 1—2 часа. В группу для одного занятия может входить от 5 до 25 человек. Формирование групп происходит на добровольной основе.

Ожидаемые результаты реализации программы:

В результате реализации программы ожидается стабилизация позитивного психологического климата в семье, снижение уровня конфликтности в детско-родительских отношениях, поддержка семейного благополучия, обеспечение развития положительных тенденций во внутрисемейных отношениях, возможность улучшить внутрисемейные отношения, формирование умений конструктивно разрешать возникающие трудные ситуации в общении, обучении, межличностном взаимодействии. Нам важно достигнуть цели не только ранней профилактики отклонений в поведении детей, но прежде всего, создать условия для комфортного взаимодействия родителя и ребёнка с привлечением педагогов школы.

Методы отслеживания эффективности:

- промежуточное и итоговое тестирование родителей и обучающихся;
- наблюдение, анкетирование, интервьюирование;
- анализ мероприятий программы.
- формы реализации
- практические занятия;
- тренинговые занятия;
- интерактивные уроки;
- лектории;
- индивидуальные консультации;
- круглые столы;
- диспуты;
- анкетирование;
- опросы;
- социально-психологическая диагностика;
- методы психокоррекции.

При реализации программы используются следующие приемы.

Перечень применяемых технологий, методик, диагностик:

№	Наименование	Содержание
1.	Здоровьесберегающие технологии	Дыхательная гимнастика, динамические элементы, подвижные игры, релаксация
2.	Базовые технологии психолого–педагогического сопровождения	Технология проектирования психолого-педагогических программ, технологии психологического просвещения и информирования (мастер-классы, анализ проблемных ситуаций, деловые игры, лектории, кейсы, собрания); технологии психоконсультирования; технологии психопрофилактики (семинары, ролевые игры, дискуссии, тренинги и занятия по профилактике суицидального риска и девиантного поведения); технологии психологической коррекции и развития (сказкотерапия, песочная терапия, изо-терапия; тренинговые технологии, игровые технологии, технологии обучающих игр, примирительные встречи, круг доверия).
3.	Информационно-коммуникационные технологии	Методы компьютерной диагностики, методы мультимедийные технологии, видео, буклеты, почта доверия, публикации.
4.	Интерактивные методы	Дебаты, дискуссии, мозговой штурм, кейс-стадии, тренинги, круглые столы, мастер-классы.
5.	Методики психологической диагностики	Диагностика психологического климата классного коллектива, диагностика уровня учебной мотивации, опросы, анкетирование

Итоги апробации:

Мы планируем начать реализацию данной программы с января 2021 года. Но уже на сегодняшний день есть итоги по реализации отдельных тем, включенных в разделы программы. Хотелось бы поделиться наблюдениями по итогам проведения некоторых мероприятий программы.

Факторы, препятствующие эффективной работе:

- ожидание быстрого и легкого успеха (желание быстро найти легкие ответы на трудные вопросы);
- отсутствие опыта группового взаимодействия, неотработанность поставленной задачи с точки зрения личностной значимости для родителей;
- трудности в налаживании коммуникаций между друг другом (закрытость родителей);
- редкость и кратковременность такой работы; завышенные и нереалистические ожидания от психолога;
- неэффективно сформированные группы (в частности, наличие в группе конфликтующих сторон).

Другая трудность организаций работы с родителями заключается в том, что родители-взрослые Люди, которые имеют свои взгляды, закреплённые в «генах», стереотипы, например, такие, как: «я и так все знаю», «чему Вы можете меня научить, я Вас старше, воспитание - не мужское дело», «Вы психолог, Вы и занимайтесь» и др.

Встречаются трудности, связанные с предоставлением теоретического материала. Родители приходят на занятия с разным уровнем профессиональной подготовки, знаний, разной степенью заинтересованности в работе. Иногда просто не хватает времени, чтобы найти для изложения теории общую платформу. Лучше всего теория усваивается в интеграции с практикой. Через практические упражнения, задания родители лучше усваивают и интегрируют теоретический материал.

Основная функция психолога в работе с семьей - поддержка и помощь. Преобладание контрольно-оценочных действий психолога может оттолкнуть родителей от взаимодействия с психологом. Практически каждый из родителей имеет свою точку зрения. Он рассчитывает на то, что его услышат, а предложения встретят заинтересованно. Любой из родителей, внесший свой вклад в осуществление какого-либо проекта или идеи, имеет право на признание и поощрение. Непосредственно видимые результаты действий повышают интерес к совместной работе. Родители остро реагируют, если их старания и полученные результаты приводят к тому, что, их больше загружают. Так «убивают» инициативу. Свобода выбора (пространство для инициативы) - необходимое условие успешного общения с педагогом и психологом. Большинство родителей стремится в процессе взаимодействия с психологом приобрести новые знания. Повышенные требования, дающие шанс дальнейшего развития,

принимаются охотнее, чем заниженные. Если информация примитивна, ниже возможностей или уровня развития родителей, интерес пропадает.

Перспективы развития:

Мы полагаем, что реализация программы даст положительный результат на итоги профилактической работы в нашем образовательном учреждении. Комплексный и системный подход педагога-психолога и социального педагога для решения задачи профилактики и создания гармоничных внутрисемейных отношений – отличное решение для всех родителей, нуждающихся в решении этой задачи. Также нельзя забывать, что в последнее время много внимания уделяется вопросам создания благоприятного психологического климата в образовательной организации. Реализация данной программы не ставит себе такой цели, но очевидно, что при грамотном подходе специалистов, такие условия будут однозначно созданы. Еще одним важным преимуществом программы является ее мобильность и автономность. Специалисты Службы сопровождения могут заниматься реализацией одного блока все вместе или по отдельности. Таким образом, одновременно может идти работа разных специалистов по трём направлениям – для всех, заинтересованных родителей, обучающихся или педагогов.

В перспективе мы рассматриваем возможность реализовывать мероприятия программы не только в условиях нашего образовательного учреждения, но также для организаций нашего района и области. Тема профилактики важна и актуальна, а система взаимодействия специалистов не всегда организована на необходимом уровне.

Тематическое планирование:

№ п/п	Название разделов и тем	Кол-во часов		
		Всего	Занятия	
			Теоритические	Практические
Раздел 1. Профилактика суицидального поведения				
1.1. Занятия с несовершеннолетними				
1	Тренинговое занятие «Формирование позитивного мышления»	2		2
2	Квест – игра «Жизнь».	2		2
3	Тренинговое занятие «Цветок –ЛОТОС»	2		2
4	Тренинговое занятие «Самооценка»	2		2
5	Тренинговое занятие «Достижения Я»	2		2
6	Тренинговое занятие «Мои цели на будущее»	2		2
1.2. Занятия с родителями (законными представителями) несовершеннолетнего				
1	Тренинговое занятие «Знакомство. Я – это я!»	2		2
2	Тренинговое занятие «Путешествие во времени»	2		2
3	Тренинговое занятие «Путешествие во времени»	2		2
4	Тренинговое занятие «Создаем портрет нашей семьи»	2		2
5	Тренинговое занятие «Дом моей мечты»	2		2
Раздел 2. Обучение навыкам бесконфликтного общения				
2.1. Занятия с несовершеннолетними				
1	ШСП «ЛОТОС»- «Учимся преодолевать конфликты»	1		1
2	ШСП «ЛОТОС» Тренинговое занятие «Уважение к себе и другим»	2		2
3	ШСП «ЛОТОС» - «Круг ценностей»	2		2
4	Тренинговое занятие «Семья – моя опора»	2		2
5	Тренинговое занятие «Отношения с родителями»	2		2
6	Тренинговое занятие «Я в моей родительской семье»	2		2

7	Тренинговое занятие «Мотивы плохого поведения. Причины спокойного непослушания»	2		2
8	Тренинговое занятие «Правила выражения чувств. Виды поощрения»	2		2
9	«Что я чувствую сейчас?» интерактивный урок о чувствах и эмоциях	2	2	
10	«Способы управления своими чувствами и эмоциями» интерактивный практикум	2	1	1
2.2. Занятия с родителями				
1	Лекторий «Как общаться с детьми»	1	1	
2	Лекторий «Психология подростка»	1	1	
3	Лекторий «Семейные прогулки на природу как важный фактор воспитания детей»	1	1	
4	Лекторий «Как родителям завоевать у детей авторитет»	1	1	
5	Лекторий «Поощрения и наказания детей в семье»	1	1	
6	Тренинговое занятие «Я и мой ребенок – поиски взаимопонимания»	2		2
7	Тренинговое занятие «Дерево корнями в прошлое»	2		2
8	Коррекционное занятие «Гармония в семье»	2		2
9	Тренинговое занятие «Умение понимать друг друга»	2		2
10	Диспут «Агрессия и обиды»	1		1
11	Коррекционное занятие «Учимся доверять и понимать друг друга»	1		1
12	Тренинговое занятие «Как управлять своими эмоциями»	2		2
13	ШСП «ЛОТОС» - семейная конференция.	2		2
Раздел 3. Профилактика неуспеваемости обучающихся				
3.1. Занятия с обучающимися				
1	«Что помогает мне учиться?» практическое занятие	2	1	1
2	«Интеллект-карта как способ решения проблем в обучении» мастер-класс	1		1
3	«Способы развития памяти, внимания, мышления» практическое занятие	2	1	1
4	«Методы и приёмы работы с текстом» практическое занятие	2	1	1
5	«Формирование внутренних мотивов обучения» - тренинговое занятие	1		1
6	«Планирование – залог успешной учёбы даже в дистанционном режиме» - мастер-класс	1		1
3.2. Занятия с родителями				
1	«Теория поколений - новые способы работы с информацией» - лекторий	1	1	
2	«Как говорить, чтобы слушали» - лекторий	1	1	
3	«Тайм-менеджмент – теория управления и планирования» - мастер - класс	2	1	1
Раздел 4. Работа с папами				
1	Лекторий «Роль папы в воспитании - сына»	1		1
2	Лекторий «Роль папы в воспитании – дочери»	1		1
Раздел 5. Работа с мамами				
1	Лекторий «Роль мамы в воспитании – сына»	1		1

2	Лекторий «Роль мамы в воспитании – дочери»	1		1
Раздел 6. Работа с педагогическим коллективом				
1	Swot-анализ.	1	1	
2	Тренинговое занятие «Цветок – ЛОТОС»	1		1
3	Круглый стол «Теория поколений»	2	1	1
4	Лекторий с элементами практики «Сенсорное планирование изменит Вашу жизнь навсегда»	2	1	1
5	Лекторий с элементами практики «Способы расслабления»	2	2	
6	Лекторий с элементами практики «Как говорить, чтобы слушали»	2	2	
7	Занятие по программе «Я люблю тебя, жизнь»	18	8	10
Раздел 7. Совместные занятия с несовершеннолетними и их родителями (законными представителями)				
1	Тренинговое занятие «Ролевая маска»	2		2
2	Swot-анализ.	1		1
3	Метод Toyota – «Пять почему и одно зачем?»	1		1
4	Тренинговое занятие «Цветок – ЛОТОС»	2		2
5	Тренинговое занятие «Измени позицию»	2		2
6	Тренинговое занятие «Дерево корнями в прошлое»	2		2
7	Коррекционное занятие «Гармония в семье»	2		2
8	Тренинговое занятие «Умение понимать друг друга»	2		2
9	Диспут «Агрессия и обиды»	1		1
10	Коррекционное занятие «Учимся доверять и понимать друг друга»	1		1
11	ШСП «ЛОТОС» - семейная конференция.	2		2
	ИТОГО:	107	22	85

Содержание разделов

Раздел 1 Профилактика суицидального поведения

Цель: обеспечение системного, комплексного, скоординированного социального и психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса, направленного на профилактику суицидального поведения учащихся.

Задачи:

- выявить детей, нуждающихся в незамедлительной помощи и защите и оказать экстренную первую помощи, обеспечить безопасность ребенка, снять стрессовое состояние;
- изучить особенности социального и психолого-педагогического статуса каждого учащегося с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих в психическом состоянии, общении, развитии и обучении;
- создать систему социальной и психолого-педагогической поддержки учащихся разных возрастных групп в воспитательно-образовательном процессе школы и в период трудной жизненной ситуации;
- создать условия для привития существующих в обществе социальных норм поведения, формирования детского милосердия, развития ценностных отношений в социуме;
- создать условия для формирования позитивного образа Я, уникальности и неповторимости не только собственной личности, но и других людей.

Формы реализации:

Ооржак Н.Ю. - педагог – психолог: Тренинговое занятие «Самооценка», Тренинговое занятие «Достижения Я», Тренинговое занятие «Мои цели на будущее», Тренинговое занятие «Знакомство. Я – это я!»;

Зайкова Т.А. - социальный педагог: Тренинговое занятие «Формирование позитивного мышления», Тренинговое занятие «Цветок – ЛОТОС», Тренинговое занятие «Путешествие во времени»;

Мячина А.В. - социальный педагог: Квест – игра «Жизнь», Тренинговое занятие «Создаем портрет нашей семьи», Тренинговое занятие «Дом моей мечты».

Раздел 2 Обучение навыкам бесконфликтного общения

Цель: формирование навыков бесконфликтного общения.

Задачи:

- знакомство учащихся с основами бесконфликтного общения;
- формирование представлений о различных вариантах человеческого общения;
- ознакомление с понятиями «конфликт», «компромисс», «сотрудничество», «медиация»;
- развитие познавательного интереса учащихся;
- развитие таких личностных качеств, как рефлексия, эмпатия, толерантность.
- воспитание уважительного отношения к окружающим людям;
- формирование социально одобряемых форм поведения.

Формы реализации:

Ооржак Н.Ю. - педагог–психолог: Тренинговое занятие «Отношения с родителями», Тренинговое занятие «Я в моей родительской семье», Тренинговое занятие «Мотивы плохого поведения. Причины спокойного непослушания», Тренинговое занятие «Правила выражения чувств. Виды поощрения», Лекторий «Психология подростка», Лекторий «Поощрения и наказания детей в семье», Коррекционное занятие «Гармония в семье», Коррекционное занятие «Учимся доверять и понимать друг друга»;

Зайкова Т.А. - социальный педагог ШСП «ЛОТОС»- «Учимся преодолевать конфликты», ШСП «ЛОТОС» Тренинговое занятие «Уважение к себе и другим», ШСП «ЛОТОС» - «Круг ценностей», Лекторий «Как общаться с детьми», Лекторий «Как родителям завоевать у детей авторитет», Тренинговое занятие «Я и мой ребенок – поиски взаимопонимания», Тренинговое занятие «Умение понимать друг друга», Диспут «Агрессия и обиды», ШСП «ЛОТОС» - семейная конференция;

Мячина А.В. - социальный педагог: Тренинговое занятие «Семья – моя опора», Что я чувствую сейчас?» интерактивный урок о чувствах и эмоциях, «Способы управления своими чувствами и эмоциями» интерактивный практикум, Лекторий «Семейные прогулки на природу как важный фактор воспитания детей», Тренинговое занятие «Дерево корнями в прошлое», Тренинговое занятие «Как управлять своими эмоциями».

Раздел 3. Профилактика неуспеваемости обучающихся

Цель: принятие комплексных мер, направленных на повышение успеваемости и качества знаний учащихся.

Задачи:

- создание условий для успешного усвоения учащимися учебных программ;
- отбор педагогических технологий для организации учебного процесса и повышение мотивации у слабоуспевающих учеников;
- реализация разноуровневого обучения;
- изучение особенностей слабоуспевающих учащихся, причин их отставания в учебе и слабой мотивации;
- формирование ответственного отношения учащихся к учебному труду;
- определение путей и средств для предупреждения неуспеваемости и преодоления «второгодничества».

Формы реализации:

Ооржак Н.Ю. - педагог–психолог: «Интеллект-карта как способ решения проблем в обучении» мастер-класс, «Формирование внутренних мотивов обучения» тренинговое занятие, «Как говорить, чтобы слушали» лекторий;

Зайкова Т.А. - социальный педагог: «Способы развития памяти, внимания, мышления» практическое занятие, «Планирование – залог успешной учёбы даже в дистанционном режиме» - мастер-класс, «Теория поколений - новые способы работы с информацией» лекторий;

Мячина А.В. - социальный педагог: Что помогает мне учиться?» практическое занятие, «Методы и приёмы работы с текстом» практическое занятие, «Тайм-менеджмент – теория управления и планирования» - мастер – класс.

Раздел 4. Работа с папами

Цель: максимальное сближение интересов отцов по формированию развития личности

Задачи:

- организация и совместное проведение досуга детей и пап;
- пропаганда опыта успешного семейного воспитания, профилактики неверных действий по отношению к своему сыну или дочери со стороны отца;

- преодоление родительских стереотипов воспитания;
- выработка новых форм взаимодействия с ребенком.

Формы реализации:

Ооржак Н.Ю. - педагог–психолог: Лекторий «Роль папы в воспитании – сына».

Зайкова Т.А. - социальный педагог: Лекторий «Роль папы в воспитании – дочери».

Раздел 5. Работа с мамами

Цель: установление доверительных отношений между мамой и детьми.

Задачи:

- способствовать повышению уровня психолого-педагогических знаний родителей;
- дать знания о сотрудничестве с детьми через понимание и принятие эмоционального мира ребенка;
- создать условия для преодоления родительских стереотипов воспитания;
- содействовать выработке новых форм взаимодействия с ребенком.

Формы реализации:

Ооржак Н.Ю. - педагог–психолог: Лекторий «Роль мамы в воспитании – сына».

Зайкова Т.А. - социальный педагог: Лекторий «Роль мамы в воспитании – дочери».

Раздел 6. Работа с педагогическим коллективом

Цель: обеспечение методической поддержки профессиональной деятельности классных руководителей и педагогов-предметников.

Задачи:

- совершенствование и повышение эффективности воспитательной работы в школе;
- помощь классным руководителям в овладении новыми педагогическими технологиями воспитательного процесса;
- повышение творческого потенциала педагогов с учетом их индивидуальных способностей;
- оказание практической помощи педагогам в организации воспитательной работы с учащимися.

Формы реализации:

Ооржак Н.Ю. - педагог–психолог: Лекторий с элементами практики «Способы расслабления», Круглый стол «Теория поколений».

Зайкова Т.А. - социальный педагог: Тренинговое занятие «Цветок – ЛОТОС», Лекторий с элементами практики «Сенсорное планирование изменит Вашу жизнь навсегда», Работа по программе «Я люблю тебя, жизнь»;

Мячина А.В. - социальный педагог Swot–анализ, Лекторий с элементами практики «Как говорить, чтобы слушали».

Раздел 7. Совместные занятия с несовершеннолетними и их родителями (законными представителями)

Цель: повышение психолого-педагогической компетентности родителей (законных представителей) в вопросах воспитания и развития детей и подростков.

Задачи:

- актуализация в родительской среде темы построения гармоничных межличностных отношений в семье;
- актуализация нравственного начала в семейных и детско-родительских отношениях;
- формирование представлений в родительской среде о позитивном стиле семейного взаимодействия и воспитания;
- создание условий для формирования представлений о традиционных духовно-нравственных ценностях и осознания важности опоры на них при развитии семьи и воспитании детей;
- создание условий для понимания необходимости построения гармоничных, конструктивных, доверительных, поддерживающих взаимоотношений внутри семьи для здоровья каждого из ее членов;
- формирование представлений об ответственности родителя за развитие здоровой личности ребенка;
- формирование психологической компетентности как важного ресурса для построения гармоничных внутрисемейных отношений и воспитания здоровых детей.

Формы реализации:

Ооржак Н.Ю. - педагог–психолог: Тренинговое занятие «Измени позицию», Коррекционное занятие «Гармония в семье», Коррекционное занятие «Учимся доверять и понимать друг друга»;

Зайкова Т.А. - социальный педагог: Тренинговое занятие «Цветок – ЛОТОС», Тренинговое занятие «Умение понимать друг друга», Диспут «Агрессия и обиды», ШСП «ЛОТОС» - семейная конференция;

Мячина А.В. - социальный педагог: Тренинговое занятие «Ролевая маска», Swot –анализ, Метод Toyota – «Пять почему и одно зачем?».

Список литературы:

1. Азбука здоровья Методическое пособие по основам анитрессовой грамотности для родителей и детей.
2. Айхорн А. Трудный подросток. - М.: Апрель Пресс, Изд-во ЭКСО - Пресс, 2001. - 304 с. (Серия «Как стать психологом»).
3. Антонова С.В. Как сохранить ребенка при разводе. Маленькие подсказки для родителей. М. 2008.
4. Б. М. Бим-Бад, доктор педагогических наук, профессор, академик РАО. В. С. Лысенко, кандидат философских наук. «Семейная педагогика».
5. Баркан А. Практическая психология для родителей или Как научиться понимать своего ребенка. М. 2000.
6. Богачкина Н.А. Как преодолеть детскую застенчивость./ Р.Н. Сиренко, Н.А. Богачкина; худож. П.В. Зарослов. - Ярославль: Академия развития, 2007. - 224 с.
7. Брызгунов И.П., Касатикова Е.В. Непоседливый ребенок или все о гиперактивных детях. М. 2002.
8. Владиславский В. Все начинается с детства. М. 1989
9. Городилова В.И., Кудрявцева М.З. Чтение и письмо.
10. Дмитриева В.Г. 200 развивающих игр и упражнений от рождения до школы \В.Г. Дмитриева, О.А. Новиковская. - М.: АСТ; СПб.: Сова, 2007. - 95 с.
11. Ефимов О.И. Школьные проблемы. Для умных родителей, врачей и педагогов. М.-СПб 2004.
12. Заслуженный В.С., Семиченко Д.А. Родители и дети. Взаимопонимание или отчуждение. М. 1996.
13. Казанцева Татьяна Юрьевна, психолог/Статья отнесена к разделу: Школьная психологическая служба «Агрессию под контроль», 2010г.
14. Карл Е. Писхарт Руководство для одиноких родителей. М. 1998.
15. Келли К. Как справиться с плохим поведением хорошими методами / Кейт Келли; пер. с англ. Л. А. Бабук. - Минск: Попурри, 2009. - 224 с.
16. Керделлан К., Грезийон Г. Дети процессора. Екатеринбург 2006.
17. Ключева Н.В., Касаткина Ю.В. Учим детей общению. Характер, коммуникабельность. Ярославль 1997.
18. Королева Е. В., Юрченко П. Г., Бурдыгина Т. Н. Проблемные ситуации в школе и способы их решения: Практическое пособие. - М.: АРКТИ, 2006. - 80 с. (Школьное образование)
19. Лютова К. К., Моница Г. Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. - СПб.: Издательство «Речь», 2005. - 190 с., ил.
20. Мамайчук И. И. Психологическая помощь детям с проблемами в развитии. - СПб.: Речь, 2006. - 224 с.
21. Мамайчук И. И., Ильина М. Н. Помощь ребенку с задержкой психического развития. Научно - практическое руководство. - СПб.: Речь, 2006. - 352 с.
22. Масагутов Р.М. Детская и подростковая агрессия: от нормы и патологии, - М.: Изд-во Омега-Л, 2006. - 159 с.
23. Микляева А. В., Румянцева П. В. Нам не страшен серый волк... Книга для родителей, которые хотят помочь своим детям избавиться от страхов. - СПб.: Речь; М.: Сфера, 2008. - 202 с.
24. Микляева А. В., Румянцева П. В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция. - СПб.: Речь, 2006. - 248 с., ил.
25. Моница Г. Лютова-Робертс Е., Чутко Л. Гиперактивные дети. Психолого-педагогическая помощь. С-Пб 2007.
26. Мурашова Е.В. Дети-«тюфяки» и дети-«катастрофы» Екатеринбург 2004.
27. Мэри Ш. Курчинка Ребенок с «характером». С-Пб 1996.

28. Нартова - Бочавер С. К., Кислица Г. К., Потапова А. В. Семейный психолог отвечает. - М.: Генезис, 2004. - 310 с.
29. Пасечник Л.В. Коррекция тревожности и гиперактивности в детском возрасте. М. 2007.
30. Петрова Н. Если ребенок плохо говорит. М. - С-Пб 2005.
31. Питер Л.Бенсон, Джуди Галбрайт, Памела Эспеланд. «900 практических советов родителям и детям», Санкт-Петербург 2009г.
32. Роберт Т. Байярд, Джин Байярд Ваш беспокойный подросток. Практическое руководство для отчаявшихся родителей. М. 1991г.
33. Свиридов Б.Г. Ваш ребенок готовится к школе. Серия «Учебные пособия». Ростов н/Д: Феникс, 2000. - 160 с.
34. Сиротюк А.Л. Синдром дефицита внимания с гиперактивностью. М. 2002.
35. Старковская В. Л. «Помогите малышу подготовиться к школьной жизни: Оздоровляющие и развивающие подвижные игры для детей от 1,5 до 7 лет: Методическое пособие. - М.: Терра - Спорт, 2000. - 112 с. (ил.)
36. Сюзан Е. Готтлиб Проблемы детского сна. М. 1998.
37. Тереза Оранж, Луиза О-Флинн Медиадиеа для детей. М. 2007.
38. Уманский К.Г. Невропатология для всех. М. 1989.
39. Уроки Монтессори. - СПб.: прайм-ЕВРОЗНАК, 2007. - 64с.
40. Чех Е.В. Мне страшно. Расскажи мне сказку. - СПб.: Речь; М.: Сфера, 2011. - 156 с.
41. Чех Е.В. Я сегодня злюсь. Расскажи мне сказку. - СПб.: Речь; М.: Сфера, 2009. - 144 с.
42. Чиждова С.Ю. Калинина О.В. Детская агрессивность. Ярославль 2002.
43. Что же мне делать дальше? Руководство по воспитанию детей. Пер с англ. - Заокский: «Источник жизни», 2001. - 224 с.
44. Шарапоновская Е.В. Воспитание и обучение детей с ММД и ПШОП М. 2005.
45. Шевнина О. Если ребенок интересуется только компьютером. М. 2003.
46. Юрченко, О. Вся правда о лжи, или Что нужно знать родителям юных обманщиков? - СПб.: Речь; М.: Сфера, 2010. - 160 с.
47. Янина Амос Развод. Мои чувства. М. 2000.
48. Яничева Г.Г. Книга для хороших родителей. С-Пб 2006.

ПРОГРАММА ЗАНЯТИЙ С ПЕДАГОГАМИ «Я ЛЮБЛЮ ТЕБЯ, ЖИЗНЬ»

Зайкова Татьяна Анатольевна, социальный педагог

Самоубийства в последнее время превратились в одну из острых проблем нашего общества. Суицидологические факторы в России остаются экстремально критическими. История человечества с древних времен до настоящего времени показало, что конфликты существовали всегда, и будут существовать столько, сколько существует взаимодействие людей. Каждый период жизни взрослого ребенка влечет за собой различные проблемы и трудности, связанные с развитием, которые требуют новых умений и ответов. В процессе взросления и становления личности несовершеннолетнего принимают участие родители, педагоги, сверстники они все взаимодействуют с ним, в ходе которого могут возникнуть конфликтные ситуации. Такие ситуации чаще всего возникают во время учебного процесса на территории школы. Несовершеннолетние могут весьма остро реагировать на возникающие конфликты.

Задача педагогов заниматься не только процессом обучения, но и оказывать психолого-педагогическую поддержку каждому несовершеннолетнему в процессе становления личности. По этому, особо остро стоит вопрос о повышении уровня компетентности педагогов образовательного учреждения в вопросе профилактики суицидального поведения.

Актуальность программы обусловлена не достаточной осведомленностью педагогов образовательного учреждения теоретических и практических разработок по профилактике суицидального поведения. Программа направлена на формирование у педагогов асертивного, бесконфликтного поведения, освоение методов и приемов по профилактике суицидального поведения у обучающихся.

Цель программы: научить педагогов формировать у обучающихся позитивную адаптацию к жизни, как процесса сознательного построения и достижения несовершеннолетним относительно устойчивых равновесий межличностных отношений, другими людьми и миром в целом.

Задачи программы:

1. Совершенствование компетентности педагогов школы в формировании и развитии, у обучающихся факторов защиты от суицидального поведения.
2. Формирование у педагогов мотивации к реализации профилактической деятельности.
3. Оказать помощь классному руководителю, учителю – предметнику, строить учебно-воспитательную работу в системе образования с учетом психологических и возрастных особенностей обучающихся, способствующих профилактике суицидального, аддиктивного, делинквентного поведения.
4. Создать условия по освоению базовых принципов профилактики суицидального, аддиктивного, делинквентного поведения;
5. Овладеть навыками формирования и развития защитных факторов личности обучающихся.

Ожидаемые результаты программы:

Реализация мероприятий программы позволит повысить уровень компетентности педагогов в области профилактики суицидального поведения среди несовершеннолетних. Ознакомить педагогов с методами и приемами формирования у несовершеннолетних личностных факторов защитных установок.

Методы отслеживания эффективности:

- Промежуточное и итоговое тестирование педагогов.
- Наблюдение.
- Анализ мероприятий программы.

Информация об апробации: Программа будет реализована в период с декабря 2018 года по декабрь 2019 года. Автор и ведущий программы - социальный педагог школы, прошедший повышение квалификации в области профилактики детского суицида.

Перспективы развития: Параллельно с программой для педагогов «Я люблю тебя, жизнь», будет реализована программа для обучающихся «Стиль жизни – ЗДОРОВЬЕ». В 2020 году планируется адаптация программы к адресной группе «родители», в том числе часть занятий планируется проводить в дистанционной форме.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

п/п	Наименование темы	Кол-во часов
1	Анкетирование	1
2	Лекторий «Что такое суицид»	2
3	Круглый стол «Причины и формы проявления невротических расстройств обучающихся»	3
4	Семинар классных руководителей «Психологический климат в классе»	2
5	Беседа с классными руководителями «Профилактика конфликтных ситуаций и работа с ними»	2
6	Ролевой тренинг «Пути решения педагогических конфликтов с обучающимися»	3
7	Деловая игра «Педагогические приемы создания ситуации успеха»	2
8	Практикум «Шаги общения»	1
9	Анкетирование педагогов	1
	Подведение итогов	1
	Всего	18

КОНСПЕКТЫ ЗАНЯТИЙ

Тема: «Анкетирование»

Цель: Выявить уровень знаний педагогических работников в области профилактики суицидального поведения среди несовершеннолетних.

Задачи:

- Изучение уровня профессиональной подготовки педагогов.
- Анализ полученных результатов.
- Разработка методических материалов.

Содержание: Анкета см. Приложение 1, Приложение 2

Тема «Что такое суицид»

Цель: Оказание компетентной помощи педагогам по проблеме подросткового суицида.

Задачи:

- Повысить уровень знания педагогов о причинах, признаках и характере подросткового суицида.
- Предоставить возможность задуматься и оценить взаимоотношения с обучающимися.
- Воспитывать уважение к личности подростка и понимание его проблемам.

Содержание:

Суицид – акт самоубийства, совершаемый человеком в состоянии сильного душевного расстройства либо под влиянием психического заболевания. Чаще всего суицидальные попытки подростков спонтанные, не продуманные и спланированные, а совершенные на высоте эмоций

Виды суицида:

Демонстративный - изображение попыток самоубийства без реального намерения покончить жизнью, с расчетом на спасение.

Аффективный – тип поведения, характеризующийся, прежде всего действиями, совершаемыми на высоте аффекта.

Истинный – намеренное, обдуманное поведение, направленное на реализацию самоубийства, иногда долго вынашиваемое

Причины суицида.

1. Неблагополучные семьи.
2. Школьные проблемы.
3. Стресс.
4. Интернет игры (Красная сова, Синий кит, МОМО; обсуждение)

Изучение проблемы суицида.

По данным официальной статистики от самоубийства ежегодно погибает около 2800 детей и подростков в возрасте от 5 до 19 лет, и эти страшные цифры не учитывают случаев попыток к самоубийству.

Рефлексия.

Уважаемые педагоги, уделяйте как можно больше внимания детям!
Дополнение в занятии см. Приложение 3

Тема: «Причины и формы проявления невротических расстройств обучающихся»

Цель: изучение психологических особенностей развития невротизма у несовершеннолетних.

Задачи:

- Проанализировать и систематизировать теоретические источники по рассматриваемой проблеме.
- Исследовать особенности развития невротизма у обучающихся и установить причины невротизма.

Содержание

- В первую группу входят обучающиеся у которых, наблюдается сильное отклонение в развитии.

Их поведение сильно отличается от сверстников: они ведут себя агрессивно по отношению к учителю и одноклассникам, откровенно хамят, могут ходить по классу во время урока. Как правило, такие ученики не могут похвастаться хорошей успеваемостью и знанием школьной программы. При этом самооценка таких детей слишком завышена.

- Ко второй группе обучающихся можно отнести так называемых середнячков. Они учатся на 4 и 5, хорошо себя ведут, словом не выделяются из общей массы. Но в один прекрасный момент, родители и педагоги отмечают резкую смену настроения у несовершеннолетнего. Он впадает в депрессию, перестает общаться с одноклассниками, резко ухудшаются учебные показатели. Толчок к психологическому расстройству чаще всего дает чрезмерные нагрузки в школе, дополнительные занятия в спортивных секциях, музыкальных школах, курсах иностранных языков.

- Третья группа обучающихся внешне кажется вполне благополучной. У них хорошие оценки, примерное поведение, но если присмотреться повнимательней, то несовершеннолетний эмоционально не устойчив. Он боится выходить к доске, отвечать перед большой аудиторией, боится наказания от родителей за плохую отметку, даже взгляд строгого учителя способен вызвать у него панический страх. Такие дети не любят быть на виду, они легкоранимы, впечатлительны, плохо переносят критику со стороны окружающих. Очень часто такие дети просто отказываются посещать учебное заведение.

Причины школьных невротизмов.

- Физиологические причины. К ним можно отнести тяжелую беременность матери, осложненные роды, родовые травмы, хронические заболевания центральной нервной системы, слабый иммунитет.

- Психологические причины. Их может быть несколько: сложная внутрисемейная обстановка, развод родителей, плохое материальное положение и жилищные условия, строгое воспитание, невозможность установить эмоциональный контакт со сверстниками, несоответствие возможностей ребенка с нагрузками в школе и вне ее.

Симптомы.

Физиологические признаки школьного невротизма:

- Нарушение аппетита. Обучающиеся при школьном беспокойстве могут частично или полностью отказываться от еды, их мучает постоянная тошнота, иногда появляется рвота. В результате несовершеннолетний теряет вес в короткие сроки.
- Нарушение сна. Такие дети часто испытывают сонливость в течение дня, а ночью наоборот, бессонницу. Нередко в ночных сновидениях присутствуют кошмары.
- Головокружение, частая головная боль.
- Боли спазматического характера.
- Сбои в работе желудочно-кишечного тракта
- Повышенная утомляемость, слабость в мышцах.
- Возникновение судорог в конечностях.

Психологические признаки школьного невротизма:

- Резкая смена настроения.
- Раздражительность и агрессивное поведение.
- Повышенная уязвимость, ранимость.
- Постоянное подавленное состояние.
- Возникновение истерических припадков. Школьник может упасть на пол и колотить руками и ногами, нередко в ход идет и голова.

Проявление школьных невротизмов:

- Не откликается на свое имя и фамилию с первого раза, хотя прекрасно слышит. Все задания приходится повторять дважды.

- Рассеянность, ребенок часто забывает школьные принадлежности дома.
- Привлекает внимание окружающих, пытается шутить и острить, делает это специально.
- При ответе у доски у обучающегося меняется тембр голоса, он становится визгливым или вовсе пропадает.
- По приходу домой, несовершеннолетний не может толком рассказать про проведенный день в школе, сразу же замыкается в себе и уходит в другую комнату.
- За несколько часов до занятий, у несовершеннолетнего потеют ладони, учащается сердцебиение. Он не может сконцентрироваться, роняет предметы на пол.

Рефлексия

Тема: «Психологический климат в классе»

Цель: Психологическое просвещение педагогов по формированию благоприятного психологического климата в классном коллективе.

Задачи:

- Раскрыть такие понятия как «коллектив», «психологический климат», «благоприятный психологический климат».
- Ознакомить педагогический коллектив с методами и приемами форсирования благоприятного психологического климата в классном коллективе.

Содержание:

Характеристики благоприятного психологического климата в классе:

- Преобладает бодрый, жизнерадостный тон взаимоотношений между обучающимися, оптимизм в настроении.
- Справедливое и уважительное отношение ко всем его членам.
- Высоко ценят ответственность, честность, трудолюбие и бескорыстие.
- Обучающиеся активны, добиваются высоких показателей в учебной и досуговой деятельности.
- Успехи или неудачи вызывают сопереживание.
- Взаимное расположение, понимание, сотрудничество.

Неблагоприятный психологический климат:

- Преобладают подавленное настроение, пессимизм, наблюдаются конфликтность, агрессивность, антипатии несовершеннолетних друг к другу, присутствует соперничество.
- Отсутствуют нормы справедливости и равенства во взаимоотношениях.
- Ответственность, честность, трудолюбие, бескорыстие не в почёте.
- Обучающиеся инертны, пассивны.
- Успехи или неудачи одного оставляют равнодушными остальных членов классного коллектива.
- Возникают конфликтующие между собой группировки.
- В трудных случаях класс не способен объединиться.

Способы формирования и поддержания психологического климата в классе.

- Общие интересы
- Формирование традиций (классные и общешкольные).
- Совместное времяпровождение вне школы.
- Ролевые игры.
- Общешкольные мероприятия.
- Игры на сплочение коллектива (игры проигрываются с педагогами).

Рефлексия

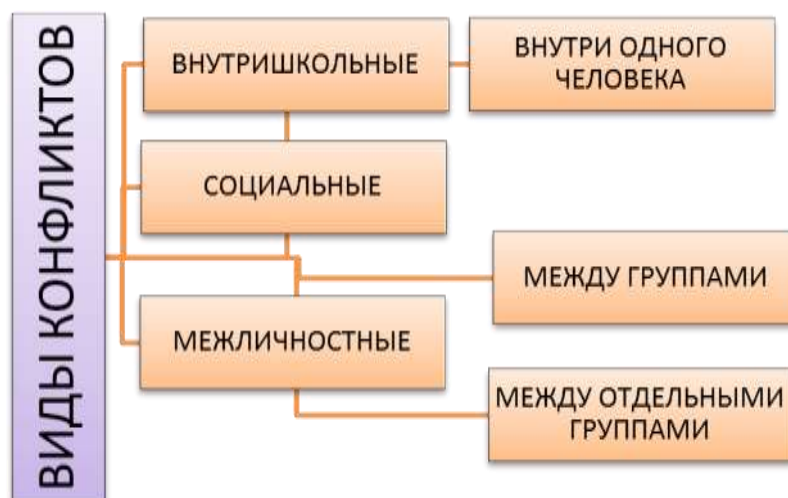
Тема: «Профилактика конфликтных ситуаций и работа с ними»

Цель: Профилактика конфликтов в школьной среде, поиск путей предотвращения и преодоления конфликтных ситуаций.

Задачи:

- Ознакомление педагогов с понятием конфликта, и изучение его влияния на микроклимат в школе и самочувствие обучающихся и педагогов.
- Осознание и осмысление членами педагогического коллектива основных причин возникновения конфликтных ситуаций.

- Определение педагогами особенностей поведения конфликтной личности, стилей разрешения конфликтов.
- Восполнение пробела в подготовке педагогов в области информации о конфликтах в педагогической среде.



Причины конфликтов:

- Социально - политические и экономические причины.
- Социально - демографические причины: отражают различия в установках и мотивах людей, обусловленных их полом, возрастом, принадлежностью к этническим группам т др.
- Социально - психологические причины отражают: взаимоотношения, лидерство, групповые мотивы, коллективные мнения, настроения и т. д
- Индивидуально - психологические причины отражают: способности, темперамент, характер, мотивы и т. д
- Неудовлетворенность условиями деятельности.
- Нарушение этики.
- Ограниченность ресурсов.
- Различия в целях, ценностях, средствах достижения целей.

Способы и приемы профилактики конфликтов:

- Умение вернуться к нормальному взаимодействию.
- Умение правильно понять мотивы действий партнера.
- Избегать предконфликтных ситуаций при переутомлении.
- Быть готовым к решению проблем путем сотрудничества.
- Не нужно ждать от окружающих слишком многого.
- Развивать конфликтоустойчивость.
- Умение правильно понять мотивы действий партнера.
- Развивать терпимость к инакомыслию.
- Забота о снижении своей тревожности и агрессивности.
- Не забывать о чувстве юмора.

Рефлексия.

Тема: «Пути решения педагогических конфликтов с обучающимися»

Цель: Дать характеристику понятия «конфликт», познакомиться со стратегиями поведения и методами выхода из конфликта.

Задачи:

- формировать информационно - аналитические умения;
- развивать навыки правильного исследования мира, воображения, умения отстаивать свою точку зрения;

- вырабатывать умения конструктивно вести себя во время конфликта, разрешая его справедливо, без нанесения ущерба обществу и личности, тренировать актёрское мастерство участников.

Содержание

Что же такое конфликт? Прежде чем ответить на это вопрос давайте посмотрим и послушаем басню Крылова «Лебедь, рак и щука». Ведущий читает басню И.А. Крылова «Лебедь, рак и щука», (смотрят видео).

Ведущий: В чем заключается мораль этой басни?

Ответы участников. Они не смогли договориться, поэтому возникла конфликтная ситуация. Что же означает слово «конфликт»? Какие ассоциации оно вызывает?

Вешается слово «Конфликт и на каждую букву слова называются ассоциации (крик, оскорбления и т.д.)

Далее педагоги знакомятся с определением конфликта.

Конфликт - это столкновение противоположных интересов, взглядов, серьезное разногласие, спор.

Ведущий: Можно ли прожить без конфликтов? Нужны ли они человеку? (Высказывание мнения педагогов)

Практическая часть.

Упражнение «Коробка» Приглашаются 3 участника. Им предлагаются роли (мамы, папы и ребёнка). Коробки ставятся на пол, ноги ребёнка в коробки. С одной стороны становится папа и ставит ногу в коробку с ребёнком, с другой стороны становится мама и тоже ставит ноги в коробку ребёнку предлагается пройти вместе с родителями.

Рефлексия. Легко ли было идти вместе? Как смогли договориться? Кто взял на себя инициативу? Возник ли конфликт? А мог ли он возникнуть? Как, по-вашему, можно было разрешить их конфликтную ситуацию? И можно ли вообще ее решить?

Упражнение «Праздничный пирог». Данное упражнение позволит определить стратегию поведения в конфликтной ситуации.

Ведущий: А сейчас мы с вами проиграем все стратегии поведения – их всего 5. Мне надо 5 желающих у которых весной день рождения. Именинникам раздаются варианты поведения и соответствующие им стратегии поведения. Педагоги должны проиграть эти стратегии и объяснить.

Задание:

Представьте себе, что к вам на день рождения пришли друзья пить чай с праздничным тортом, украшенным шоколадными фигурками, дольками засахаренных фруктов. Торт небольшой, его надо разрезать. Как вы как именинник себя поведете?

Варианты поведения и соответствующие им стратегии поведения:

1. Откажетесь разрезать, попросите кого-нибудь из гостей или родных об этом, дабы никого не обидеть. (Избегание.)
2. Разрежете сами, на свое усмотрение, кому, какой кусок не важно, себе лучший. (Конкуренция.)
3. Учтете пожелания гостей, себе возьмете кусок, какой достанется. (Приспособление.)
4. Постараетесь поделить поровну между всеми участниками праздника, включая и себя. (Сотрудничество.)
5. Скажете, что торта вам не очень хочется, пусть он весь достанется гостям, а вот шоколадные фигурки вы бы съели. (Компромисс.)

Выбрали? Давайте разберем каждую стратегию.

Рефлексия: Как вам кажется, какой из этих пяти способов чаще встречается в реальной жизни? Какой способ вы используете чаще всего в разрешении конфликтов с друзьями? Какой из них, на ваш взгляд, является самым легким? Самым трудным?

Методы разрешения конфликтов

- Метод избегания.
- Метод переговоров.
- Метод использования посредничества.
- Метод откладывания (сдача своих позиций).
- Метод третейского разбирательства (арбитраж).

Игра "Снежный ком". Ведущий: участники по кругу называют свои имена следующим образом: 1-ый участник называет своё имя и придумывает на первую букву своего имени слово, характеризующее его (например, Лена - ласковая); 2-ой участник говорит имя и характеристику первого и называет свои - имя характеристику; 3-ий называет имена и характеристики 1-го и 2-го и называет свои и т.д.

Упражнение – приветствие: Последняя встреча. Представьте себе, что рабочий день уже закончился, и вы расстаетесь с коллегами. Но все ли вы успели сказать друг другу? Может быть вы

забыли поделиться с коллегами своими переживаниями? Или есть человек в коллективе, мнение которого о себе вы хотели бы узнать? Или вы хотите поблагодарить кого-либо? Сделайте это "здесь и теперь".

Ролевая игра "Сглаживание конфликтов". Участники разбиваются на тройки. На протяжении 5 минут каждая тройка придумывает сценарий, по которому двое участников представляют конфликтующие стороны (например, ссорящихся супругов), а третий - играет миротворца, арбитра.

На обсуждение ведущий выносит следующие вопросы:

- Какие методы сглаживания конфликтов были продемонстрированы?
- Какие, на ваш взгляд, интересные находки использовали участники во время игры?
- Как стоило повести себя тем участникам, кому не удалось сгладить конфликт?

Рефлексия.

Ведущий:

Людей неинтересных в мире нет.

Их судьбы – как истории планет.

У каждой все особое, свое,

И нет планет, похожих на нее... (Е. Евтушенко)

Тема: «Педагогические проемы создания ситуации успеха»

Цель: создание ситуации успеха ученика на уроке как одно из условий создания здоровьесберегающей среды.

Задачи:

- Систематизировать приемы и методы создания ситуации успеха учащихся на уроке.
- Проанализировать влияние успеха на различные аспекты деятельности учащихся.
- Создать банк данных по проблеме.
- Пополнить знания педагогов психологическими знаниями по проблеме.
- Развитие коммуникативной компетентности педагогов, педагогическим основам применения педагогики сотрудничества.

Содержание:

Игра «Ситуация успеха».

Ведущий: Я хочу предложить вам участие в одной интересной игре. Нам очень редко говорят добрые слова по поводу нашей профессиональной деятельности. Я думаю, что сейчас вы сели рядом с тем человеком, который вам знаком не только как заместитель директора по учебной работе, но и как человек, с которым вам приятно общаться. У вас есть уникальная возможность выразить свои добрые мысли и чувства по отношению к справа сидящему соседу по поводу его профессиональных качеств. Для этого необходимо взять в свою руку - руку соседа и сказать ему эти слова. Игра проходит по цепочке от первого участника до последнего.

Рефлексия: Какие чувства вы испытывали, когда к вам обращался ваш сосед? Поднимите руку, у кого совпали ожидания с тем, что сказал вам сосед? Что взяли за основу ваши коллеги, когда говорили о позитивных моментах вашей деятельности в качестве завуча по УВР? (успех)

Каждый из вас говорил о тех чувствах, которые он испытывал, когда ему искусственно создали ситуацию успеха с помощью комплимента. Давайте сейчас посмотрим, что происходит с учеником, если мы с вами создаем эту ситуацию успеха у детей. Я провела анкетирование с учащимися. Какие методы и приемы должен использовать учитель, влияющие на создание ситуации успеха ребенка в школе?

Успех - это переживание состояния радости, удовлетворение от того, что результат, к которому человек стремился, совпал с его ожиданием.

«Я-Концепция»:

- видеть в каждом уникальную личность, уважать её, понимать, верить в неё («Все дети талантливы»);
- создавать личности ситуации успеха, одобрения, поддержки, доброжелательности, чтобы школьная жизнедеятельность, учеба приносила ребенку радость;
- понимать причины детского незнания и неправильного поведения, устранять их, не нанося ущерба достоинству («Ребенок хорош, плох его поступок»);
- помогать детям реализовать себя в деятельности («В каждом ребенке - чудо, ожидай его»).

Основные типы ситуации успеха:

- Неожиданная радость.
- Общая радость.
- Радость познания.

Групповая работа.

Ведущий: Рассмотрим некоторые приемы "неожиданной" радости.

Прием "Лестница" или "Встань в строй"

Речь идет о ситуациях, когда педагог ведет воспитанника поступательно вверх, поднимаясь с ним по ступеням знаний, психологического самоопределения, обретения веры в себя и окружающих.

Алгоритм:

1- Психологическая атака. Суть состоит в том, чтобы переломить состояние психологического напряжения. Создание условий для вхождения в эмоциональный контакт.

2- Эмоциональная блокировка. Суть состоит в том, чтобы локализовать, заблокировать состояние обиды, разочарования, потери веры в свои силы. Самое главное – помочь ученику переосмыслить свой неуспех, найти его причину с позиции: "неуспех – случаен, успех – закономерен." Важно переориентировать с пессимистической оценки событий на оптимистическую.

3- Выбор главного направления. Необходимо установить не только очаг психологического напряжения личности, но и определить пути его нейтрализации.

4- Выбор разных возможностей. Необходимо создать условия, при которых ученик, для которого создается ситуация успеха, имел примерно равные возможности проявить себя по сравнению с одноклассниками.

5- Неожиданное сравнение. Может сработать единожды.

6- Стабилизация. Суть заключена в том, что приятная для отдельного учащегося общая реакция удивления для отдельного учащегося общая реакция удивления не оказалась единственной, чтобы неожиданная радость трансформировалась в сбывшуюся.

Прием "Исповедь" или "Когда учитель плачет"

Этот прием можно применять в тех случаях, когда есть надежда, что искренне обращение педагога к лучшим чувствам обучающихся получит понимание, породит ответный оклик. Как его применять – дело техники опыта, интуиции и культуры педагога. Здесь надо все точно просчитать, правильно спрогнозировать возможные реакции.

Рассмотрим некоторые приемы «Общей радости»

Прием "Следуй за нами"

Смысл состоит в том, чтобы разбудить дремлющую мысль ученика, дать ему возможность обрести радость признания в себе интеллектуальных сил. Реакция окружающих будет служить для него одновременно и сигналом пробуждения, и стимулом познания, и результатом усилий.

Алгоритм:

Диагностика интеллектуального фона. Пробуждение ума, когда обучающиеся хочется догнать ушедших вперед одноклассников.

Выбор интеллектуального спонсора. Проще, прикрепить сильного обучающегося. Для этого нужны побудительные мотивы, нужен взаимный интерес. Наиболее эффективный путь – привлечь к интеллектуальному спонсорству старшеклассника. Это дает много преимуществ.

Фиксация результата и его оценка. Необходимо, чтобы доброе дело не осталось вне поля зрения детского коллектива, получило бы его поддержку и самое главное – желание повторить, развить его.

Прием "Обмен ролями" или о пользе занятий, которые ведутся неправильно

Обмен ролями дает возможность высветить скрытый до сих пор потенциал интеллектуальных эмоционально-волевых возможностей обучающихся. Они как бы создают важный прецедент на будущее, разбиваясь на отдельные самостоятельные акты "обмена ролями", превращаясь из формы деловой игры в специфический прием создания ситуации успеха.

Девиз этого приема: "Чем ярче личность, тем ярче коллектив".

Рассмотрим некоторые приемы «Радости познания»

Прием "Эврика"

Суть состоит в том, чтобы создать условия, при которых обучающийся, выполняя учебное задание, неожиданно для себя пришел к выводу, раскрывающему неизвестные для него ранее возможности. Он должен получить интересный результат, открывший перспективу познания. Заслуга педагога будет состоять в том, чтобы не только заметить это личное "открытие", но и всячески поддержать несовершеннолетнего, поставить перед ним новые, более серьезные задачи, вдохновить на их решение. *Нужно помнить, что:*

– успех открытия надо долго и терпеливо готовить, открывая обучающемуся возможные связи, отношения между тем, что он достиг, и тем, что ему пока достичь не удастся;

– несовершеннолетнему следует постоянно внушать, что он может достичь недоступного, что в нем хватит сил, ума. Нужно внушение, поддержка, установка на завтрашнюю радость;

– обучающейся должен быть убежден, что успехом он обязан, прежде всего, самому себе.

Прием "Линия горизонта"

Однажды открыв для себя увлекательность поиска, погружения в мир неведомого, школьник может уже постоянно стремиться к поиску, не считаясь с трудностями, неудачами. У него будет формироваться уважительное отношение к возможностям человеческого разума.

Если педагог делает обучающихся свидетелями своих раздумий, если он показывает движение своих мыслей в решении каких-то поставленных проблем, если он подводит обучающихся к тому рубежу, у которого они могут сделать самостоятельный вывод и испытать радость от подобного "озарения", значит он создал ситуацию, в которой даже интеллектуально пассивный обучающийся может почувствовать себя творческой личностью. Важно искать новые пути, пускай неожиданные, противоречивые на первый взгляд.

Рассмотрим некоторые приемы «Групповой работы».

Ведущий: предлагает разделиться на группы, но сначала зачитывает притчу.

Притча (сотрудничество).

Жил-был один монах. И в течение большей части своей жизни он пытался выяснить, чем отличается Ад от Рая. На эту тему он размышлял днями и ночами. И в одну ночь, когда он заснул во время своих мучительных раздумий, ему приснилось, что он попал в Ад. Осмотрелся он кругом и видит: сидят люди перед котлом с едой. Но какие-то изможденные и голодные. Присмотрелся он получше у каждого в руках ложка с длиннющей ручкой. Зачерпнуть из котла они могут, а в рот никак не попадут. Вдруг подбегает к монаху местный служащий (судя по всему черт) и кричит: - Быстрее, а то опоздаешь на поезд, идущий в Рай. Приехал человек в Рай. И что же он видит?! Та же картина, что и в Аду. Котлы с едой, люди с ложками с длиннющими ручками. Но все веселые и сытые. Присмотрелся человек – а здесь люди этими же ложками кормят друг друга. Поэтому, чтобы у нас с вами не получилось как в старой притче, я предлагаю принять определенные правила.

Для группового обсуждения мнений и принятия какого-либо решения рекомендуем соблюдать следующие правила:

- Обязательное участие каждого в работе группы на протяжении всего занятия.
- Откровенность и доброжелательность в общении.
- «Работаем без погон», то есть все равны в общении без учета заслуг, знаний и педагогического стажа.
- Четко и ясно выражайте свои мысли, стремитесь «сделать себя понятным» себе и другим.
- Помните, что каждый участник ответственен за результат работы всей группы, а группа – за каждого.

Сейчас я раздам каждой группе по одному листочку, где описаны основные типы и приемы создания ситуаций успеха у школьников. Ваша задача: привести примеры создания ситуаций успеха с помощью предложенных приемов из вашей педагогической практики, т.е. создать банк педагогических идей. Выбрать одного из членов команды, который будет озвучивать результаты вашей коллективной работы. Время на выполнение работы- 20-25 минут. Раздается теоретический материал по теме для коллективной работы.

1 группа: Неожиданная радость.

Неожиданная радость – это чувство удовлетворения от того, что результаты деятельности ученика превзошли его ожидания.

2 группа: Общая радость.

Общая радость состоит в том, что бы ученик достиг нужной для себя реакции коллектива.

3 группа: Радость познания.

Нужно вспомнить о мотивах – внутреннего побудителя к деятельности, отражающего потребности личности.

Презентация групп о проделанной работе – создание банка данных.

Ведущий: До сих пор мы говорили о ситуации успеха только в позитивном плане, с явно оптимистических позиций. Всегда ли хорош успех?

Упражнение « Что происходит со мной, когда я хочу, чтобы меня хвалили? »

Выбирается самый титулованный завуч из числа присутствующих. Его усаживают на стул в середине круга.

Ведущий: - Подумайте, за что вы можете похвалить выбранного человека? (30 секунд на обдумывание). Затем, по команде и как можно громче начинаем говорить ему то, что хотели сказать, хором все вместе. Задача сидящего на стуле: услышать и понять смысл их высказываний.

Рефлексия: Слышали ли вы всех? Можете ли вы сказать, что и кто вам говорил? Слышали ли вы себя? Устали ли вы от этого занятия? (ориентир на внешнюю оценку, трата сил на услышанные, потеря свободы)

Такая опасность вполне реальна. Поэтому любой успех никак нельзя оторвать от двух главных вопросов: во имя чего? и какими средствами?

За последние десять лет словосочетание «ситуация успеха в учебной деятельности» стало привычным. Никто не оспаривает тот факт, что именно положительные эмоции могут стать важнейшим стимулом для обучающегося в учебной деятельности. Когда говорят о ситуации успеха, то обычно подразумевают, что предназначена она для обучающегося. Но ведь современное образование должно иметь двусторонний характер. Так, создавая ситуацию успеха для обучающегося, наступит такой момент, когда обучающийся будет создавать ситуацию успеха для своего педагога.

Упражнение «Белое облако»

Чтобы создать ситуацию успеха, необходимо уметь самому переживать радость успеха, уметь быть счастливым. Следует научиться снижать свой уровень стресса, доставлять себе радость.

«Закройте глаза, дышитесь легко, спокойно, глубоко. Мы спокойно отдыхаем, сном волшебным засыпаем. Представьте, что вы лежите на спине в траве. Прекрасный теплый летний день. Вы смотрите в удивительно чистое голубое небо, оно такое необыкновенное. Вы наслаждаетесь им. Вы наслаждаетесь чудесным видом. Вы полностью расслаблены и довольны. Вы видите, как далеко на горизонте появляется крошечное белое облачко. Вы очарованы его простотой красоты. Вы видите, как оно медленно приближается к вам. Вы лежите, и вы совершенно расслаблены. Вы в ладу с самим собой. Облачко очень медленно подплывает к вам. Вы наслаждаетесь красотой великолепного голубого неба и маленького белого облачка. Оно как раз сейчас над вами. Вы полностью расслаблены и наслаждаетесь этой картиной. Вы в полном согласии с самим собой. Представьте себе, что вы медленно встаете. Вы поднимаетесь к маленькому белому облачку. Вы парите все выше и выше. Наконец, вы достигли маленького белого облачка и ступаете на него. Вы ступаете на него и сами становитесь маленьким белым облачком. Теперь и вы - маленькое белое облачко. Вы совершенно расслаблены, в вас царит гармония, и вы парите высоко-высоко в небе. Вы самый счастливый, вы можете дарить другим радость, радость познания...».

Рефлексия.

Упражнение «Стратегии самопомощи»

А сейчас займемся стратегией самопомощи. Подумайте и запишите ответ на вопрос: «Что я могу сделать, чтобы снизить свой уровень стресса, доставить себе радость?»

Рефлексия

Упражнение: «Ресурсный мешочек»

Мне хочется, чтобы вы всегда помнили, что у каждого человека есть его собственный внутренний ресурс. Он помогает нам выстоять в трудную минуту, найти силы, когда кажется, что уже ничего не получится.

Подумайте каждый для себя: что это может быть?

Чтобы не забыть, что этот ресурс действительно существует, я приготовила для вас ресурсный мешочек.

Пусть этот талисман напоминает вам о вашем внутреннем человеческом потенциале.

По кругу передается мешочек с мелкими бусинками и ракушками. Каждый по очереди вынимает из мешочка талисман на память.

Тема: Практикум «Шаги общения»

Цель: Развитие адекватной оценочной деятельности, направленной на выявление позитивных средств общения с обучающимися.

Задачи:

- Формировать умение принятия мировоззрения и понимания обучающегося.
- Формирование модели положительного, личностно-ориентированного взаимодействия с обучающимися.

Упражнение 1.

Ведущий: Сядьте, так как вам удобно, расслабьтесь и закройте глаза. Сейчас мы с вами будем представлять. Представьте, то место, где бы сейчас хотели бы очутиться. Вам там очень хорошо и комфортно. К вам подходит ребенок маленький. Рассмотрите его, какой он. Ребенок вам улыбается, он счастлив, что находится рядом с вами. Посмотрите в его глаза запомните их. Погладьте ребенка по голове возьмите на руки, обнимите, почувствуйте его теплоту, радость, он делится с вами своим счастьем и вам становится хорошо а теперь превратите этого малыша в крошечного человечка он стал совсем маленький но его тепло и счастье все равно окутывают вас поместите малыша в самый укромный уголок своего сердца когда вам станет грустно вспомните о нем, он снова подарит вам частичку своего

счастья и вам станет опять хорошо и комфортно. Можете открыть глаза.

Рефлексия.

Упражнение 2. «Радость общения с ребенком».

Ведущий: Закончите фразы:

- мне нравится общаться с детьми, потому что...
- длительное общение с детьми меня раздражает, потому что...

Проигрывая ситуации, сконцентрируйте внимание на своих ощущениях и способах нейтрализации негатива по отношению к детям.

Рефлексия.

Упражнение 3.

«Если я сейчас...»

Ведущий: Нарисуйте свой собственный образ в ситуациях:

- если я сейчас педагог, то...
- если я сейчас обучающийся, то...

Можно рисовать все что хочется - тот образ, в котором вы себя представляете в этих ситуациях. Это может быть пейзаж, натюрморт, какой-нибудь ребус, что-то из мира фантастики. Это может быть что угодно то, с чем вы себя связываете, ассоциируете, сравниваете.

Рефлексия.

Упражнение 4 «Социометрия».

Ведущий: предлагает участникам тренинга свободно «погулять» по комнате. После дает задание: «Найдите друг друга те, у кого одинаковый цвет глаз». «Найдите друг друга те, у кого день рождения летом». «Найдите друг друга те, у кого низкий (высокий) рост». «Найдите друг друга те, в чьем имени 5 (6,7,8 и т.д.) букв».

Рефлексия

Упражнение 5 «Скульптура».

Ведущий предлагает участникам разбиться на группы. Один из каждой группы – скульптор, остальные – глина. «Скульптор» в течение 5 минут создает скульптурную группу. Он придает нужное положение рукам, ногам, голове, пальцам и даже чертам лица партнеров. Партнеры совершенно пассивны и позволяют лепить из себя все, что угодно. Когда скульптор придаст окончательную форму своей работе, он сам становится в нужную с его точки зрения позу и сообщает об этом всем остальным.

Рефлексия.

Упражнение 6 «Всеобщее внимание».

Ведущий: участникам предлагается выполнить одну и ту же простую задачу: любыми средствами, не прибегая к физическим действиям, привлечь внимание окружающих. Задача усложняется тем, что одновременно ее выполняют все участники. Обсуждаются итоги: кому удалось привлечь к себе внимание других и за счет, каких средств. На упражнение отводится 15 минут.

Рефлексия.

Тема: «Анкетирование педагогов»

Цель: итоговое тестирование педагогов

Задачи:

- Провести сравнительный анализ анкетных данных до внедрения программы и после ее апробации в образовательном учреждении. Динамика изменения их увлечений, интересов, мотивов поведения, стратегий выхода из конфликтных ситуаций.
- Скорректировать тематический и практический материал программы по полученным результатам.

Содержание: Анкета см. Приложение 1, Приложение 2

Тема: «Подведение итогов»

Цель: Получение данных о динамике развития представлений и навыков первичной профилактики суицидального, аддиктивного, делинквентного поведения обучающихся.

Задачи:

- Обработка и представления результатов анкетирования педагогов.
- Планирование профилактической деятельности педагогами.
- Рефлексия всего курса.

Содержание:

Проводится сравнительный анализ анкетирования педагогов образовательного учреждения на первом и последнем этапах. Презентация слайдов с графиками. Рефлексия

Список использованной литературы:

1. Арефьева Т.А., Галкина Н.И. Преодоление страхов у детей. – М., 2005 г.
2. Борщевицкая Л. Психологический час “Как научиться жить без драки”//Школьный психолог, 2006, №10.
3. Галушина Э., Комарова О. Игра для подростков “В чем смысл жизни”//Школьный психолог, 2005, №5.
4. Горденюк Т.Н. Психолго-педагогические инновации в коррекционных классах.- Волгоград, 2008 г.
5. Гальцова Е.А. Нравственное воспитание в начальной школе. – Волгоград, 2007 г.
6. Дубровина И.В. - Психокоррекционная и развивающая работа с детьми – М., 1999 г.
7. Вачков И. Как работать с агрессией. – М., 2001 г.
8. Картушина Е.П., Романенко Т.В. Психологический комфорт в школе. – Волгоград, 2009 г.
9. Кэдыусон Х., Шефер Ч. Практикум по игровой психотерапии. – Спб, 2002 г.
10. Михайлина М.Ю., Павлова М.А. Психологическая помощь подростку в кризисных ситуациях. – Волгоград, 2009 г.
11. Нелюбова Я.К. Помощь детям, пострадавшим от насилия в семье. - Волгоград, 2008г.
12. Практическая психология в тестах - М., 2005 г.
13. Психологические аспекты суицидального поведения. Методические рекомендации – М., 2008 г.
14. Перешеина Н.В., Заостровцева М.Н. Агрессивное поведение. Коррекция поведения. – М., 2006 г.
15. Романов А.А. Игротерапия: как преодолеть агрессивность у детей - М., 2003 г.
16. Рыскова Н.А. Поведенческие расстройства у детей. – М., 2004 г.
17. Синягин Ю.В., Синягина Н.Ю.. Детский суицид. Психологический взгляд. КАРО, С – П , 2006.
18. Славина Л.С. Дети с аффективным поведением. – М., 1997 г.
19. Синягин Ю.В., Синягина Н.Ю. Детский суицид. Психологический взгляд. КАРО, С – П , 2006.
20. Суицидальное поведение у детей и подростков: Методические рекомендации.- Курган, 2006.
21. Фурманов И.А. Детская агрессивность: психодиагностика и коррекция. – М., 1996

Приложение 1 к программе

Тест для педагогов: «На какой основе строятся ваши отношения с ребёнком»

Уважаемые педагоги!!!

Отметьте те фразы, которые вы часто используете в общении с обучающимися.

1. Сколько раз тебе повторять!
2. Посоветуй мне, пожалуйста.
3. Не знаю, чтобы я без тебя делал(а).
4. И в кого ты такой(ая) уродился(ась)!
5. Какие у тебя интересные друзья!
6. Ну на кого ты похож(а)!
7. Вот я в твоё время!
8. Ты моя опора и помощник(ца)!
9. Ну что за друзья у тебя!
10. О чём ты только думаешь!
11. Какой(ая) ты у меня умница!
12. А как ты считаешь?
13. Всех дети как дети, а ты?
14. Какой(ая) ты у меня сообразительный(ая)!

Спасибо за внимание!

Ключ:

Оцените результаты, поставив себе 2 балла за ответы №1,4,6,7,9, 10, 13; 1 балл за все остальные ответы.

7 – 8 баллов. Живёте душа в душу. Ребёнок любит и уважает вас.

9 – 10 баллов. Вы непоследовательны в общении. Ребёнок уважает вас, но не всегда откровенен.

11 -12 баллов. Необходимо быть к ребёнку внимательнее. Авторитет не заменяет любви.

13 – 14 баллов. Идёте по неверному пути. Существует недоверие между вами и ребёнком. Уделяйте ему больше времени.

Приложение 2 к программе

Мотивация успеха и боязнь неудачи (опросник Реана)

Инструкция: отвечать необходимо «да» или «нет». Ответ «да» предполагает явное «да» и «скорее да, чем нет». То же относится и к ответу «нет»: он объединяет явное «нет» и «скорее нет, чем да».

Отвечать на вопросы следует быстро, не задумываясь надолго. Ответ, который первым приходит в голову, как правило, является наиболее точным.

Текст опросника

1. Включаясь в работу, как правило, оптимистично надеюсь на успех.
2. В деятельности активен.
3. Склонен к проявлению инициативы.
4. При выполнении ответственных заданий стараюсь по возможности найти причины отказа от них.
5. Часто выбираю крайности: либо занижено легкие задания, либо нереалистично высокие по трудности.
6. При встрече с препятствиями, как правило, не отступаю, а ищу способы их преодоления.
7. При чередовании успехов и неудач склонен к переоценке своих успехов.
8. Продуктивность деятельности в основном зависит от моей собственной целеустремленности, а не от внешнего контроля.

9. При выполнении достаточно трудных заданий в условиях ограничения времени результативность деятельности ухудшается.

10. Склонен проявлять настойчивость в достижении цели.

11. Склонен планировать свое будущее на достаточно отдаленную перспективу.

12. Если рискую, то скорее с умом, а не бесшабашно.

13. Не очень настойчив в достижении цели, особенно если отсутствует внешний контроль.

14. Предпочитаю ставить перед собой средние по трудности или слегка завышенные, но достижимые цели, чем нереально высокие.

15. В случае неудачи при выполнении какого-либо задания его притягательность, как правило, снижается.

16. При чередовании успехов и неудач склонен к переоценке своих неудач.

17. Предпочитаю планировать свое будущее лишь на ближайшее время.

18. При работе в условиях ограничения времени результативность деятельности улучшается, даже если задание достаточно трудное.

19. В случае неудачи при выполнении чего-либо от поставленной цели, как правило, не отказываюсь.

20. Если задание выбрал себе сам, то в случае неудачи его притягательность еще более возрастает.

Ключ к опроснику

«Правильными» считаются:

- ответ «да»: 1, 2, 3, 6, 8, 10, 11, 12, 14, 16, 18, 19, 20;
- ответ «нет»: 4, 5, 7, 9, 13, 15, 17.

Обработка результатов и критерии оценки

За каждое совпадение ответа с ключом испытуемому дается 1 балл. Подсчитывается общее количество набранных баллов.

Если количество набранных баллов от 1 до 7, то диагностируется мотивация на неудачу (боязнь неудачи).

Если количество набранных баллов от 14 до 20, то диагностируется мотивация на успех (надежда на успех).

Если количество набранных баллов от 8 до 13, то следует считать, что мотивационный полюс ярко не выражен. При этом можно иметь в виду, что, если количество баллов 8–9, есть определенная тенденция мотивации на неудачу, а если количество баллов 12–13– тенденция мотивации на успех.

Мотивация на успех относится к позитивной мотивации. При такой мотивации человек, начиная дело, имеет в виду достижение чего-то конструктивного, положительного. В основе активности человека лежит надежда на успех и потребность в достижении успеха. Такие люди обычно уверены в себе, в своих силах, ответственны, инициативны и активны. Их отличает настойчивость в достижении цели, целеустремленность.

Мотивация на неудачу относится к негативной мотивации. При данном типе мотивации активность человека связана с потребностью избежать срыва, порицания, наказания, неудачи. Вообще в основе этой мотивации лежит идея избегания и идея негативных ожиданий. Начиная дело, человек уже заранее боится возможной неудачи, думает о путях избегания этой гипотетической неудачи, а не о способах достижения успеха.

Люди мотивированные на неудачу, обычно отличаются повышенной тревожностью, низкой уверенностью в своих силах. Стараются избегать ответственных заданий, а при необходимости решения сверхответственных задач могут впадать в состояние, близкое к паническому. По крайней мере, ситуативная тревожность у них в этих случаях становится чрезвычайно высокой. Все это, вместе с тем, может сочетаться с весьма ответственным отношением к делу.

Школьные факторы риска развития заболеваний у школьников

Стрессовая педагогическая тактика (дезадаптация, дидактогения).

Интенсификация учебного процесса (объемные и психологические перегрузки, постоянный «цейтнот», а) увеличение количества учебных часов - уроков, внеурочных занятий, факультативов; увеличение объема домашних заданий, нарушение режима дня, уменьшение продолжительности сна и отдыха; б) скрытый вариант интенсификации - реальное уменьшение количества учебных часов при сохранении или даже увеличении объема учебного материала).

Несоответствие методик и технологий обучения возрастным и функциональным возможностям школьников. Например в возрасте 6-7 лет ещё не сформированы школьно-значимые функции: организация деятельности, моторное и речевое развитие, зрительное и зрительно-пространственное восприятие, интегративные функции (зрительно-моторные, слухо-моторные координации) Эти функции - основа формирования базисных учебных навыков - письма, чтения, счета. Адекватные методики обучения могут развивать эти функции, а неадекватные - тормозить, вызывать стресс и нарушения здоровья.

Преждевременное начало дошкольного систематического обучения.

Несоблюдение физиологических и гигиенических требований к организации учебного процесса и режиму учебной нагрузки: расписание уроков в течение дня и недели, продолжительность перемен, организация активного отдыха и др.).

Провалы в существующей системе физического воспитания, низкая двигательная активность (гиподинамия).

Неграмотность педагога в вопросах охраны и укрепления здоровья, незнание возрастных и индивидуальных особенностей ребенка, его возможностей.

Отсутствие системной работы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни (в том числе профилактики вредных привычек, полового воспитания, недостаточное использование средств физического воспитания и т.п.).

Неудовлетворительное состояние внутришкольной среды стрессовые составляющие современной учебной деятельности:

Новизна - быстрая смена технологий обучения, укорочение интервала времени, за который происходит удвоение информации; необходимость усвоения больших массивов информации, что усугубляется мозаичностью её подачи, отсутствием (незнанием) логики изложения материала, непонятность смысла изучения того или иного предмета;

Внезапность - неожиданное изменение обстановки в ходе выполнения плановой задачи, «пожарный» стиль управления;

Неопределенность - отсутствие, неопределенность или противоречивость информации об условиях выполнения учебных задач и целеполагания в образовании (прогнозирование профессионального будущего проблематично);

Увеличение темпа действий - сокращение времени на выполнение действий (объем дидактических единиц остаётся прежним, а кол-во часов на их усвоение сокращается)

Дефицит времени - когда успешное выполнение задач невозможно простым увеличением темпа действий, а необходимо изменение содержания и структуры деятельности;

Опасность - осознание учеником обстановки как угрожающей его здоровью и жизни (при современном уровне угроз возникновения ЧС и ЭС, наркомании и других СЗЗ, информационные деструктивные воздействия, молодежные деструктивные субкультуры и т.д.)

Факторы защиты

- развитие смысложизненных и духовных ориентиров;
- навыки асертивности (от англ. assertive - настойчивый, самоуверенный, напористый), противостояния деструктивному социальному давлению;
- стрессоустойчивость (формирование функциональной копинг-стратегии (coping - от англ. преодоление стресса, совладание с ним) - стратегии разрешения проблем, поиска, восприятия и оказания социальной поддержки;

- навыки эффективного общения, которые формируются в групповых формах образовательной деятельности - кооперативное обучение, мозговой штурм, групповая дискуссия, ролевое моделирование;
- навыки *принятия решений*, ответственное поведение;
- навыки *психической саморегуляции* - формирование умений лучше разбираться в себе, контролировать свое поведение, отработка навыков самоэффективности и самоконтроля, умение управлять своей самооценкой, уважать себя, контролировать, хвалить, критиковать, не бояться смотреть на себя правдиво, эффективно действовать;
- повышение мотивации учебной деятельности;
- повышение познавательной активности;
- снижение тревожности;
- повышение приоритета ценности здоровья и здорового образа жизни;
- формирование культуры здоровья (здоровьесберегающей компетентности);
- повышение уровня физического здоровья.

**Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
«Владимировская средняя школа» Тогучинского района Новосибирской области**

**ОПИСАНИЕ ПРАКТИЧЕСКОГО ОПЫТА ПО ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЕ С
ОБУЧАЮЩИМИСЯ, СКЛОННЫМИ К СУИЦИДАЛЬНОМУ, АДДИКТИВНОМУ И
ДЕЛИНКВЕТНОМУ ПОВЕДЕНИЮ**

Каленникова Екатерина Николаевна, социальный педагог

Аннотация

В данной работе представлено описание практического опыта «Владимировской средней школы» по профилактической работе с обучающимися, склонными к суицидальному, аддиктивному и делинкветному поведению.

Детские суициды в Новосибирской области становятся все более серьезной проблемой. К сожалению, область по их числу находится на печальном третьем месте в Сибирском федеральном округе.

Школа, где подростки проводят треть дня, представляется средой для осуществления профилактики суицидального риска среди обучающихся. В связи с этим, в нашей школе была разработана система профилактических мероприятий, направленных на предупреждение суицидального поведения несовершеннолетних, в реализации, которой принимают участие все участники образовательной деятельности: педагоги, обучающиеся, родители. Также работа организуется при сотрудничестве со специалистами ПДН, КДН и ЗП, администрации Чемского сельсовета. Во Владимирской школе последние пять лет обучается не более 100 детей. Суицидальных намерений и попыток совершения суицида среди обучающихся нашей школы не было. Педагогический коллектив этому очень рад, так как главная цель образования детей - это создание и поддержание психологически комфортных условий для полноценного развития личности каждого ребенка. Работа в данном направлении нацелена на позитивное отношение к жизни. В нашей школе проводится большое количество мероприятий всех направлений, посвященных жизненным ценностям: здоровому образу жизни, дружбе, добру, взаимопониманию, гордости за свою малую и большую Родину, уважению к старшему поколению и др. Мы должны потратить огромные усилия на профилактику, чтобы предотвратить возникновение суицидальных мыслей, намерений у подростков. Чужих детей не бывает.

*Самоубийство – мольба о помощи,
которую никто не услышал...*

Р. Алеев

Актуальность. В последние годы на первый план в работе всех служб системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних города Новосибирска и области выходит суицидальное поведение несовершеннолетних.

В Новосибирской области растёт число самоубийств среди несовершеннолетних. В 2019 году в регионе зарегистрирована 101 попытка самоубийства, 19 из них, к сожалению, привели к смерти.

Ещё 325 случаев были отнесены специалистами к так называемому "суицидальному поведению". Например, это "самопорезы" или "суицидальные высказывания". Для сравнения в 2018 году было известно о 60 попытках и 18 доведённых до конца самоубийствах. Регион в Сибирском федеральном округе находится по данному печальному показателю на третьем месте.

По мнению специалистов необходимо увеличить число педагогов-психологов и социальных педагогов в учебных заведениях, ведь именно в школьном возрасте дети, в основном, пытаются покончить с собой.

Что касается основных факторов суицидального поведения то, на первом месте - конфликты в семье, на втором - неразделенная любовь, затем депрессивное состояние детей.

Более 50 % детей, решившихся на самоубийство, совершают его в состоянии алкогольного опьянения. Фактором риска также является наличие заболеваний у родителей, например, алкоголизм, депрессия у матери. Также негативно сказываются на психологическом состоянии детей завышенные или заниженные ожидания родителей по отношению к ним, излишняя авторитарность, отсутствие времени на общение. Нередко в семьях детей, принявших решение лишить себя жизни, уже были случаи самоубийств. Провоцируют суициды развод родителей, болезни. Ребенок может отчаяться и решиться покончить с собой после конфликта, который взрослым кажется мелким. Дети совершают самоубийства в большинстве своем путем отравления. Используются также прыжки с высоты и порезы.

Поэтому актуальность данной проблемы вызывает острую необходимость подробного изучения причин, мотивов, ситуаций проявления суицидальных попыток и способов профилактики, так как одной из главных целей образования детей является создание и поддержание психологически комфортных условий для полноценного развития личности каждого ребенка.

Работа по данному направлению – это работа, в которой, школьные специалисты не имеют права на ошибку. Одной из задач работы социального педагога становится профилактика суицидального поведения среди подростков. Сюда входит и работа с педагогами, и с родителями (законными представителями), и непосредственно с детьми.

За каждым случаем суицида или его попыткой непременно стоит личная трагедия, безысходность, семейные конфликты и неблагополучие, боязнь насилия со стороны взрослых, бестактное поведение отдельных педагогов, конфликты с учителями, одноклассниками, друзьями, черствость и безразличие окружающих, приводящие к тому, что страх перед жизнью побеждает страх смерти.

Изучение проблемы суицида среди подростков показывает, что в большинстве случаев дети решаются на самоубийство с целью обратить внимание на свои проблемы родителей, педагогов. В подростковой психике есть некоторые черты, предполагающие к самоубийству. С одной стороны, страсть к самоутверждению, с другой - еще не сформированное представление о ценности жизни. У них нет барьера между рискованным и нерискованным поведением. Подростки очень легко манипулируют как своим здоровьем, так и своей жизнью. Им кажется, что жизнь - недорогая цена за доказательство собственной правоты.

Своевременная поддержка, доброе участие, оказанное подросткам в трудной жизненной ситуации, помогли бы избежать непоправимого.

Школа, где подростки проводят треть дня, представляется средой для осуществления профилактики суицидального риска среди учащихся. В связи с этим, в нашей школе была разработана система профилактических мероприятий, направленных на предупреждение суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения несовершеннолетних, в реализации, которой принимают участие все участники образовательной деятельности: социальный педагог, педагог-психолог, педагоги-предметники, обучающиеся, родители.

Цель: профилактика суицидов, суицидальных попыток, аддиктивного и делинквентного поведения несовершеннолетних.

Задачи:

- Организация профилактической и просветительской работы по предотвращению суицидальных попыток среди обучающихся общеобразовательной организации.
- Повышение компетентности родителей и педагогов в области профилактики суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения.
- Диагностика и коррекция отклоняющегося поведения подростков.
- Создание системы психолого-педагогической поддержки обучающихся.

Категория участников: обучающиеся, родители (законные представители), педагоги.

Ожидаемый результат:

Организованная таким образом работа образовательной организации позволит осуществлять:

- социальную и психологическую защиту детей;
- снизить количество детей с аддиктивным и делинквентным поведением;
- избежать суицидальных попыток;
- организовать работу по оптимизации взаимоотношений в детско-родительской среде.

3. Методы отслеживания эффективности реализации опыта/ технологии

Суицидальные намерения можно выявить при помощи наблюдений, индивидуальных бесед с детьми, родителями, анкетирования, тестирования, а также изучения рисунков, персональных страничек сайтов, выяснения предпочтений подростков (музыка, фильмы и т.п.).

Для выявления различных психических состояний используются различные методики:

- Скрининговые исследования на основе методики «Опросник депрессии у детей. (Maria Kovacs, 1992)»
- Методика самооценки психических состояний (по Г.Айзенку)
- Шкала личностной тревожности (А.М. Прихожан) 5-7 классы.
- Методика изучения склонности к суицидальному поведению (М.В. Горская)
- Изучение общей самооценки (опросник Казанцевой Г.Н.)
- Опросник родительского отношения (А. Варга, В. Столин)
- Тест «Ваши суицидальные наклонности» (З. Королёвой)
- Социометрия (ежегодное исследование)
- Мониторинг сформированности УУД 1-9 классы
- Адаптация 1, 5, 10 классы
- Всероссийское социально-психологическое онлайн-тестирование обучающихся 7-11 классов.
- Мониторинг удовлетворенности школьников, родителей качеством образования.

4. Содержание практического опыта/ технологии

Школа наша небольшая, уютная. Последние годы в ней обучается не более 100 человек. Из специалистов есть социальный педагог, педагог-психолог, к сожалению, работает по совместительству и бывает в школе один раз в неделю, не так давно появился логопед (дефектолог). Тем не менее, задача всех педагогов - это предупреждение суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения несовершеннолетних.

В школе разработана программа профилактики суицидального поведения детей и подростков «*Хочу жить!*» на 2018-2023годы. Также имеется план работы по профилактике суицидального поведения несовершеннолетних на 2020 – 2021 учебный год (такой план составляется ежегодно). Программа профессиональной ориентации обучающихся.

Основными направлениями деятельности педагогического коллектива МКОУ Тогучинского района «Владимировская средняя школа» по профилактике суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения являются:

1. Общие профилактические мероприятия:

Вовлечение всех обучающихся в социальную жизнь школы и села. Социальный педагог совместно с педагогом - психологом, педагогом-организатором, заместителем по УВР разрабатывает план воспитательной работы школы на год, куда включены мероприятия по всем направлениям (духовно-нравственное, патриотическое, социальное, спортивно-оздоровительное). Большое внимание в нашей школе уделяется патриотическому воспитанию. Целью которого является формирование патриотических чувств, имеющих огромное значение в социально-гражданском и духовном развитии личности ученика. Работа направлена на формирование чувства гордости к достижениям нашего села и района, а также Родины в целом. Любой школьник может посещать краеведческий кружок «Кто с нами?», где имеет возможность себя активно проявить в данном направлении. На базе школы имеется небольшой музей с различными экспонатами.

Проводится большое количество различных мероприятий и акций, приуроченных к знаменательным датам в истории. Например, «Смотр строя и песни», «День Комсомола», Героический Декабрь (3 декабря, 9 декабря), «День снятия Блокады Ленинграда», День памяти Николая Сидорова (односельчанин, погибший в Афганистане) и многое другое. В проведении

мероприятий такого плана проблем с подготовкой не возникает, ребята с удовольствием откликаются. Школьники несут почетный караул около памятника, возлагают гирлянды и венки, часто, сделанные своими руками. В школе оформлены стенды, проводятся интеллектуальные викторины, конкурсы тематических рисунков, исполняются песни военных лет и т.д. В школу приглашаются гости, почетные жители села, родственники, погибшего в Афганистане Николая Сидорова, чтобы дети знали свою историю, помнили, гордились.

Много акций связано с пожилыми людьми нашего села. Это дает возможность выразить глубокое уважение и сказать теплые слова благодарности всем пожилым людям за их добросовестный труд, за их огромный жизненный опыт, доброту, мудрость. Поздравления своим дедушкам, бабушкам, знакомым и незнакомым пожилым людям адресуют дети всех классов. Ребята делают красивые открытки и цветы из бумаги и каждый год поздравляют пожилых людей со знаменательными датами, оказывают помощь, если это требуется.

В образовательной организации ведется целенаправленная работа по профориентации обучающихся с учетом запроса экономики современного общества. Традиционно сформировалась технология предпрофильной ориентации в 8-11 классах, включающая в себя диагностику познавательных интересов и профессиональной направленности (тестирование, анкетирование, игры и т.д.).

Проводится анализ интернет сайтов: Учеба.ру, Колледжи, вузы города Новосибирска и области. Всевозможное информирование учащихся о профессиях, путях их получения, возможностях трудоустройства. Обучающиеся пользуются различными платформами, такими как «ПроеКТОрия», «Билет в будущее», «За собой», «Единая промышленная карта» и другие. Осуществляется просмотр видеофильмов и презентаций о разных профессиях. Каждый год проводится неделя профориентации с оформлением стенда, викторинами, сочинениями, рисунками, квестами.

Ежегодно проводятся профилактические и просветительские акции, по утверждению ЗОЖ, всероссийская акция Стоп Вич/Спид, «Мир против наркотиков», «Безопасность на дороге», «Безопасный интернет» и т.д.). Проводятся Дни Здоровья (осенью и зимой), обучающиеся выходят на природу в окрестностях села и принимают участие в разных конкурсах, поют песни, получается очень интересно и позитивно.

В нашей школе все обучающиеся вовлечены в кружковую и внеурочную деятельность. В 2020-2021 году через систему Навигатор.

Организована стендовая работа (буклеты, памятки, информационные листы, стенгазеты на разные темы). Ведется школьный сайт, где размещена необходимая информация.

В целях профилактической и воспитательной работы в школе осуществляется межведомственное взаимодействие с социальной службой Сельского совета, с центром развития творчества, со спортивной школой, с СДК, с отделом полиции и КДНи ЗП.

Обучающиеся, которые имеют льготы, получают льготное питание в столовой.

II. Специальные профилактические мероприятия.

1. Анализ работы за предыдущий учебный год и планирование на следующий год в августе.

2. Изучение нормативно – правовых документов по профилактике суицидального поведения у детей и подростков.

3. Формирование списков обучающихся, состоящих на разных видах учета: в ПДН, КДН и ЗП, ВШУ, детей из семей «группы риска», из семей, находящихся в СОП.

4. Выявление социально-неблагополучных семей. Организация обследования условий жизни детей из этих семей.

5. С начала учебного года особое внимание уделяется вновь прибывшим обучающимся 1, 5, 10 классов, данная категория детей проходит процесс школьной адаптации. На основании плана работы проводится совместное с классным руководителем наблюдение за течением адаптационного периода, оказывается психологическая поддержка, помощь.

6. Формирование списков обучающихся, занятых в кружках и секциях, состоящих на разных формах учета.

7. Проведение с обучающимися работы на индивидуальном уровне, а также с родителями (законными представителями).

8. Прохождение всероссийского социально-психологического тестирования 7-11 классы.

9. Ежегодно обучающиеся, состоящие на разных формах учета принимают участие в конкурсе «Стартующий подросток», где неоднократно занимают призовые места. Не смотря на сложившиеся обстоятельства с Коронавирусом, соревнование проводится с переходом в онлайн - режим и с выполнением домашнего задания.

10. Проведение классных часов по формированию правовой культуры, толерантного поведения, здорового образа жизни. Например: («Всегда ли есть выход из трудной жизненной ситуации?», «Смысл жизни. В чем он?», «Как сделать правильный выбор?», «Жизнь – это счастье. Как его сотворить самому?»).

11. В преддверие выпускных экзаменов (9, 11 классы) с учащимися проводится диагностическое обследование эмоционального состояния, и склонности к депрессивным состоянием. Со всеми выпускниками проводятся занятия, способствующие снятию эмоционального напряжения и обучению способам саморегуляции и самоконтроля.

12. Просмотр кинолекториев по профилактике преступлений, правонарушений, вредных привычек.

13. Участие в различных семинарах, секциях, повышение профессиональной компетентности.

III. Индивидуальные и групповые мероприятия с обучающимися включают в себя: планирование и проведение тренинговых групповых занятий, индивидуальные консультации с обучающимися с целью нормализации их психического состояния, формирование позитивного мышления, выстраивание взаимоотношений с родителями, педагогами, одноклассниками. Этому способствуют занятия: «Позитивное мышление», «Работа с эмоциями», обучение приемам саморегуляции. В течение года по результатам диагностик, наблюдений выявляются обучающиеся, требующие пристального внимания со стороны социального педагога и педагога-психолога, ведется учет и сопровождение по индивидуальному плану мероприятий.

В школе действует «Совет по профилактике», «Совет Отцов», «Служба медиации», в состав которых входит социальный педагог, педагог-психолог и другие специалисты школы. Данные комиссии созданы согласно всем необходимым документам для комплексного подхода к решению проблем профилактики нарушений поведения и успеваемости среди обучающихся и защиты их прав.

IV. Совместные мероприятия с педагогами с целью повышения их компетентности включают в себя: информирование учителей на педагогических советах, тематических семинарах: о возрастных особенностях подросткового возраста, о трудностях данного возраста, о видах суицида, о «маркерах» суицидального состояния, о способах информирования о намерениях суицида, о факторах суицидального риска, об алгоритме действий в кризисных ситуациях, о создании безопасного психологического климата в школе. Проведение индивидуальных консультаций по необходимости. Данные мероприятия проводятся 1-2 раза в четверть.

V. Мероприятия для родителей (законных представителей) включают в себя:

- выступления на общешкольных и классных родительских собраниях (о способах оказания психологической поддержки в семье, о повышении культуры родителей в области семейного воспитания и межличностного взаимодействия). Очень важно до родителей донести, что в гонке за тем, чтоб обеспечить семью, они забывают о живом общении. Весь диалог сводится к репликам «Как дела? Как в школе?». Родители мало времени проводят с детьми вне дома (на рыбалке, в походе и т. д);

- индивидуальные консультации, анкетирование и диагностика;

- проведение совместных позитивных досуговых мероприятий, акций, походов.

Формы и методы работы:

- профилактические мероприятия
- психологическое просвещение
- тренинги
- занятия-встречи, занятия-диспуты
- семинары
- классные часы
- беседы

- консультирование (индивидуальное)
- наблюдение
- мероприятия
- общественные акции

Итоги апробации

Реализация профилактической работы с обучающимися, склонными к суицидальному, аддиктивному и делинквентному поведению в МКОУ Тогучинского района «Владимировская средняя школа» осуществляется с 2009 года по настоящее время. В последние годы работа в данном направлении показывает положительную динамику. В нашей школе суицидальных намерений и попыток совершения суицида обучающихся нет, что очень радует педагогический коллектив, так как это и есть цель совместной работы.

При анализе результатов социально-психологической диагностики на выявление склонностей к суицидальным и аддиктивным рискам в среди обучающихся Владимировской школы не выявлено.

Обучающиеся 7-11 классов в нашей школе ежегодно принимают участие в СПТ почти 100%, в 2019-2020 - 2020-2021 году – 100%. Результаты в целом хорошие, есть конечно недостоверные результаты, у большинства школьников – незначительный риск и совсем маленький процент – латентный риск. Таким ребятам уделяется пристальное внимание со стороны всего педагогического коллектива. Педагог психолог делает с такими ребятами повторную диагностику.

В целом снизились показатели по таким факторам, как: тревожность, агрессия. Повысились показатели по таким факторам, как: положительная мотивация в обучении; положительная картина своего будущего.

Также в последние годы снижается количество обучающихся, стоящих на внутришкольном учете, на учете в ПДН и КДНиЗП. На начало 2020-2021 учебного года таких обучающихся нет. Количество семей стоящих на различных формах тоже снизилось. Это благодаря слаженной работе коллектива, сотрудничеству с администрацией сельского совета. С обучающимися, с родителями (законными представителями) проводятся регулярные профилактические беседы, а также посещение семей. Очень важна вовлеченность школьников в кружковую и внеурочную деятельность, различные мероприятия и акции, как на уровне школы, так и села.

Но проблемы по-прежнему остаются, школа борется с пропусками учебных занятий без уважительной причины, отсутствием мотивации к обучению у некоторых обучающихся. В некоторых семьях родители злоупотребляют алкоголем и не уделяют должного внимания воспитанию детей. Такие семьи под особым контролем.

Перспективы развития

Данная работа будет наиболее эффективна при условии реализации ее как целостной системы совместной деятельности социального педагога, педагогов - предметников, педагога-психолога, администрации школы и родителей, направленной на активное включение ребенка в социум.

Снятие психологического напряжения в психотравмирующей ситуации. Уменьшение психологической зависимости от причины, повлекшей суицидальное поведение. Формирование адекватного отношения к жизни и смерти.

Самоубийство можно предотвратить, если быть внимательнее к ребенку. Если детям обеспечить окружение, свободное от тревоги, они бы росли и становились полноценными личностями. Однако культура, религия, политика и другие общественные силы не всегда предоставляют необходимые условия для полноценного развития личности ребенка. Чувствуя себя в опасном окружении, дети рассматривают мир как относительно враждебную среду для жизни.

Как позитивный момент следует отметить согласованность на межведомственном уровне и тесное взаимодействие различных ведомств в оказании комплексной поддержки и помощи несовершеннолетним.

Тем не менее, проблема суицидального поведения среди несовершеннолетних остается достаточно актуальной и требует постоянного внимания со стороны государства, общества, семьи. От внимательного отношения и своевременного реагирования окружающих (родителей,

педагогов, сверстников, медицинских работников) во многом зависит: реализует или остановит свой суицидальный план подросток.

Поэтому мы должны потратить огромные усилия на профилактику, чтобы предотвратить возникновение суицидальных мыслей, намерений у подростков. Чужих детей не бывает...

Список использованной литературы

1. А.Г. Абрумова Профилактика суицидального поведения. Методические рекомендации. М., 1980.
2. Бережковская Е. Чем и как увлекаются подростки // Школьный психолог, 2005, №1
3. Зарипова Ю. Поверь в себя. Программа психологической помощи подросткам // Школьный психолог, 2007, №4 (16)
4. Иванцова А. О работе с проблемными семьями. Воспитание школьников - 2000 - №10 - с.18.
5. Кардашина О., Родионов В., Ступницкая М. Я и мой выбор. Занятия для учащихся 10 – 11 классов по формированию социальных навыков и навыков здорового образа жизни // Школьный психолог, 2001, №27.
6. Манелис Н. Психологический климат в классе // Школьный психолог, 2001, №10, 12, 16, 19.
7. Мешковская О. Занятие “Подарок самому себе” // Школьный психолог, 2005, №10.
8. Николаева Н. Программа комплексного взаимодействия с подростками “группы риска” “Грани моего Я” // Школьный психолог, 2006, №15
9. Профилактика суицидального поведения. Методические рекомендации. Сост.: А.Г. Абрумова и В.А. Тихоненко. М., 1980.
10. Савченко М. Тренинг “Уверенность” для учащихся 11 классов // Школьный психолог, 2005, №2, 3, 4
11. Синягин Ю.В., Синягина Н.Ю.. Детский суицид. Психологический взгляд. КАРО, С – П, 2006. – 176 с.
12. Фоминова А. Как улучшить настроения. Изучение способов саморегуляции эмоционального состояния. Школьный психолог, 2006, №2
13. Интернет ресурсы.

Социальный паспорт образовательной организации МКОУ Тогучинского района «Владимировская средняя школа» на 01.09.2018 года

Всего учащихся	Опекаемые		Детей-инвалидов	Приемные		Многодетные		Малообеспеченные		Неполные		ВШУ	СОП (имеющие статус)		«группа риска»		ПДН	
	семьи	дети		семьи	дети	семьи	дети	семьи	дети	семьи	дети		семьи	дети	семьи	дети	семьи	дети
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
88	3	4	1	0	0	10	17	4	4	14	17	2	4	6	4	5	1	0

Социальный паспорт образовательной организации МКОУ Тогучинского района «Владимировская средняя школа» на 01.09.2019 года

Всего учащихся	Опекаемые		Детей-инвалидов	Приемные		Многодетные		Малообеспеченные		Неполные		ВШУ	СОП (имеющие статус)		«группа риска»		ПДН	
	семьи	дети		семьи	дети	семьи	дети	семьи	дети	семьи	дети		семьи	дети	семьи	дети	семьи	дети
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	13	4	5	6	7	8	9
9	3	4	1	0	0	11	19	3	4	1	4	1	5	6	3	5	1	0

Социальный паспорт образовательной организации МКОУ Тогучинского района «Владимировская средняя школа» на 01.09.2020 года

Всего учащихся	Опекаемые		Детей-инвалидов	Приемные		Многодетные		Малообеспеченные		Неполные		ВШУ	СОП (имеющие статус)		«группа риска»		ПДН	
	семьи	дети		семьи	дети	семьи	дети	семьи	дети	семьи	дети		семьи	дети	семьи	дети	семьи	дети
1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	2	13	4	15	6	7	8	9
6	2	4	1	0	0	10	22	3	5	1	3	0		7				

Информация о несовершеннолетних, состоящих на различных видах учёта МКОУ Тогучинского района «Владимировская средняя школа»

год	Вид учёта		
	ВШУ	ПДН	КДН и ЗП
2018	2	0	1
2019	1	0	0
2020	0	0	0

Информация о состоянии работы по профилактике суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения обучающихся в образовательных организациях Тогучинского района Новосибирской области 2019 год

Классы	Общее количество обучающихся	Из них, обучающихся, находящихся в «группе риска»			Количество завершённых суицидов	Количество суицидальных попыток
		АП	ДП	СП		
1-4 классы	34	0	0	0	0	0
5 класс	12	0	0	0	0	0
6 класс	8	0	0	0	0	0
7 класс	3	0	0	0	0	0
8 класс	7	0	1	1	0	0
9 класс	14	0	1	1	0	0
10 класс	3	0	0	0	0	0
11 класс	7	0	0	0	0	0
Всего	88	0	2	2	0	0

АП – аддиктивное поведение, ДП-девиантное поведение, СП-суицидальное поведение

Документы по профилактике суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения несовершеннолетних:

«О мерах по профилактике суицида среди детей и подростков» Письмо Минобразования от 26.01.2000 №22-06-86

Приказ «Об организации психиатрической помощи детям, находящимся в кризисной ситуации» №674\616

Программа профилактики суицидального поведения детей и подростков «Хочу жить! На 2018-2023 годы

План работы по профилактике суицидального поведения несовершеннолетних на 2020-2021 учебный год

Методические рекомендации по планированию мероприятий, направленных на профилактику суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения несовершеннолетних.

Методические рекомендации педагогам по оказанию поддержки учащемуся, имеющими признаки суицидального риска.



**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение города Новосибирска
«Средняя общеобразовательная школа № 92»**

**«КОМПЛЕКСНАЯ МОДЕЛЬ ОРГАНИЗАЦИИ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
КАК ОСНОВНОЕ УСЛОВИЕ ПРОФИЛАКТИКИ ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ
ОБУЧАЮЩИХСЯ, ДОСТИЖЕНИЯ ВСЕСТОРОННЕГО РАЗВИТИЯ
ЛИЧНОСТИ УЧЕНИКА СОВРЕМЕННОЙ ШКОЛЫ»**

*Турова Анна Александровна, заместитель директора,
педагог – психолог высшей квалификационной категории*

Краткая аннотация проекта

В условиях современной политической, экономической, социальной ситуации развития современного российского общества назрела необходимость обновления понимания теории и практики воспитания в образовательной организации. Индивидуальность каждого ученика - целевой ориентир деятельности педагогов, которая должна отвечать современным запросам школьников и их родителей (законных представителей), быть интересна, понятна.

Воспитывающая среда образовательной организации должна учитывать то, что ученики, включенные в нее, обладают разнообразными способностями. Для каждой способности необходимо найти способ реализации в практическом действии. Перед педагогическим коллективом школы стоит непростая задача – создать событийно насыщенную воспитательную среду, в которой будут предложены разнообразные формы приобретения ребенком социального опыта, реализована детская креативность, фантазия, творчество оценено по достоинству, интеллектуальные способности найдут свое применение.

Личность обучающегося в такой среде становится полноценным и полноправным субъектом воспитательной деятельности, который способен осуществлять актуальный выбор интересных и значимых событий, инициировать собственные, быть соавтором всех видов социального творчества в насыщенном событийном пространстве.

Выявленные на основе анализа научной литературы аспекты, позволили сформулировать следующие противоречия:

- между необходимостью предоставить современному школьнику множество различных вариантов социально – одобряемой, способствующей личностному развитию, деятельности внутри образовательной организации и плотностью расписания учебных занятий, двусменным режимом работы школы;
- между требованиями федеральных государственных образовательных стандартов о создании условий для развития индивидуальности ребенка и отсутствием широкого спектра возможностей для реализации.

Описание учреждения

Средняя общеобразовательная школа № 92 была открыта 1 сентября 1987 года и на протяжении многих лет сохраняет стабильный контингент обучающихся. МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 92» расположена на территории Ленинского района, в центре Тrolleyного жилого массива. Предусмотрена пятидневная учебная неделя для обучающихся 1 - 4 классов и 5-7 классов; шестидневная для обучающихся 8-11 классов. Учебные занятия проводятся в две смены.

В школе создана открытая информационно - образовательная среда, успешно реализуются основные направления воспитательной работы. Школа продуктивно взаимодействует с социальными партнерами – центрами дополнительного образования детей. Воспитательная работа ведется в 56 классных коллективах, ее осуществляют 46 классных руководителей, 10 классных руководителей работают в двух классных коллективах одновременно. Воспитательная работа заключается в педагогически целесообразной организации жизни детей, направленной на оказание социально-педагогической поддержки, формирование основ социально зрелой личности обучающихся.

Работа с классными коллективами строится в соответствии с методическими рекомендациями РДШ, а также программой воспитания и социализации на уровнях начального и основного общего образования, реализацией проекта «Событийный подход в построении Программы воспитания и

социализации». Все направления воспитательной работы позволяют осуществлять личностно-ориентированный подход в воспитании при одновременной массовости воспитательных событий и стимулировать творческие способности обучающихся во всех аспектах воспитания.

В школе создана и успешно функционирует система электронного документооборота, созданная с использованием сервисов облачного хранилища google, которая позволяет эффективно и своевременно решать актуальные воспитательные задачи в каждом классном коллективе.

Постановка проблемы

Стремительное совершенствование и обновление содержания образования, реализация ФГОС на всех уровнях образования, смысловые ориентиры Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, реализация национального проекта «Образование» приводят к возрастанию потребности в организации эффективной воспитывающей среды современной школы.

Воспитывающая среда образовательной организации должна учитывать то, что обучающиеся обладают разнообразными способностями, каждая из которых должна найти свой путь для реализации в практическом действии. Сегодня воспитательная деятельность педагогического коллектива школы обязана предлагать разнообразные формы приобретения ребенком конструктивного социального опыта, создавать общность для реализации детской креативности, различных видов творчества, интеллектуальных способностей, быть гибкой, учитывающей индивидуальность каждого обучающегося включенного в нее школьника. Личность обучающегося в такой среде становится полноценным и полноправным субъектом воспитательной деятельности, который способен осуществлять актуальный выбор интересных и значимых событий, инициировать собственные, быть соавтором всех видов социального творчества в насыщенном событийном пространстве.

Выявленные на основе анализа научной литературы аспекты, позволили сформулировать следующие противоречия:

- между необходимостью предоставить современному школьнику множество различных вариантов социально – одобряемой, способствующей личностному развитию, деятельности внутри образовательной организации и плотностью расписания учебных занятий, двусменным режимом работы школы;
- между требованиями федеральных государственных образовательных стандартов о создании условий для развития индивидуальности ребенка и отсутствием широкого спектра возможностей для реализации.

Цель и задачи проекта

В условиях современной политической, экономической, социальной ситуации развития современного российского общества назрела необходимость обновления понимания теории и практики воспитательной деятельности в образовательной организации. Индивидуальность каждого обучающегося - целевой ориентир деятельности педагогов, которая должна отвечать современным запросам школьников и их родителей (законных представителей), быть интересна, понятна. Достижение данного целевого ориентира возможно при включении в практику работы образовательной организации проекта «Комплексная модель организации воспитательной деятельности как основное условие достижения всестороннего развития личности обучающегося современной школы».

Цель проекта: расширение спектра видов воспитательной деятельности обучающихся в событийном пространстве образовательной организации, направленного на удовлетворение их социально – одобряемых потребностей в личностно – доверительном общении, обеспечивающих интеллектуальное, творческое, личностное развитие и психическое здоровье.

Задачи проекта:

- Проанализировать научные подходы к организации воспитательной деятельности, определить стратегию её реализации в образовательной организации.
- Оценить возможности использования интернет – сервисов и социальных сетей при организации воспитательной деятельности в школе.
- Осуществить мониторинг личностного развития обучающихся с целью определения актуальных задач развития.
- Учитывать возрастные и индивидуальные особенности обучающихся.
- Улучшать условия духовно-нравственного развития школьников.
- Определить и использовать критерии оценки эффективности воспитательных воздействий.
- Стимулировать педагогических работников внедрять инновационные формы воспитательной деятельности при организации работы с классными коллективами и родительской общественностью.

Обоснование актуальности проекта

Качество воспитательной деятельности определяет социально-экономическое и духовное развитие страны. Потенциал интеллектуальных ресурсов выступает ведущим фактором выстраивания геополитических отношений в мире, на сегодняшний день основными стратегическими целями современного российского образования становятся:

Обеспечение глобальной конкурентоспособности российского образования, вхождение РФ в число 10 ведущих стран мира по качеству общего образования. Воспитание гармонично развитой и социально ответственной личности на основе духовно-нравственных ценностей народов РФ, исторических и национально-культурных традиций.

Данные цели сформулированы в тексте национального проекта Российской Федерации «Образование» подчеркивают особенную значимость моделирования комплексной системы воспитания, в которой возможно всестороннее развитие личности современных учеников.

Событийно насыщенная среда способствует расширению и воплощению организаторских, творческих и интеллектуальных способностей обучающихся, улучшает психологическое состояние обучающихся в урочной и внеурочной видах деятельности. Рассматривать событийный подход принято в двух аспектах, которые взаимообуславливают друг друга. С одной стороны, он заключается в анализе событийной структуры жизненного пути, особенностях событийности конкретной жизни, а также межсобытийных связей по типу «причина – следствие» или «цель – средство», которые являются сущностной характеристикой субъективной картины жизненного пути. С другой стороны, событийный подход находит свое воплощение в сфере практических действий, где на основе осуществляемых событий оказывается воздействие на человека, изменяются его представления, ценности и смыслы.

Основными направлениями событийности в образовательной организации должны стать: гражданско-патриотическое воспитание, нравственно – этическое, воспитание талантов и лидеров. Перечисленные направления возможно реализовать при соблюдении следующих условий:

- обеспечение психологической безопасности образовательной среды путем формирования позитивной эмоциональной атмосферы в референтных группах;
- разработка и реализация широкого диапазона видов внеурочной и внеучебной деятельности;
- внедрение фасилитирующей направленности воспитательных воздействий педагогов;
- постоянное совершенствование методов и приемов, используемых в воспитательной работе педагогами.

Для анализа текущего состояния психологической безопасности школы нами была использована методика «Психологическая безопасность образовательной среды школы». В исследовании приняли участие обучающиеся в количестве 1123 человека, были получены следующие данные: 79% респондентов испытывают нейтральное, противоречивое отношение к образовательной среде школы, 21% учеников испытывает негативное отношение к образовательной среде школы. Ученики отмечают, что нередко чувствуют себя уязвимыми для публичных оскорблений со стороны одноклассников, часто боятся высказать свою точку зрения, считают, что к их личным проблемам невнимательны и их не учитывают. Подобные результаты свидетельствуют о том, что психологическая безопасность образовательной среды как одно из важнейших условий обеспечения событийности находится в стадии формирования и нуждается в интенсификации развития.

В МБОУ СОШ № 92 на сегодняшний день развивается система внеурочной деятельности, однако в связи с учебной нагрузкой, обучением в две смены, ученикам приходится выбирать наиболее актуальные для себя виды деятельности, часто отдавая предпочтение тем, что способны улучшить их образовательные результаты, что означает необходимость расширения вариантов ее реализации.

69% классных руководителей испытывают трудности в реализации интерактивных форм и методов воспитательной работы, часто единственной формой организации воспитательного события становится классный час.

Готовность к реализации проекта

В МБОУ СОШ № 92 обучается 1540 человек. Предусмотрена пятидневная учебная неделя для обучающихся 1 - 4 классов и 5-7 классов; шестидневная для обучающихся 8-11 классов. Учебные занятия проводятся в две смены. Воспитательная работа ведется в 56 классных коллективах, ее осуществляют 46 классных руководителей, 10 классных руководителей работают в двух классных коллективах одновременно. Успешно функционирует открытая информационно - образовательная среда, реализуются основные направления воспитательной работы.

Для успешной практической реализации проекта педагогический коллектив образовательной организации располагает следующими ресурсами:

А) Педагогические ресурсы:

Кадровый потенциал педагогического коллектива школы – важнейший ресурс, позволяющий обеспечивать должное качество образования. Ежегодно педагоги МБОУ СОШ № 92 демонстрируют высокое качество и результативность участия в конкурсах профессионального мастерства. Создана и результативно функционирует социально–психолого–педагогическая служба образовательной организации.

Профессиональное образование:

- имеют высшее образование – 53 (94%);
- среднее профессиональное – 3 (6%);
- молодые специалисты – 1.

Квалификационная характеристика педагогического коллектива:

- имеют высшую квалификационную категорию – 47%;
- имеют I квалификационную категорию – 53%;
- почетные звания, отраслевые награды – 7 человек.

Специалисты социально–психолого–педагогической службы, реализующие проект регулярно и результативно участвуют в конкурсах профессионального мастерства, демонстрируя высокий уровень профессионального мастерства на городском, областном, всероссийском уровнях. Делятся опытом на различных творческих площадках района и города, таких как: Педагогические чтения, проект «Каникулярные встречи», а также размещают материалы в электронной газете «Интерактивное образование», фестивале педагогических идей «Открытый урок». Два представителя службы являются руководителями районных методических объединений, активные участники городских методических объединений. Между членами социально–психолого–педагогической службы и специалистами ГЦОиЗ «Магистр» налажено плодотворное, долгосрочное сотрудничество. В октябре 2019 года благодаря реализации членами социально–психолого–педагогической службы проекта «Город лидеров», образовательная организация получила статус городской инновационной площадки «ДЕТИ – ГОРОДУ» (руководители проекта зам. директора Мальцева А.А., педагог–организатор Шишкина Л. В.).

Б) Научно-методическое обеспечение:

Научно-методическую поддержку при реализации проекта интенсивно смогут оказать специалисты кафедры специальной психологии НИПКиПРО и НГПУ (по согласованию), ГЦОиЗ «Магистр». Реализуется долгосрочное сотрудничество с Центром развития молодежи (г. Екатеринбург), в 2018-2019 и 2019-2020 учебных годах специалистами центра на базе МБОУ СОШ № 92 были проведены выездные Межрегиональные Форумы лидеров образования.

В) Материально-техническое обеспечение:

В школе 40 учебных кабинетов, из них 2 компьютерных класса, оборудованных доступом к сети «Интернет», библиотека с читальным залом, оснащенным компьютерами, подключенными к интернет–сети.

Информационная поддержка эффективного функционирования представленной модели осуществляется с помощью социальных сетей и интернет–сервисов. В сообществе «Школа 92, события» в социальной сети «В контакте» размещаются задания, челленджей, адвент – календаря и мн.др. Так в ожидании зимних каникул и праздников были размещены задания Новогоднего адвента [Рисунок 1]:



«Школа 92, события»

Необходимые материалы для участия в общешкольных событиях размещаются также в Instagram-аккаунте школы [Рисунок 2], там же любой ученик может разместить новость, сопроводив ее фото и подробным описанием, после одобрения модератора.



Этапы, содержание и методы реализации проекта

Комплексная модель воспитательной деятельности, отражающая индивидуально – личностную направленность воспитания складывается из совокупности целевых ориентиров и содержания воспитательных воздействий на личность обучающихся, выражающихся в формировании индивидуальности выбора актуальных событий, наличии сюжета воспитательных событий, в совместной и индивидуальной деятельности, основных организационно – технологических аспектах, коллективной и индивидуальной рефлексивной оценке.

Конкурентными преимуществами образовательной организации, служащими основой реализации предлагаемой модели являются:

- наличие в коллективе педагогов, способных к восприятию и трансляции нового, профессиональному росту на основе освоения инновационных способов деятельности, творческому поиску;
- продуктивное использование интернет – сервисов и социальных сетей в практике воспитательной работы;
- опыт реализации лично – ориентированных технологий, фасилитационных практик в воспитательном пространстве организации.

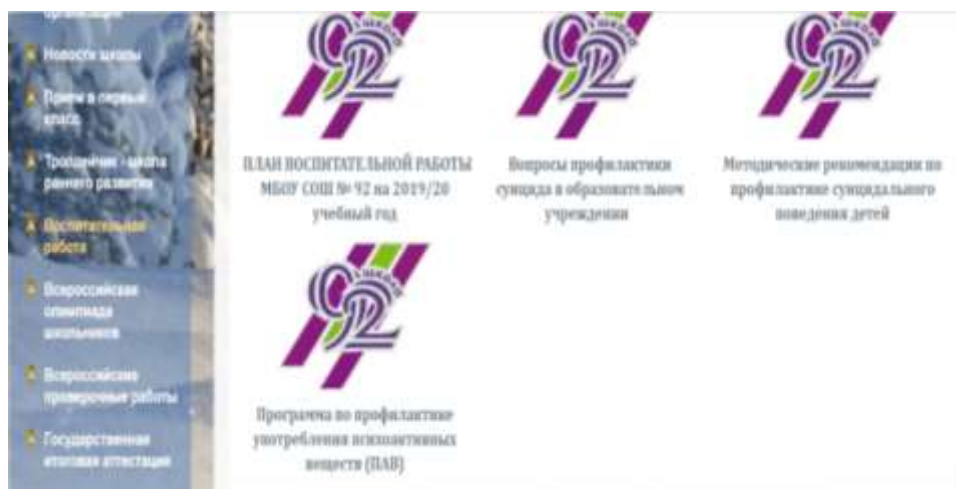
На первом этапе апробации проекта была сформулирована структура комплексной модели, состоящая из трех отдельных модулей:

- ✓ «Школа достижений», представляющая собой вариативный набор конкурсов, фестивалей, НПК и т.д., проводимых как внутри образовательной организации, так и за ее пределами в очных и дистанционных, а также онлайн форматах.
- ✓ «Школа эмпатии и коммуникации» предлагает обучающимся возможности для личностного развития, путем участия в неделях психологии, играх, квестах, форсайт – сессиях и мн.др.
- ✓ «Школьный мир» объединяет в себе события различного уровня, направленные на формирование единой продуктивной общности между обучающимися и педагогами.

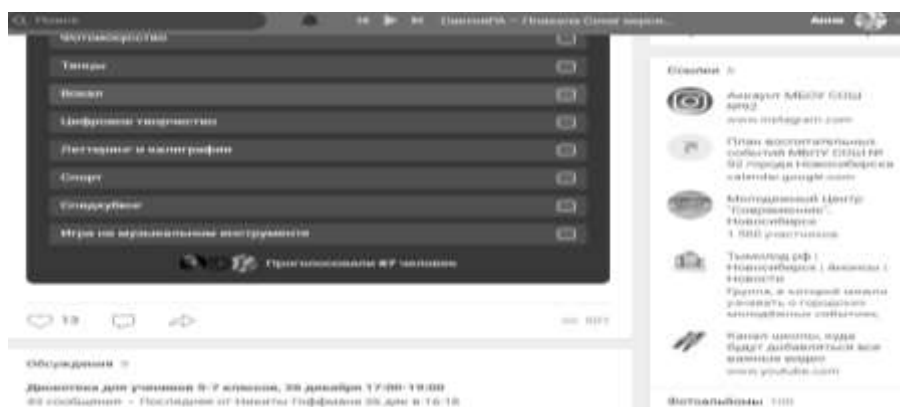
Модуль «Школа достижений» комплексной модели организации воспитательной деятельности предполагает стимулирование участников школьного сообщества к участию в конкурсном движении. Конкурсное движение – один из основных факторов инновационного развития образовательной организации, являющийся, при этом одним из оптимальных условий развития детской одаренности и творческого потенциала.

Перед коллективом школы стоит задача организации такой деятельности, которая способна формировать у обучающихся потребность в осуществлении креативных идей, реализации творческого потенциала, при этом необходимо учитывать, что все обучающиеся имеют разноуровневый стартовый потенциал, а значит, необходимо насытить воспитательную среду так, чтобы каждый смог почувствовать собственную ситуацию успеха.

Для осознанного выбора каждым классным коллективом и каждым обучающимся (совместно с классным руководителем с 3 по 6 класс; самостоятельно с 7 по 11 класс) актуальных событий, администрацией школы был внедрен в практику работы электронный документооборот с использованием сервисов Google. Данное нововведение позволило своевременно, в конце 2018-2019 учебного года, сформировать мобильный план воспитательной работы и разместить его в общем доступе на сайте образовательной организации [Рисунок 3]



Для всех участников образовательных отношений с целью ознакомления и возможной коррекции план размещен в разделе «Ссылки» в сообществе школы «Школа 92, События» в социальной сети «В контакте» [Рисунок 4].



С планом воспитательной работы можно ознакомиться по ссылке [https://calendar.google.com/calendar/embed?src=2fc7jpg07m7k6eik7b1vbk43eg%40group.calendar.google.com&ctz=Asia%2F0msk].

Модуль «Школа достижений» включает в себя индивидуальные и коллективные конкурсы различного уровня. Индивидуальные конкурсные испытания направлены на демонстрацию обучающимися преимущественно интеллектуальных и творческих способностей, повышение уровня качества предметных знаний, развитие мотивации достижения успеха. Так, например, в октябре ученикам предлагалось принять участие в школьном этапе конкурса «Научным открытиям быть!», где они представляли научно – исследовательские работы, содержащие актуальную проблему, отражающие использование научных фактов и сформулированные на этой основе собственные открытия, варианты решения обозначенной проблемы. Для того чтобы участник конкурсного события понимал каким образом к нему нужно подготовиться, в интерактивном плане размещены чек-листы, содержащие подробную информацию о каждом событии, его реализации и подготовке к нему. Придерживаясь рекомендаций, обозначенных в чек-листе каждый ученик самостоятельно либо, воспользовавшись необходимой помощью со стороны педагога или родителя (законного представителя), способен максимально подготовиться к участию и получить запланированный положительный результат, что в свою очередь положительно влияет на формирование мотивации достижений, снижая уровень мотивации избегания неудач [Рисунок 5]:



Коллективное участие в конкурсах предполагает распределение ролей между учениками класса, налаживание эффективной коммуникации, взаимодействия. В подобной работе классный руководитель может взять на себя роль организатора, что необходимо на ранних стадиях формирования коллектива либо в соответствии с возрастными особенностями обучающихся, когда они еще только учатся кооперативной деятельности. Классный руководитель также может реализовать роль модератора, что позволит ему увидеть обучающихся, занимающих лидирующие позиции, групповую динамику в соответствии со сменой видов деятельности, а обучающимся реализовать собственные креативные идеи, найти для этого временные и прочие ресурсы. В случае коллективного участия в конкурсе чек-листом рекомендуется пользоваться классному руководителю, старосте и активу класса [Рисунок 6]:



Модуль «Школа эмпатии и коммуникации» предполагает интенсификацию двух видов, наиболее востребованных в XXI веке лидерских компетенций: эмоциональный интеллект, коммуникация.

Ежегодно в МБОУ СОШ № 92 возрастает количество обучающихся эмоционально – неустойчивых, педагогами – психологами выявляются повышенная тревожность, наличие вербальной и невербальной агрессии, отсутствие навыков управления собственным эмоциональным состоянием. Выявленные факты значительно снижают психологическую безопасность как отдельно взятой личности обучающегося, так и образовательной среды в целом. Невозможность распознавать свои эмоции, регулировать собственное поведение относительно социально – одобряемых ценностных ориентиров, повышенная конфликтность приводят к осложнениям в процессе взаимодействия с окружающими людьми. На основании вышеизложенного считаем необходимым для создания психологически безопасной образовательной среды, стимулирующей реализацию творческих и интеллектуальных способностей, развивать пять основных составляющих эмоционального интеллекта обучающихся: рефлексия, самоконтроль, эмпатия, кооперативные навыки, мотивация достижений.

Коммуникативная компетентность – одна из важнейших качественных характеристик личности, позволяющая реализовать ее потребности в социальном признании, уважении, самоактуализации и помогающая успешному процессу социализации. В процессе усвоения социального опыта человек овладевает необходимыми знаниями, у него формируются начальные умения, с помощью которых он способен осуществлять коммуникацию. Обладая высоко развитыми коммуникативными навыками человек значительно быстрее и легче адаптируется в любой социальной среде, в изменяющейся социальной ситуации развития. В современном мире возрастает необходимость обладать высоко развитой коммуникативной компетентностью, т.е. способностью применять полученные навыки и знания в реальных жизненных ситуациях. Эта необходимость обуславливается появлением специфической для данного этапа развития общества среды, в которой коммуникация осуществляется опосредованно с помощью программ, позволяющих обмениваться мгновенными сообщениями (Instant Messaging Service, IMS), растет роль диалога при решении широкого спектра задач, личностного до внутривнутриполитического характера. Таким образом, проблема развития коммуникативной компетентности для развития личности – одна из основных, стоящих перед практикой современного образования.

Данный модуль предполагает реализацию социо-игровых технологий, квест-технологий, фасилитационных практик, сингапурские методики организации групповой работы, шоу-технологии, логику социально – психологического тренинга.

Социо-игровые технологии ориентируют участников события на психологически безопасное пространство доверительного общения и взаимного творчества. В воспитательных событиях используются такие социо-игровые технологии, как: «Обживание текста», «Шапка вопросов» и др. В качестве примера приведем задание из события, посвященного празднованию Дню народного единства:

Прочитайте текст и обсудите, какая информация в нём самая интересная и важная. На основе этой информации составьте 3 вопроса, запишите их на отдельных бланках. Ответы подчеркните в тексте, подписав рядом номер соответствующего вопроса.

Смутное время... В этот тяжелой для страны момент огромную роль сыграло русское духовенство. Под руководством игумена Троице-Сергиева монастыря архимандрита Дионисия монахи стали призывать русский народ к ополчению для того, чтобы изгнать врагов земли русской. Множество священников ходило по городам и деревням, призывая народ к освобождению страны. Церковное, особенно монастырское, слово имело тогда огромный авторитет.

Основными фасилитационными практиками, используемыми в работе стали (Подробное описание смотри в Приложении 1):

- Simultaneous round table;
- Stir the class;
- Prayer mode;
- Ar guide;
- Парадигма позитивных перемен;
- Остров сокровищ;
- Методика «Три корзины»

Фасилитационные практики становятся основой событий, проводимых учениками школы для своих одноклассников, учеников младших, а иногда и старших классов (Рисунок 7):

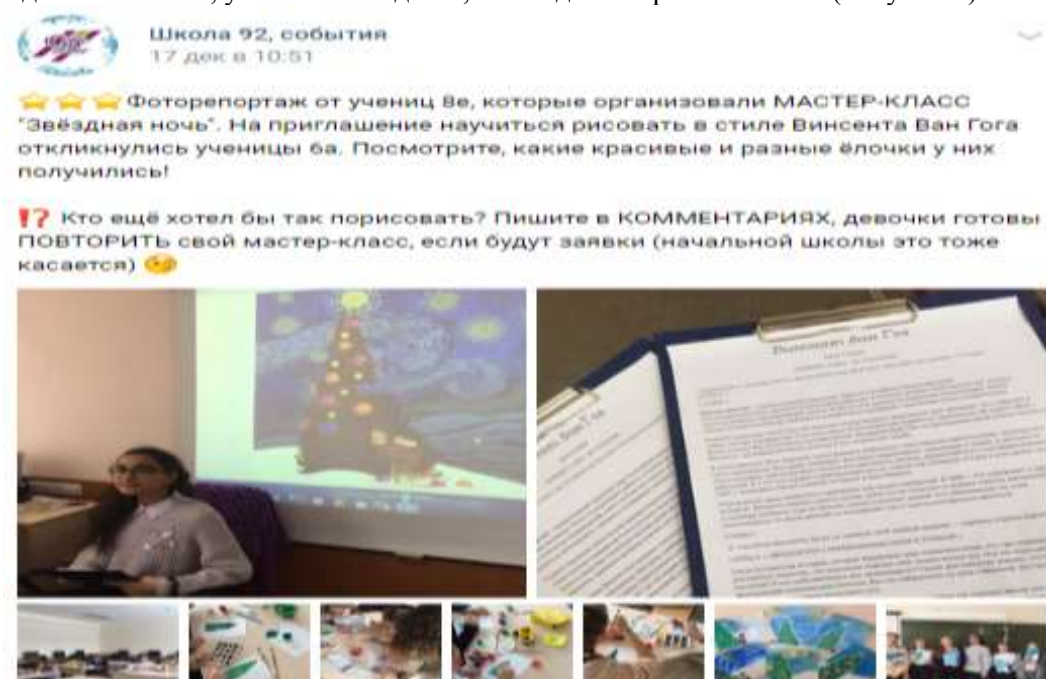


Рисунок 7. Фоторепортаж мастер – класса «Звездная ночь» по методике Stir the class

Модуль «Школьный мир» предполагает развитие системы социально – одобряемых ценностных ориентаций во внеурочной деятельности и событийном пространстве школы.

Главенствующая роль в формировании системы социально-одобряемых ценностных ориентаций принадлежит системе образования, так как именно в школе ребенок, включаясь в коллектив сверстников, способен закрепить просоциальные или асоциальные образцы поведения и жизненные смыслы, которые станут ориентиром его дальнейшей жизни. Иерархически выстроенная система ценностных ориентаций личности позволяет выстроить ближние и дальние цели, определить актуальные задачи и способы их выполнения. Особая роль среди дальних целей принадлежит тем, что отвечают за реализацию социальных ролей, именно поэтому важно выстраивать воспитательную, учебную и

внеурочную деятельность с учетом ценностно – смысловых аспектов, формировать нравственное ядро личности.

Особенное внимание в системе внеурочной деятельности уделяется реализации психолого – педагогического сопровождения, которое в начальной школе реализовано через авторские курсы: Адаптационный курс «Здравствуй, школа!», направленный на повышение уровня адаптации первоклассников, принятие роли ученика, развитие нравственной ориентации; «Разноцветный мир», психолого – педагогическая арт – терапия, направленная на интенсификацию личностного развития младших школьников, коррекцию деструктивных образцов поведения; «Путешествие в сказку» психолого–педагогический сказкотерапевтический курс развивающий креативность младших школьников; «Первый раз в пятый класс», курс для обучающихся 4-ых классов, направленный на профилактику тревожности при переходе из 4 класса в 5, снижение психоэмоциональной нагрузки. На уровне начального общего образования вид внеурочной деятельности для посещения совместно с обучающимся выбирает законный представитель, уже 5-ый год вышеперечисленные курсы внеурочной деятельности посещают все ученики начальной школы.

Для учеников 5-7 классов реализуется курс внеурочной деятельности «Психология общения», целью которого является формирование системы социально – одобряемых ценностных ориентаций через включение в творческую деятельность. Используются технологии арт – терапии, рисование песком, эбру и мн.др.

Особенное место в данном модуле занимает реализация педагогического проекта «Далекой той Победы голоса», направленного на формирование у обучающихся гражданской ответственности, воспитание патриотизма. В ходе реализации данного проекта в сентябре обучающимся было предложено представить стихи собственного сочинения (Рисунок 8) [По ссылке можно увидеть видеозапись стихотворения ученицы 4 «Д» класса Аси Цветковой https://vk.com/video-120780003_456239327, воспользовавшись поиском по стене найти прочие стихотворения обучающихся]:



Рисунок 8. Чек – лист для участия в педагогическом проекте «Далекой той Победы голоса»

В рамках реализации проекта обучающимися были разработаны и представлены литературно – музыкальные композиции, письма обучающихся, составленные на основе воспоминаний учителей, работающих в советских школах в годы Великой Отечественной войны, буктрейлеры, посвященные произведениям, написанным в годы Великой Отечественной Войны.

Для полноценного сотрудничества классных руководителей и обучающихся в практику работы внедрен онлайн–сервис «Mindmeister», предполагающий совместное создание интеллект – карт. Ежемесячно классным руководителем размещается шаблон карты в общей беседе класса в социальной сети «В контакте» или в групповом чате WhatsApp (Рисунок 10,11).

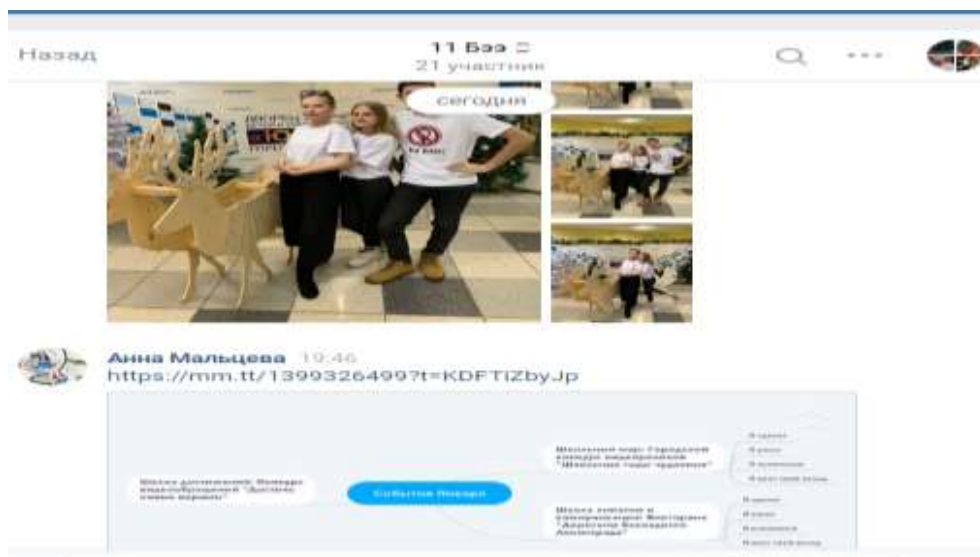


Рисунок 9. Пример размещения интеллект – карты классным руководителем в беседе 11 «Б» класса

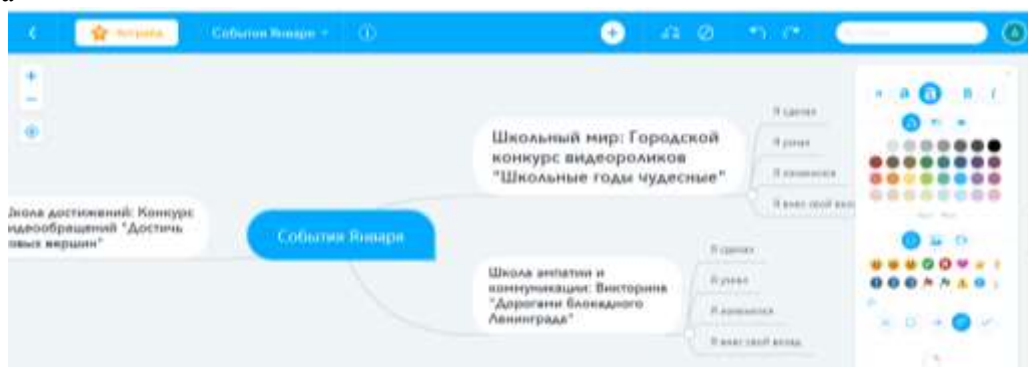


Рисунок 10. Шаблон интеллект – карты для заполнения учениками

Данный сервис позволяет оперативно получать информацию от обучающихся относительно прошедших событий, способствует развитию рефлексивных умений, позволяет оценить уровень личного вклада каждого участника классного коллектива в совместные дела.

«Комплексная модель организации воспитательной деятельности как основное условие достижения всестороннего развития личности обучающегося современной школы» построена на принципах пяти шагов к овладению обновленными смыслами воспитательной деятельности организации и трудовыми действиями классных руководителей:

Шаг 1. Планомерное внедрение инновационных практик постановка ближних и дальних целей всеми участниками образовательной деятельности.

Принцип реализован следующим образом:

- для классных руководителей и специалистов социально–психолого–педагогической службы происходит постепенное расширение и обновление системы электронного документооборота;
- для обучающихся появляется возможность влиять на событийную среду образовательной организации;
- для законных представителей появляется возможность планирования собственной включенности в событийное пространство класса, школы.

Шаг 2. Интериоризация инноваций воспитательной деятельности, планомерное повышение квалификации, наращивание профессионализма.

Принятие инновационных подходов к осуществлению воспитательной работы коллективом МБОУ СОШ № 92 приводит к возникновению потребности в повышении квалификации и на этой основе реализации прочих форм инновационной деятельности.

Шаг 3. Инвентаризация возможностей обзор ресурсов.

Работа с чек-листами позволяет каждому участнику школьного сообщества видеть точки роста, расширять теоретические знания, наращивать компетенции.

Шаг 4. Формирование адекватных стратегий достижения положительных результатов деятельности выбор способов действий оптимальных для достижения цели.

Осуществление самоконтроля в выборе видов воспитательных событий, участии в них, достижении результативности. Развитие интернального локус контроля.

Шаг 5. Презентация результатов труда оценка и самооценка.

Разработка и реализация собственных социальных акций, мастер – классов и прочих событий. Результативное участие в интеллектуальных и творческих конкурсах различного уровня.

План график разработки и реализации проекта

Название этапа	Сроки	Содержание деятельности
Подготовительный	Июнь 2019	Изучить возможности создания комплексной модели организации воспитательной деятельности. Создать рабочую группу по разработке комплексной модели и механизмов ее внедрения в практику работы образовательной организации. Определить критерии и показатели эффективности внедрения. Определить ресурсы и средства, необходимые для реализации. Выявить по итогам прошлого учебного года наиболее востребованные обучающимися виды воспитательных событий и внеурочной деятельности. Составить рабочий вариант плана воспитательных событий на 2019-2020 учебный год.
Аналитико-концептуальный	Август 2019	Представить результаты предыдущего этапа на педагогическом совете, обосновать эффективность внедрения предлагаемого продукта. Распределить ответственность за наполнение содержанием комплексной модели организации воспитательной деятельности МБОУ СОШ № 92 и осуществление обратной связи. Подготовить необходимую документацию для начала апробационного периода. Провести серию обучающих мастер – классов для классных руководителей по работе в системе электронного документооборота с использованием обновленных Google – сервисов. Внедрить в практику работы сервис mindmeister.com
Прогностический	Сентябрь 2019	Обеспечить включение в планы воспитательной работы классных руководителей событий, выбранных обучающимися. Классным руководителям отметить в системе электронного документооборота персональные воспитательные события, выбранные членами классного коллектива для участия. Разработать инструментарий для отслеживания результатов апробационного периода.
Экспериментальный	Октябрь 2019 Май 2021	Апробировать проектный продукт. Осуществить необходимые мониторинговые процедуры и сравнение полученных результатов на «входе» и «выходе»
Обобщающий	Август 2021	Подвести итоги реализации проекта. Разработать и утвердить предложения и рекомендации по дальнейшей работе в данном направлении.

Прогнозируемые конечные результаты деятельности

Реализация комплексной модели организации воспитательной деятельности позволит:

- повысить качество деятельности в области воспитания;
- снизить численность детей, состоящих на различного вида профилактических учетах;
- повысить качество творческой, интеллектуальной деятельности, социального творчества обучающихся через организацию продуктивной совместной деятельности;
- повысить уровень мотивации, направленной на достижение успеха, интернального локус контроля, коммуникативной компетентности, эмоционального интеллекта обучающихся;
- развивать систему социально – одобряемых ценностных ориентаций участников школьного сообщества;
- увеличить число победителей, лауреатов и призеров конкурсов, фестивалей, НПК, спартакиад и т.д.;
- создать психологически безопасную среду образовательной организации, способствующую ценностно – доверительному общению субъектов образовательной деятельности;
- увеличить число законных представителей, осознанно и качественно включенных в реализацию как общешкольных так и внутриклассных воспитательных событий.

Среди основных факторов, способных препятствовать достижению результатов можно выделить следующие:

<i>Фактор риска</i>	<i>Возможные пути разрешения</i>
Слабая заинтересованность ряда обучающихся во включенности в воспитательные события школы.	Реклама воспитательных событий участниками школьного актива «Морские волки», популярными в референтной группе учениками.
Негативная эмоциональная оценка собственного участия в конкурсном движении.	Совместный поиск ресурсов для наращивания компетенций и достижения поставленных целей со специалистами социально – психолого – педагогической службы школы.
Недостаточная осведомленность классных руководителей в области современных воспитательных технологий.	Внутрикорпоративное обучение, реализация обучающей игры «Дегустация «Классный руководитель 2.0»
Низкий уровень заинтересованности в принятии активного участия в жизни школы законными представителями учеников.	Развитие эмоционального интеллекта законных представителей через включение социо – игровых технологий в проведение родительских собраний; посредством мастерских для родителей, чей положительный опыт участия позволит привлечь других.

Практическая значимость результатов

Результативность влияния разработанной комплексной модели на повышение качества воспитательной деятельности образовательной организации зависит от выполнения ряда условий: наличие замысла, сюжета и его итогового воплощения в воспитательном событии, социально – значимой совместной и индивидуальной деятельности, рефлексивных умений участников образовательных отношений, постоянный и своевременный учет возрастных особенностей учащихся.

Существование в логике реализации воспитательных событий чек – листов, являющихся одновременно правилами и подсказками для обучающихся, создает ситуацию осознанного выбора события, деятельности внутри него и возможности объективной оценки результата.

Апробирование созданной комплексной модели организации воспитательной деятельности, полученные промежуточные результаты данной работы указывают на положительный эффект ее внедрения. Комплексная модель воспитательной деятельности и созданное внутри нее событийное пространство оказывает положительное влияние на развитие индивидуальных особенностей обучающихся, качество функционирования классных коллективов, повышение степени удовлетворенности учеников и их законных представителей жизнедеятельностью в классе и школе в целом.

Дальнейшая реализация модулей комплексной модели организации воспитательной деятельности будет способствовать наращиванию инновационной практики организации воспитательной деятельности классных руководителей, установлению полноценных партнерских отношений между школой и законными представителями, укреплению профилактической работы в школе, снижению числа детей, демонстрирующих девиантное поведение, увеличение числа победителей, призеров, лауреатов конкурсов регионального уровня и выше.

Критерии и показатели эффективности реализации проекта

Характеристики качества внедрения проектного продукта приведены в таблице:

Критерий	Показатели
Качественное содержание воспитательных событий	Увеличение числа активных участников конкурсного движения; Стремление проявить себя в качестве организатора воспитательного события; Инициирование собственных воспитательных событий обучающимися на основе впечатлений, полученных при посещении событий, разработанных специалистами социально–психолого–педагогической службы школы.
Баланс информационной нагрузки	Удовлетворенность участников воспитательных событий полученными, в ходе участия, знаниями, расширение компетенций, приобретение нового социального опыта.
Динамика изменения результатов обучающихся	Рост показателя качества участия обучающихся в конкурсах социальных проектов, самостоятельное инициирование и реализация классными коллективами социальных акций во взаимодействии с классным руководителем. Снижение числа обучающихся, состоящих на различного вида

	профилактических Данные SWOT - анализа	учетах.
Рост показателя, отражающего психологическую безопасность образовательной среды школы.	Снижение числа обучающихся, имеющих значительное число пропусков. Отсутствие учеников, неприступивших или отклоняющихся от обучения.	
Использование интернет – сервисов для повышения информационной осведомленности участников классного коллектива.	Социальные сети внедрили в организацию воспитательной деятельности в классном коллективе более чем 75% классных руководителей.	

Функционал участников проекта

Роль участника проекта	Функция
Руководитель проекта – заместитель директора по воспитательной работе	– формирует организационную структуру проекта и команду управления проектом; – привлекает ресурсы для реализации проекта; – определяет ответственность, содержание работ и цели для каждого участника команды; – разрабатывает и согласует план проекта, включая календарный план, бюджет и другие элементы; – обеспечивает исполнение плана проекта; – координирует и принимает участие в работах по реализации проекта; – координирует деятельность всех участников и контролирует изменения; обеспечивает полное и своевременное закрытие проекта.
Команда проекта: специалисты социально-психолого-педагогической службы	- несут ответственность за реализацию запланированных работ и результатов от отдельного выделенного результата до завершения проекта.

Перечень источников

Нормативно – правовые документы

Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;

Указ Президента РФ от 7 мая 2012 года № 559 «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки»;

Национальный проект «Образование» утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам протоколом от 24.12.2018 № 16

«Концепция модернизации российского образования на период до 2025 года»;

Профессиональный стандарт педагога «Педагог (педагогическая деятельность в дошкольном, начальном общем, основном общем, среднем общем образовании) (воспитатель, учитель)» Утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 18.10.2013 №544н

Концепция духовно – нравственного воспитания российских школьников.

Список использованной литературы

1. Анцупов А.Я. Профилактика конфликтов в школьном коллективе. Учебное пособие. М: Кнорус, 2020
2. Гуткина Л. Д. Планирование и организация воспитательной работы в школе. М: Педагогический поиск, 2018
3. Лизинский В.М. Внутришкольное повышение квалификации педагогов - главное условие повышение качества учебно–воспитательного процесса. М: Педагогический поиск, 2018
4. Нечаев М.П. Внеурочная деятельность обучающихся: от проектирования к реализации на практике. М: Планета, 2019
5. Стрелова О.Ю., Болотина Т.В. Тематические уроки к календарю образовательных событий. М: Русское слово, 2019
6. Степанова П. В. Концепция и модель оценки качества воспитания в системе общего образования. М: Педагогический поиск, 2018

Simultaneous round table

Каждый участник пишет индивидуальный вопрос на модерационной карточке.

Ниже ставится цифра 1 и участники одновременно записывают ответы на поставленный вопрос.

По команде ведущего листы передаются.

Каждый пишет 2 и добавляет свою версию решения проблемы или ответа на вопрос.

Когда круг завершается каждый выбирает лучший вариант решения, представленный на его листе.

Stir the class

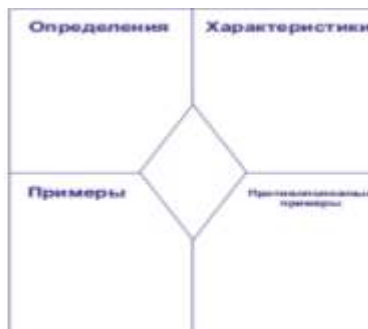
За обозначенное ведущим время, партнеры по плечу составляют список идей по обсуждаемому вопросу, после обмениваются идеями с партнерами по лицу.

После встают из-за стола и объединяются в пару с ближайшим человеком.

По очереди обмениваются идеями, дополняя свой список мыслями, которых ранее не было.

Задача каждого обменяться мнениями в максимально возможном количестве человек.

Fray mode



Работа с карточками.

Ar guide

ДО		ПОСЛЕ

1. В столбике «ДО» поставьте «+», если вы согласны с утверждением, или «-», если вы не готовы согласиться с утверждением.
Чтобы принять решение, учитывайте свой личный опыт, знания и убеждения.
2. Давайте посмотрим видео. Используйте утверждения, чтобы сфокусироваться на основной идее видео.
3. После просмотра видео еще раз прочтите все утверждения.
4. В столбике «ПОСЛЕ» поставьте «+», если вы согласны с утверждением, или «-», если вы не готовы согласиться с утверждением.
5. Сравните столбики «ДО» и «ПОСЛЕ». Изменились ли ваши убеждения? Почему?

6. Какие из этих утверждений являются самыми важными для вас? Почему?

Парадигма позитивных перемен



Остров сокровищ

Участники делятся на микрогруппы от 4 до 8 человек.

На модерационной карточке записываются ответы на поставленный ведущим вопрос при помощи практики «Три комментария».

Далее используется прием «Me We Us», участникам предлагается обменяться мнениями внутри своей группы.

Выбирается наиболее емкий ответ на вопрос ведущего. Фиксируется на отдельной карточке.

После участникам предлагается выбрать в своей микрогруппе хранителя тайного знания. Выбор производится путем голосования.

Хранитель тайного знания остается на своем месте, участники группы превращаются в искателей и по команде ведущего начинают перемещаться.

Задача искателей своей командой побывать у всех хранителей тайного знания и зафиксировать идеи, которые не звучали в ходе обсуждения изначально.

В конце практики искатели возвращаются к своему хранителю, происходит обмен мнениями. Рефлексия.

Методика «Три корзины»

Блиц - вопросы, на которые может ответить только спикер (это информация только у него).

Там и тогда - вопросы, которые выходят за рамки темы обсуждения (долгосрочные).

Здесь и сейчас – «горячие» вопросы, которым нужно искать решение здесь.

Все участники работают по группам - у каждой свой вопрос.

Рецензия на программу внеурочной деятельности

Государственно автономное образовательное учреждение
дополнительного профессионального образования Новосибирской области

**«Новосибирский институт повышения квалификации
и переподготовки работников образования»
(ГАОУ ДПО НСО НИПКиПРО)**

Кафедра педагогики и психологии

Рецензия

На программу педагога - психолога СОШ № 187
Мальцевой Анны Александровны
«Разноцветный мир»



Актуальность представленной программы определяется современными требованиями к образованию, отраженными в «Законе об образовании» и ФГОС, в частности в тех положениях, которые поясняют содержание психологического сопровождения образовательного процесса, призванного способствовать решению основных образовательных задач.

В пояснительной записке, автор программы отмечает, что ФГОС включает в себя помимо учебных занятий и внеурочную деятельность, где ребенок, получая возможность самораскрытия в творческой и иной деятельности, фактически оптимизирует свой потенциал эффективности обучения. Направленность воздействия, отраженного в программе «Разноцветный мир», в конечном итоге приводит к формированию непосредственно учебных действий как следствию расширения представлений младшего школьника об эмоциях, спонтанности самовыражения, коррекции негативных эмоциональных состояний. Результативность данного положения подтверждается рядом личностных тестов и методик в совокупности с наблюдениями, которые осуществляет непосредственно автор программы, акцентируя свое внимание на таких качествах детей как самостоятельность в планировании деятельности, способность к дивергентному мышлению, саморазвитие.

Основным средством решения поставленных задач программы стали широко известные приемы, упражнения и методы психолога – педагогической арт – терапии, собранные воедино, структурированные согласно указанным целям и задачам, направленные на укрепление психического здоровья ребенка и выполняющие психогигиенические (профилактические) и развивающие функции.

Структура программы включает в себя следующие разделы: пояснительная записка, общая характеристика программы, место программы в учебном плане и внеурочной деятельности, описание ценностных ориентиров содержания программы «Разноцветный мир», содержание развивающей программы «Разноцветный мир», тематическое планирование с определением основных

видов учебной деятельности, форм организации образовательного процесса. Каждый раздел представлен очень широко, основательно разработан, что с одной стороны в значительной степени помогает исполнителю ориентироваться в теоретическом и практическом материале, с другой – излишняя детализация информации о средствах реализации программы затрудняет понимание приоритетов в деятельности специалиста.

В целом работа Мальцевой А.А. показывает ее глубокую заинтересованность и увлеченность своей деятельностью, качество подачи материала свидетельствует о высокой профессиональной компетентности. Однако необходимо признать, что появление подобных программ, где насущные задачи образования решаются с помощью технологий, традиционно не относящихся к деятельности практического психолога в образовании, является некой инновацией. Следовательно, право на существование таких программ в образовании необходимо подтверждать их постоянным совершенствованием и поиском интегрированных методов, позволяющих использование более широких средств для решения образовательных задач.

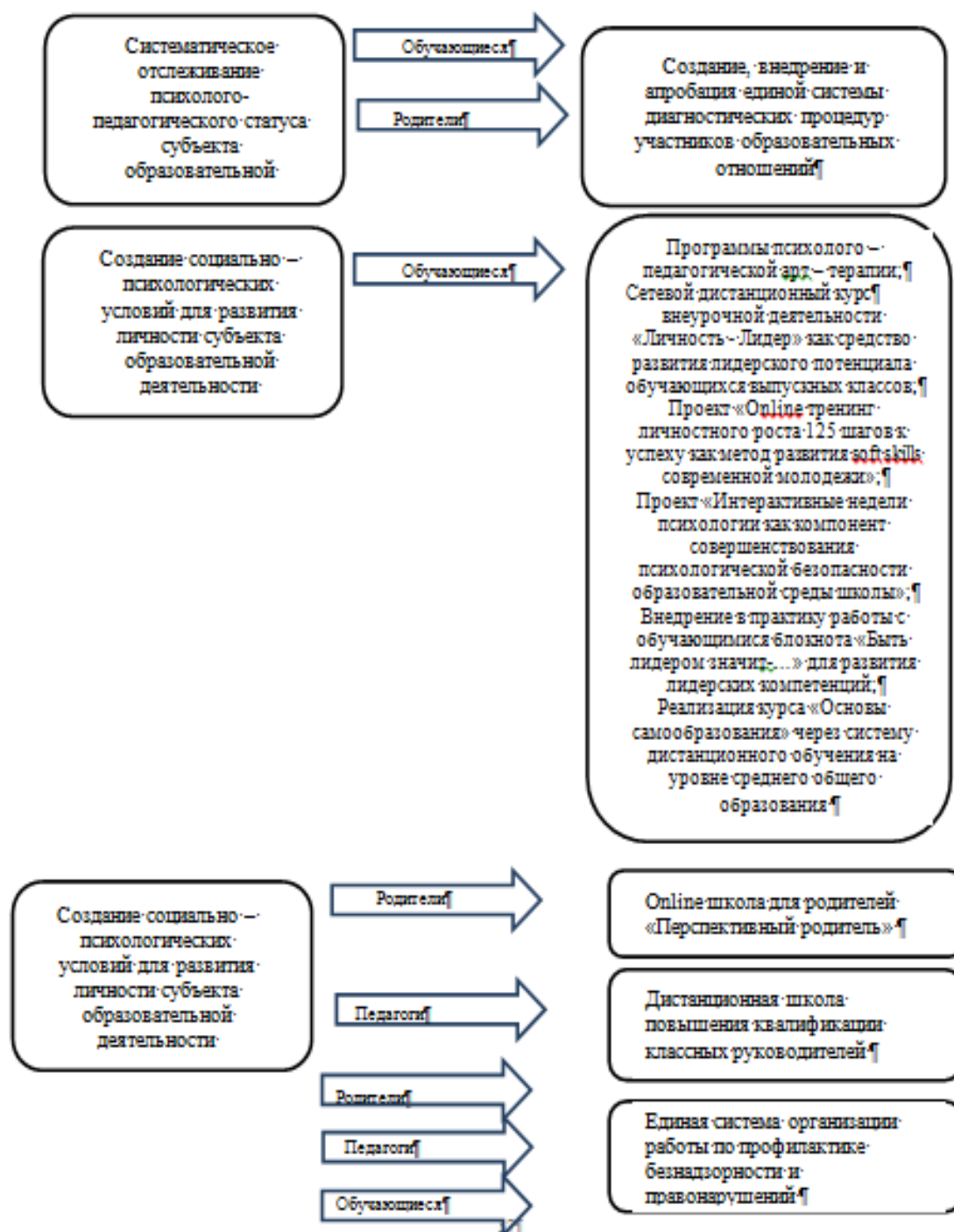
При этом основным и несомненным достоинством программы является ее разработанность, и выборка такого рабочего материала: упражнений, техник, игр, сказок, – который, безусловно, интересен детям и реально способствует их развитию, что позволяет оптимистично предположить, что реализация программы «Разноцветный мир» Мальцевой А.А. способна в дальнейшем содействовать совершенствованию образовательного процесса СОШ.

Ст. преподаватель
кафедры педагогики и психологии
НИПКиПРО

Селехова Т.Л.



Психологическое сопровождение внедрения комплексной модели организации воспитательной деятельности



Выдержка из проекта «Такие разные эмоции»

Направление работы по развитию эмоционального интеллекта у родителей (законных представителей обучающихся) «Почувствуй!» реализуется посредством проведения мастерских с использованием сингапурских практик. Мастерская проводится 1 раз в месяц, количество участников от 10 до 35, в случае, если группа не набирается, мастерская не проводится. Ежемесячно мастерская посвящена конкретной теме:

Месяц	Название темы
Сентябрь	Что вы знаете и не знаете об эмоциях.
Октябрь	Эмоции и чувства. Найди различия!
Ноябрь	Эмоции друзья или враги?
Декабрь	Адекватные способы выражения негативных эмоций.
Январь	Коробочка эмоций.
Февраль	Возрастные особенности развития эмоционально – волевой сферы личности.
Март	Оттачиваем навыки контроля за эмоциональными реакциями.
Апрель	Негативным убеждениям быть?
Май	Развенчиваем мифы об эмоциях и чувствах.

Форматы проведения мастерских (подробно описаны выше):

- Simultaneous round table
- Stir the class
- Frayer mode
- Ar guide
- Парадигма позитивных перемен
- Остров сокровищ;
- Методика «Три корзины».

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Дом детского творчества» Краснозерского района Новосибирской области**

**ПЛАН-ПРОГРАММА МЕТОДИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ПЕДАГОГОВ
КРАСНОЗЕРСКОГО РАЙОНА ПО ОРГАНИЗАЦИИ ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ**

Рахимова Куммус Аблаевна, методист методического отдела

Анализ проблематики суицидального поведения, завершенных суицидов и суицидальных попыток в детском и подростковом возрасте свидетельствует о том, что одними из ведущих в классификации психотравмирующих ситуаций являются негативные феномены, порожденные школьной жизнью: дезадаптация, неуспешность в учебе, отвержение подростка в классе, конфликт с учителями, дидактогения (пограничные расстройства психики, связанные с травмирующим воздействием на ребенка самого процесса обучения), дидаскалогения (невротическое нарушение, связанное с влиянием авторитарного стиля педагога на психическое состояние ребенка) и др.

В связи с этим важное место в образовательном процессе занимают психическое здоровье учащихся, индивидуализация образовательных маршрутов, создание психологически безопасной и комфортной среды.

Актуальность разработки данного плана-программы методического сопровождения педагогов обусловлена необходимостью совершенствования деятельности образовательных учреждений по профилактике суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения несовершеннолетних. В Краснозерском районе остается дефицит таких специалистов как педагог-психолог, социальный педагог. В 75% школ района социальные педагоги являются внутренними совместителями, что затрудняет в полной мере погрузиться в работу. Только в 22% работают педагоги-психологи, знания и умения, которых, так необходимы для грамотной работы с детьми, родителями и педагогами.

Анализ результатов мониторинга о состоянии работы по профилактике суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения несовершеннолетних в образовательных организациях, а также общих показателей по итогам социально-психологического тестирования обучающихся позволил определить цель и задачи для дальнейшей работы.

Целью плана-программы является непрерывное повышение профессиональной компетентности педагогов по профилактической работе.

Достижение цели плана-программы обеспечивается решением *следующих задач*:

- обеспечение информационно-методического сопровождения педагогов по вопросам профилактики;
- организация мотивационной среды для развития самопознания, самообразования педагогов;
- совершенствование механизмов и практики межведомственного взаимодействия.

Ожидаемые результаты

Реализация мероприятий, предусмотренных программой, позволит:

- организовать систему информационно-методического сопровождения деятельности педагогов по профилактике риска суицидального поведения обучающихся;
- обеспечить систематическое повышение уровня профессиональной компетентности педагогов образовательных учреждений по вопросам профилактики;
- способствовать формированию на муниципальном уровне единого воспитательно-профилактического пространства путем объединения усилий всех субъектов профилактической работы для обеспечения комплексного системного воздействия на целевые группы профилактики.

Показатели/индикаторы реализации плана работы	
Показатели	Индикаторы
Повышение компетентности социальных педагогов, педагогов-психологов в области профилактики.	Не менее 80%
Охват диагностикой профессиональных затруднений, запросов и потребностей педагогических работников	Не менее 80%
Охват мероприятиями педагогических работников образовательных учреждений.	Не менее 80% педагогов
Организация социально-психологического тестирования во всех ОУ района.	Участие от 50% ОУ района
Наличие в ОУ Программ по профилактике суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения обучающихся	100%

Основные виды деятельности

Аналитическая:

- анализ профессиональных и информационных потребностей социальных педагогов, педагогов-психологов образовательных организаций, планирующих и реализующих профилактическую работу в ОУ;
- изучение, анализ состояния и результатов работы районного методического объединения социальных педагогов и работы творческой группы педагогов-психологов;
- изучение, обобщение и распространение передового педагогического опыта.

Информационная:

- формирование банка педагогической информации (нормативно-правовой, научно – методической, методической и др.);
- ознакомление педагогов с новинками педагогической, психологической, методической литературы;
- ознакомление педагогов образовательных организаций с опытом инновационной деятельности образовательных организаций и педагогов района, региона.

Организационно-методическая:

- методическое сопровождение и оказание практической помощи молодым специалистам;
- планирование и организация повышения квалификации педагогических работников образовательных организаций, оказание им информационно - методической помощи в системе непрерывного образования;
- методическое сопровождение педагогов в освоении новых технологий, форм и методов профилактической работы;
- взаимодействие с субъектами системы профилактики;
- диссеминация передового педагогического опыта профилактической работы через методические мастерские и мастер-классы; консультации, проведение информационно-методических семинаров, круглых столов с представителями субъектов профилактики, конкурсов и иных мероприятий по обмену опытом с педагогическими работниками образовательных организаций, реализующих программу профилактики суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения несовершеннолетних;

Консультационная:

- организация консультационной работы для педагогов по актуальным вопросам организации профилактической работы в школе.

Содержание работы по видам деятельности

п/п	Содержание деятельности	Сроки исполнения	Ответственные
<i>Аналитическая деятельность</i>			
	Мониторинг профессиональных и информационных потребностей, затруднений и лучших образовательных практик педагогических работников.	сентябрь – июнь и далее в течение учебного года	Методист
	Анализ кадрового состава социальных педагогов, педагогов-психологов	сентябрь	Методист

	Анализ состояния и результатов методической работы по профилактической работе в ОУ Краснозерского района	в течение учебного года	Методист
	Анализ результатов социально-психологического тестирования	По итогам СПТ	Методист
	Анализ мониторинга о состоянии работы по профилактике суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения несовершеннолетних в образовательных организациях	март-апрель	Методист
	Анализ работы за учебный год	июнь	Методист
<i>Информационная деятельность</i>			
	Формирование банка методической литературы, методических материалов по актуальным вопросам	В течение года	Методист, Социальные Педагоги, Педагоги-психологи
	Работа методического абонемена. Обеспечение методическими материалами, информационно-просветительская работа	в течение года	Методист
	Освещение методических вопросов по профилактическому направлению на семинарах-совещаниях, методических объединениях	в течение года	Методист, Руководитель РМО Социальных педагогов, Руководители творческих групп, Педагогов-психологов
<i>Организационно-методическая деятельность</i>			
	Организация и методическое сопровождение работы районных методических объединений социальных педагогов, творческой группы педагогов-психологов	Повышение профессиональной компетентности (август, ноябрь, февраль, апрель)	Социальные педагоги, Педагоги-психологи ОУ
	Методическое сопровождение педагогов в освоении новых технологий, формы методов, направленных на повышение жизнестойкости обучающихся, культуры поведения. В рамках проведения семинаров, творческих мастерских и т.д.	по отдельному плану работы РМО	Методист, Руководители РМО
	Участие в областных семинарах, конференциях и др. мероприятиях, по организации профилактической работы.	в течение учебного года	Методист, Педагоги
	Методическое сопровождение и оказание практической помощи молодым и начинающим педагогам	в течение учебного года	Методист, Руководители РМО
	Методическое сопровождение диссеминации передового педагогического опыта (по темам «Программа профилактической работы по суицидальному, аддиктивному и делинквентному поведению несовершеннолетних», «Индивидуально-профилактическая работа с учащимися по результатам социально -психологического тестирования» и др.), повышения уровня развития профессиональных компетенций педагогов через методические мастерские, мастер-классы, проведение информационно -методических семинаров, круглых столов, фестивалей, иных методических мероприятий.	в течение учебного года	Методист, Руководители РМО
<i>Консультационная деятельность</i>			
	Методическое консультирование по формированию планов работы ОУ, педагогов по профилактике правонарушений, безнадзорности обучающихся	в течение года	методист

Итоги апробации

План-программа разработана в 2019 году. В настоящее время продолжается ее реализация и совершенствование. По итогам реализации прошлого года во всех образовательных учреждениях района действуют программы, направленные на профилактику суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения обучающихся, проводятся профилактические мероприятия. Результатом эффективной работы по профилактике суицидального поведения среди обучающихся является создание благоприятной психолого-педагогической обстановки, комфортного климата для обучения в образовательных организациях; выявление на раннем этапе несовершеннолетних, попавших в трудную жизненную ситуацию, оказание им своевременной психолого-педагогической помощи, включение их в профилактическую программу.

Как позитивный момент следует отметить тесное взаимодействие различных ведомств в оказании комплексной поддержки и помощи педагогам по организации профилактической работы.

Педагоги принимают активное участие и представляют свой опыт работы на районных семинарах (Приложение 1), проходят курсы повышения квалификации по профилактике, участвуют в обучающих семинарах по вопросам профилактики, принимают участие в областном конкурсе лучших практик.

Степень компетентности социальных педагогов, педагогов-психологов в области профилактики суицидального, аддиктивного, делинквентного поведения обучающихся (март 2019)

	Квалификация специалистов (в %)					
	Очень низкая %	Ниже среднего %	Средняя %	Выше среднего %	Высокая %	Очень высокая %
Профилактика суицидального поведения	5	14	70	11		
Профилактика аддиктивного поведения		32	46	22		
Профилактика делинквентного поведения		25	59	16		
Профилактика буллинга	26	23	40	11		

Степень компетентности социальных педагогов, педагогов-психологов в области профилактики суицидального, аддиктивного, делинквентного поведения обучающихся (март 2020)

	Квалификация специалистов (в %)					
	Очень низкая %	Ниже среднего %	Средняя %	Выше среднего %	Высокая %	Очень высокая %
Профилактика суицидального поведения		4	75	21		
Профилактика аддиктивного поведения		4	68	28		
Профилактика делинквентного поведения		8	64	28		
Профилактика буллинга		18	61	21		

Перспективы развития

Для более эффективной работы плана-программы планируем посещение открытых мероприятий образовательных учреждений, организацию централизованного прохождения педагогами курсов повышения квалификации в НИПКиПРО на базе Краснозерского района.

Список использованной литературы

1. Акопов Г. В. и др. (ред.) Методы профилактики суицидального поведения. – Самара-Ульяновск, 1998.
2. Письмо Минобрнауки РФ от 18.01.2016г. №07-149 «О направлении методических рекомендаций по профилактике суицида».
3. Письмо Минобрнауки НСО от 09.01.2017г. №08-03/25 «О методических рекомендациях» (Методические рекомендации по организации работы, направленной на профилактику девиантного поведения несовершеннолетних).
4. Методические рекомендации по профилактике суицидального поведения детей и подростков в условиях общеобразовательного учреждения. (ГБУ НСО «Областной центр диагностики и консультирования», МКОУ Центр диагностики и консультирования «Янтарь», ГБУЗ НСО «Новосибирский областной детский клинический психоневрологический диспансер»).
5. Методические рекомендации для педагогов-психологов и социальных педагогов образовательных организаций по проведению профилактической работы с несовершеннолетними, склонными к суицидальному поведению Минобрнауки РФ, ФГБНУ «Центр защиты прав и интересов детей».

Приложение 1

Методические мероприятия с социальными педагогами, педагогами-психологами, с представителями субъектов профилактики



**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Средняя общеобразовательная школа №21 г. Болотного
Болотнинского района Новосибирской области**

**ПРОГРАММА ПРОФИЛАКТИКИ СУИЦИДАЛЬНОГО, АДДИКТИВНОГО И
ДЕЛИНКВЕНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ
«ВМЕСТЕ МЫ СИЛЬНЕЕ!»
НА 2020-2023 ГОДЫ**

Дементьева Валентина Сергеевна, педагог-психолог

*«Бывает, что не хочется жить,
но это вовсе не значит, что хочется не жить»
Станислав Ежи Лец*

В настоящее время профилактике девиантного поведения уделяется особое внимание. Для повышения эффективности профилактики необходимы специальные меры, направленные, с одной стороны, на оздоровление социальной жизни детей и подростков, а с другой стороны на оздоровление их внутреннего мира.

Программа «Вместе мы сильнее!» была разработана с целью профилактики суицидов, суицидальных попыток, суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения несовершеннолетних. Данная программа содержит в себе методы отслеживания эффективности реализации опыта, содержание практического опыта, итоги апробации и перспективы развития.

Программа имеет логически выстроенную структуру, которая включает, такие методы работы, как лекция, беседа, дискуссия, групповая работа с элементами тренинга, анкетирование, создание творческих работ (индивидуальных и групповых), игры, психологические упражнения.

Программа апробирована в течение 2018-2019 года. На данный момент имеют свою практическую значимость и доказанную эффективность.

Актуальность

В условиях современного общества процент детских и подростковых самоубийств растет. Уровень суицида среди российских подростков в настоящее время является одним из самых высоких в мире. Самоубийство подростков занимает третье место среди ведущих причин смертельных случаев и четвертое среди основных причин потенциальной потери жизни. Актуальность проблемы порождает необходимость детального изучения причин, мотивов, ситуаций проявления суицидальных попыток и способов профилактики, так как одной из главных целей школьного образования является создание и поддержание психологических условий, обеспечивающих полноценное психическое и личностное развитие каждого ребенка.

Суицид. Это слово пугает не только родителей и педагогов, но и многих школьных психологов. Приходится сталкиваться с состояниями повышенной тревожности у детей, аддиктивным и делинквентным поведением, с депрессивными состояниями и суицидальными мыслями. Это та проблема, работая с которой, школьный психолог не имеет права на ошибку, так как исправить что-то, доработать, скорректировать будет невозможно, поэтому он должен все знать об этом. Одной из его задач становится профилактика суицида среди детей и подростков, а это работа и с учителями, и с родителями, и непосредственно с подростками.

Частота суицидальных действий среди молодежи в течение последних двух десятилетий увеличилась. У 30% лиц в возрасте 14–24 лет бывают суицидальные мысли, 6% юношей и 10% девушек совершают суицидальные действия. Некоторые специалисты пишут о том, что в 10% случаев суицидальное поведение имеет цель покончить с собой, а в 90% подросток пытается привлечь к себе внимание.

По данным государственной статистики, количество детей и подростков, покончивших с собой, составляет 12,7% от общего числа умерших от неестественных причин. За последние пять лет

самоубийством покончили жизнь 14 157 несовершеннолетних. За каждым таким случаем стоит личная трагедия, катастрофа, безысходность, когда страх перед жизнью побеждает страх смерти.

Анализ материалов уголовных дел и проверок обстоятельств причин самоубийств несовершеннолетних, проведенный Генеральной прокуратурой России, показывает, что 62% всех самоубийств несовершеннолетних связано с семейными конфликтами и неблагополучием, боязнью насилия со стороны взрослых, бестактным поведением отдельных педагогов, конфликтами с учителями, одноклассниками, друзьями, черствостью и безразличием окружающих.

Изучение проблемы суицида среди молодежи показывает, что в целом ряде случаев подростки решались на самоубийство с целью обратить внимание родителей, педагогов на свои проблемы и протестовали таким страшным образом против бездушия, безразличия, цинизма и жестокости взрослых. Решаются на такой шаг, как правило, замкнутые, ранимые по характеру подростки от ощущения одиночества, собственной ненужности, из-за стрессов и утраты смысла жизни.

Своевременная психологическая поддержка, доброе участие, оказанное подросткам в трудной жизненной ситуации, помогли бы избежать трагедии.

Цель программы - профилактика суицидов, суицидальных попыток, суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения несовершеннолетних.

Поставленная цель достигается за счёт последовательного решения *следующих задач*:

- создание системы психолого-педагогической поддержки учащихся разных возрастных групп;
- изучение особенностей психолого-педагогического статуса учащихся, с последующим выявлением детей, нуждающихся в незамедлительной помощи;
- обеспечение безопасности ребенка, снятие суицидального риска;
- сопровождающая деятельность детей группы риска и их семей;
- привлечение различных государственных органов и общественных объединений для оказания помощи и защиты законных прав и интересов ребенка;
- привитие существующих в обществе социальных норм поведения, формирование детского милосердия, развитие ценностных отношений в социуме;
- формирование у обучающихся позитивного образа жизни.

Межведомственное взаимодействие

Данная программа реализуется психолого-педагогической службой школы (педагог-психолог, социальный педагог), классными руководителями 1-11 классов, руководителями МО классных руководителей 1-4, 5-11 классов, а также за счет взаимодействия с социальными партнерами:

- МКУ центр «Дельфин» Болотнинского района - информирование МКУ центр «Дельфин» о детях имеющих трудности в обучении, предоставления пакета документов на ТПМПК, для дальнейшего маршрута обучения. Также предоставление информации о выявлении суицидальных и о выявленном факте суицида (попытки). Организация психологического сопровождения несовершеннолетнего и семьи.

- Органы опеки и попечительства - информирование органов опеки и попечительства о количестве обучающихся находящихся в опекунских семьях. Обследование жилищно-бытовых условий опекаемых, предоставление запрашиваемой информации.

- Отдел МВД России по Болотнинскому району - планирование совместной работы с ПДН и МВД России по Болотнинскому району на год, профилактические беседы с участием инспектора ПДН, участие в допросах несовершеннолетних, предоставление запрашиваемой информации, совместные рейды по прикрепленному территориальному участку.

- ГКУ НСО ЦЗН Болотнинского района - ежегодное сотрудничество, в рамках организации профориентационных встреч, «Ярмарок профессий», профориентационного тестирования, трудоустройства подростков в возрасте 14-16 лет.

- ГБУЗ НСО «Болотнинская ЦРБ» - ежегодное сотрудничество с представителями здравоохранения (врач-нарколог, терапевт) профилактические беседы с обучающимися и родителями.

- КДНиЗП Болотнинского района - ежегодное предоставление информации о детях находящихся в социально-опасном положении, сверка списков обучающихся, состоящих на внутришкольном учете, информирование о совершенных правонарушениях и преступлениях

обучающимися школы и в отношении их, взаимодействие по организации профилактической работы с обучающимися и их родителями посредством участия в заседаниях Комиссии по профилактике правонарушений, совместное участие в профилактических операциях.

- МБУ «КЦСОН» Болотнинского района - информирование органов МБУ «КЦСОН» о семьях попавших в трудную жизненную ситуацию, определение и предоставление конкретных видов и форм социально-экономических, медико-социальных, психолого-социальных, социально-педагогических, юридических и иных социальных услуг семьям и детям, нуждающимся в социальной помощи.

- Управлением культуры, молодежной политики и спорта администрации Болотнинского района - совместное проведение мероприятий направленных на профилактику аддиктивного, делинквентного и суицидального поведения, участие в спортивных и культурно-массовых мероприятиях.

В целях обеспечения безопасной образовательной среды и создания комфортных психолого-педагогических условий в образовательной организации функционирует социально-психолого-педагогическая служба, в составе: педагога-психолога, учителя-логопеда и социального педагога. Целью деятельности специалистов социально-психолого-педагогической службы образовательного учреждения, является обеспечение защиты интересов личности в сфере образования, социально-психолого-педагогическая поддержка обучающихся на всех этапах возрастного развития, сохранение и укрепление здоровья, повышение психологической культуры всех участников образовательных отношений на протяжении всего периода обучения.

Содержание основных понятий

Покушение на самоубийство – это однородная деятельность человека, не закончившаяся летальным исходом по различным обстоятельствам.

Социализация – двуединый процесс: с одной стороны, это *внешнее* для человека влияние на него со стороны общества его социальных институтов и общественной атмосферы, нравственных норм и культурных ценностей, образа жизни людей; с другой – это *внутреннее*, личностное освоение каждым человеком такого влияния в процессе социального становления.

Социальная среда – человеческое, духовное, предметное окружение ребенка, которое оказывает влияние на его личностное развитие, выступая реальным пространством его формирования и самореализации.

Суицид – самоубийство, намеренное лишение себя жизни. Самоубийство и примыкающий к нему более широкий ряд феноменов аутоагрессии и саморазрушения следует отнести к формам девиантного поведения (поступки или действия человека, не соответствующие официально установленным или фактически сложившимся в данном обществе нормам).

Суицидальная попытка – это целенаправленное оперирование средствами лишения себя жизни, не закончившееся смертью.

Суицидальное поведение – волевые действия личности, конечной целью которых является покушение на самоубийство или сам акт самоубийства. Является следствием социально – психологической дезадаптации личности в условиях микросоциального климата.

Суицидальные замыслы – это активная форма проявления суицидальности, т.е. тенденция к самоубийству, глубина которой нарастает параллельно степени разработки плана её реализации.

Суицидальный риск – склонность человека к совершению действий, направленных на собственное уничтожение.

Суицидент – человек, совершивший самоубийство или покушение на самоубийство.

Толерантность – способность человека принимать других людей такими, каковы они есть, сосуществовать и взаимодействовать с ними.

Методы отслеживания эффективности реализации программы

Методологический инструментарий отслеживания эффективности реализации программы предусматривает использование следующих методов:

1. Тестирование:

- Методика самооценки психических состояний (по Г. Айзенку).
- Выявление акцентуаций (тест-опросник Шмишека).
- Методики оценки уровня воспитанности (Капустина, Файзуллина).
- Тест на интернет - аддикцию (Т.А. Никитина, А.Ю. Егоров).

- Методика «Отношение к здоровью и здоровому образу жизни» (С. Дерябо, В. Ясвин).
- Методика определения стрессоустойчивости и социальной адаптации (Холмса и Page).
- Исследование уровня адаптации к новым школьным условиям 1, 5, 10 классы.
- Исследование уровня тревожности Филлипса; Кондаша.

Онлайн-тестирование учащихся 7-11 классов с целью выявления склонности к употреблению ПАВ и суицидальному поведению.

В течение года проводится индивидуальная диагностика по запросам участников образовательных отношений: учителей, родителей, учащихся, администрации.

2. Психолого-педагогическое наблюдение

Пропаганда здорового образа жизни, сохранение и укрепление психического здоровья среди обучающихся:

- организация досуга несовершеннолетних для формирования широкого круга интересов, увлечений, занятий, направленных на укрепление и сохранение психического и физического здоровья;

- организация и проведение мероприятий, акций по пропаганде ЗОЖ, вовлечение детей «группы риска» в массовые и социально-значимые мероприятия.

3. Оптимизация межличностных отношений в системе «ученик-школа-родитель»

- организация досуга учащихся для формирования широкого круга интересов, увлечений, занятий, направленных на укрепление и сохранение психического и физического здоровья;

- организация и проведение общешкольных мероприятий, акций по пропаганде ЗОЖ, вовлечение детей «группы риска» и семей в массовые мероприятия.

Содержание программы профилактики суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения несовершеннолетних «Вместе мы сильнее!»

Уровень профилактики №	Мероприятия	Срок исполнения	Ответственное лицо
I. Превентивный уровень	Общая профилактика <u>Цель:</u> повышение групповой сплоченности в школе. <u>Задачи:</u> Привитие существующих в обществе социальных норм поведения, формирование милосердия, развитие ценностных отношений в социуме. Формирование позитивного образа жизни. Повышение групповой сплоченности в образовательном учреждении (обучающиеся, чувствующие, что педагоги к ним справедливы, что у них есть близкие люди в учреждении, ощущающие себя частью общественной группы, гораздо реже думают или пытаются совершить самоубийство). Создание системы психолого-педагогической поддержки учащихся разных возрастных групп в воспитательно-образовательном процессе так и в период трудной жизненной ситуации (составление программы или плана работы по профилактике суицидального поведения учащихся). Привлечение различных государственных органов и общественных объединений для оказания помощи и защиты законных прав и интересов ребенка.		
	1 Информирование педагогов по теме «Возрастные психолого-педагогические особенности подростков»	ежегодно	Заместитель директора по УВР, Педагог-психолог
	2 Информирование педагогов по теме «Причины подросткового суицида. Роль взрослых в оказании помощи подросткам в кризисных ситуациях»	В течение 2020-2023г.	Заместитель директора по УВР, Педагог-психолог
	3 Коммуникативный мини-тренинг «Сердце», 1класс. Цель: снятие тревоги первых дней и месяцев школьной жизни, смягчение процесса адаптации.	ежегодно	Педагог-психолог
	4 Психологические классные часы: «Как научиться жить без драки», 2-4 класс «Я – уникальная и неповторимая личность», 5-6 класс	В течение 2020-2023г.	Классные руководители, Педагог-психолог

	Цель: формирование позитивного отношения к другим людям (толерантности) «Мир глазами агрессивного человека», 7-8 класс «Подросток и конфликты», 8-9 класс «Проблема отцов и детей в современном обществе», 8-9 класс «Расскажи мне обо мне», 8-9 класс «Стресс в жизни человека. «Способы борьбы со стрессом», 7-9 класс		
5	Мероприятия по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни (согласно программе воспитания и социализации)	в течение 2020-2023г.	Классные руководители, Педагог-организатор
6	Тренинговые занятия по развитию личностного роста и коммуникативного общении (согласно плану работы педагога-психолога)	весь период	Педагог-психолог
7	Декада правовых знаний (согласно программе воспитания и социализации)	ежегодно	Классные руководители, Педагог-организатор
8	Психолого-педагогическая поддержка обучающихся в период подготовки и сдачи ЕГЭ	март - май ежегодно	Педагог-психолог, Классные руководители
9	Мероприятия по информированию и распространению сведений об имеющихся службах экстренной психологической помощи для детей и родителей (согласно программе воспитания и социализации).	в течение 2020-2023г.	Заместитель директора по УВР, Педагог-психолог
10	Мероприятия, направленные на формирование законопослушного поведения (согласно программе воспитания и социализации)	в течение 2020-2023г.	Классные руководители, Педагог-организатор
11	Организация и вовлечение, обучающихся во внеурочные виды деятельности.	постоянно	Директор, заместитель директора по УВР, Классные руководители
12	Организация групповых и индивидуальных профориентационных мероприятий, направленных на профессиональное самоопределение и социально-трудовую адаптацию несовершеннолетних (согласно плану воспитательной работы)	в течение 2020-2023г.	Заместитель директора по УВР, Классные руководители, Педагог-библиотекарь
13	Мероприятия по организации просветительской работы с родителями, законными представителями (согласно программе воспитания и социализации)	в течение 2020-2023г.	Заместитель директора по УВР, Классные руководители, Педагог-библиотекарь
Первичная профилактика <u>Цель:</u> выделение групп суицидального риска; сопровождение детей, подростков и их семей группы риска с целью предупреждения самоубийств. <u>Задачи:</u> 1.Выделение групп суицидального риска 2.Сопровождение детей и подростков группы риска с целью предупреждения самоубийств (терапия кризисных состояний, формирование адаптивных копинг-стратегий, способствующих позитивному принятию себя и позволяющих эффективно преодолевать критические ситуации существования). 3.Повышение осведомленности педагогов о признаках возможного суицида, факторах риска и путях действия в этой ситуации.			

4. Работа с семьей ребенка, попавшего в трудную жизненную ситуацию или испытывающего кризисное состояние.			
1	Правовые классные часы: «Уголовная и административная ответственность несовершеннолетних», 7-9 классы; «Права и обязанности учащихся школы», 5-7 классы; «Умей сказать «нет», 5-9 классы; «Вредные и полезные привычки», 5-9 классы.	в течение 2020-2023г.	Классные руководители
2	Наблюдение и выявление несовершеннолетних и их семей, находящихся в трудной жизненной ситуации или социально-опасном положении (согласно плану работы социального педагога)	ежемесячно	Социальный педагог, Классные руководители
3	Исследование уровня адаптации (1, 5, 10 классы)	ежегодно	Педагог-психолог
4	Исследование уровня тревожности	ежегодно	Педагог-психолог
5	Организация социально-реабилитационной работы с несовершеннолетними и неблагополучными семьями с целью оказания мер социально-психологической поддержки (согласно плану работы социального педагога)	в течение 2020-2023г.	Социальный педагог, Педагог-психолог, Классные руководители
6	Консультирование по мерам социальной поддержки семей, находящихся в трудной жизненной ситуации	в течение 2020-2023г.	Социальный педагог
7	Организация досуга обучающихся входящих в «группу риска», вовлечение во внеурочную деятельность, занятость дополнительным образованием	постоянно	Классные руководители, Социальный педагог
8	Мероприятия по организации просветительской работы с педагогами (совещания, педагогические советы, заседания МО классных руководителей) по вопросам работы с семьями, находящимися в трудной жизненной ситуации, социально – опасном положении.	в течение 2020-2023г.	Директор, заместитель директора по УВР, Руководители МО классных руководителей
9	Тренинг «Быть уверенным – это здорово!» Цель: формирование навыков уверенного поведения и умения противостоять давлению, 9 класс	ежегодно	Классный руководитель, Педагог-психолог
	10 Мероприятия по организации просветительской работы с педагогами (совещания, педагогические советы, заседания МО классных руководителей) по вопросам профилактической работы суицидального поведения среди обучающихся	в течение 2020-2023г.	Директор, заместитель директора по УВР, Руководители МО классных руководителей
II. Уровень сдерживания, совладания с чрезвычайной ситуацией	Вторичная профилактика <u>Цель:</u> предотвращение самоубийства <u>Задача:</u> -Предотвращение самоубийства, оказание психологической помощи обучающемуся.		
	1 Оказание психологической помощи обучающемуся, совершившему попытку суицида	по мере необходимости	Специалисты МКУ центра «Дельфин»
	2 Разработка индивидуальной карты сопровождения обучающегося	При выявлении факта незамедлительно	Классный руководитель, Педагог-психолог, Социальный педагог
	3 Оповещение и консультирование родителей, педагогов по вопросам психологической помощи	В течение суток	Педагог-психолог, МКУ центр

		обучающемуся		«Дельфин»
	4	Организация индивидуальной профилактической и реабилитационной работы с обучающимся	В течение периода реабилитации	Классный руководитель, Педагог-психолог, Социальный педагог, Психолог МКУ центра «Дельфин»
III. Работа после события	Третичная профилактика <u>Цель:</u> снижение последствий и уменьшение вероятности дальнейших случаев, социальная и психологическая реабилитация суицидентов. <u>Задачи:</u> 1. Оказание экстренной первой помощи, снятие стрессового состояния у очевидцев происшествия (дети, подростки, персонал школы). 2. Глубинная психотерапевтическая коррекция, обеспечивающая профилактику образования конфликтно-стрессовых переживаний в дальнейшем. 3. Снижения последствий и уменьшение вероятности дальнейших случаев (работа с очевидцами и свидетелями происшествия). 4. Социальная и психологическая реабилитация суицидентов оставшихся в живых.			
	1	Организация индивидуальной профилактической и реабилитационной работы с обучающимся, совершившим попытку суицида.	До выхода обучающегося из трудной жизненной ситуации, минования жизненного кризиса, депрессивного состояния	Педагог-психолог, Психолог МКУ центра «Дельфин»
	2	Организация системной и целенаправленной работы по формированию благоприятных, гармоничных взаимоотношений в семье несовершеннолетнего.	До выхода обучающегося из трудной жизненной ситуации, жизненного кризиса, депрессивного состояния	Классный руководитель, Педагог-психолог, Социальный педагог, заместитель директора по УВР, Психолог МКУ центра «Дельфин»
	3	Оказание психологической помощи несовершеннолетнему, совершившему попытку суицида	По мере необходимости	Психолог МКУ центра «Дельфин»
	4	Информирование о выявленном факте суицида (попытки) администрации учреждения	Незамедлительно	Классный руководитель, Педагог-психолог, Социальный педагог
	5	Информирование о выявленном факте суицида (попытки) ОМВД Болотнинского района	Незамедлительно	Директор
	6	Информирование о выявленном факте суицида (попытки) Комиссии по делам несовершеннолетних и защиты их прав	Незамедлительно	Директор
	7	Разбор случая с персоналом, который был включен в работу, с целью внесения дополнительных предложений относительно стратегий и плана работы.	В течение недели	Директор
	8	Организация психологического сопровождения несовершеннолетнего и семьи.	В течение периода реабилитации	Психолог МКУ центра «Дельфин», психолог МБУ КЦСОН

	9	Организация досуговой занятости несовершеннолетнего	В течение периода реабилитации	Классный руководитель специалисты УМКПиС
	10	Предоставление информации о проделанной работе с несовершеннолетним, реализации индивидуального психологического сопровождения, досуговой занятости.	Ежемесячно	Заместитель директора по ВУР, Классный руководитель

Итоги апробации

Создание благоприятного эмоционального фона и психологического комфорта является одним из наиболее важных и сложных итогов в результате апробации профилактической программы.

Реализация программы организации профилактической работы по предотвращению суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения несовершеннолетних «Вместе мы сильнее!» в МБОУ СОШ № 21 г. Болотного осуществляется с 2018-2019 учебного года и показала положительную динамику. Программа находится в состоянии постоянного совершенствования. В связи с этим мы видим перспективу дальнейшего развития программы в увеличении и разнообразии мероприятий.

При анализе результатов социально-психологического обследования на выявление склонности к рискам аддиктивного, суицидального поведения в 2019-2020 учебном году среди обучающихся не выявлено. Показатели по шкалам: благосостояние семьи и семейное положение, тревожность, фрустрация, агрессия, ригидность, склонность к суицидальному поведению, наркотизация, оценка качества жизни, вовлеченность в социальные сети, увлеченность онлайн-играми – не превышают установленной нормы у всех (100%) протестированных учащихся. Эффективность оценивалась по результативности указанных выше диагностических методик. Основными показателями успешности являлись снижение уровня тревожности, агрессии и ригидности обучающихся: (Приложение 1)

Комфорт выступает своеобразным условием, обеспечивающим развитие личности: на его фоне обучающийся раскрывается, проявляет свои таланты, творческие возможности, социальную активность. Созданию психологического комфорта способствуют общешкольные мероприятия: Неделя психологии, дни здоровья, праздничные мероприятия, декады, беседы с учащимися, классные часы и т.д. Главной целью этих мероприятий является поднятие общего эмоционального тонуса учащихся и педагогов, создание позитивного фона общения в школьном, детско-взрослом коллективе. (Приложение 2).

Методическая работа с педагогическим коллективом позволила выработать стратегию эффективного взаимодействия учителей с подростками группы риска. Практические семинары, работа школьного методического объединения, ПМПк скоординировали работу учителей по более глубокому изучению данной проблемы. (Приложение 3).

Перспективы развития

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

Программа достигнет наибольшего эффекта при условии реализации как целостной системы совместной деятельности педагогов, психолога, администрации школы и родителей, направленной на активное приспособление ребенка к социальной среде, включающей в себя как успешное функционирование, так и перспективное психологическое здоровье.

Предотвращение суицидальных попыток.

Снятие психологического напряжения в психотравмирующей ситуации.

Уменьшение психологической зависимости от причины, повлекшей суицидальное поведение.

Формирование компенсаторных механизмов поведения.

Формирование адекватного отношения к жизни и смерти.

Результатом эффективной работы по профилактике суицидального поведения среди обучающихся является создание благоприятной психолого-педагогической обстановки, комфортного климата для обучающихся в образовательной организации; выявление на раннем этапе

несовершеннолетних, попавших в трудную жизненную ситуацию, оказания им своевременной психолого-педагогической помощи, включение их в профилактическую программу; снижение количества детей с суицидальным риском, предупреждение суицидальных попыток, рецидивов и возникновений осложнений.

Большая роль в этой деятельности отводится работе службы экстренной психологической помощи «Телефон доверия для детей и подростков 8-800-2000-122», благодаря которой удается предотвратить многие суицидальные попытки среди детей и подростков.

Как позитивный момент следует отметить согласованность на межведомственном уровне и тесное взаимодействие различных ведомств в оказании комплексной поддержки и помощи несовершеннолетним, а также их оперативное реагирование на сложные социальные и психологические ситуации конкретной семьи, конкретного ребенка.

Тем не менее, проблема суицидального поведения среди несовершеннолетних остается достаточно актуальной и требующей постоянного внимания со стороны государства, общества, семьи в тесном сотрудничестве со всеми социальными институтами, повышения квалификации специалистов, поиска эффективного информирования родителей (законных представителей) несовершеннолетних о суицидальном риске, оздоровления социальной среды.

Список использованной литературы

1. А.Г. Абрумова Профилактика суицидального поведения. Методические рекомендации. М., 1980.
2. Алиев И.А. Актуальные проблемы суицидологии. - Баку - 1987г., 289с.
3. Бережковская Е. Чем и как увлекаются подростки // Школьный психолог, 2005, №1
4. Борщевская Л. Психологический час “Как научиться жить без драки” // Школьный психолог, 2006, №10.
5. Галушина Э., Комарова О. Игра для подростков “В чем смысл жизни” // Школьный психолог, 2005, №5.
6. Зарипова Ю. Поверь в себя. Программа психологической помощи подросткам // Школьный психолог, 2007, №4 (16).
7. Иванов В.Н. Девиантное поведение: причины и масштабы//Социально-политический журнал. -1995. №2.
8. Иванцова А. О работе с проблемными семьями. Воспитание школьников - 2000 - №10 - с.18.
9. Кардашина О., Родионов В., Ступницкая М. Я и мой выбор. Занятия для учащихся 10 – 11 классов по формированию социальных навыков и навыков здорового образа жизни // Школьный психолог, 2001, №27.
10. Касаткина Н.А. формы взаимодействия учителя с родителями в начальной школе. - Волгоград; 2005. 6-21с;
11. Кузнецов Д. Демобилизирующая тревожность: некоторые причины и формы проявления невротических расстройств у современных старшеклассников // Школьный психолог, 2005, №2
12. Ланцова Л.А., Шурупова М.Ф. Социологическая теория девиантного поведения// Социально-политический журнал. - 1993.-№4.
13. Манелис Н. Психологический климат в классе // Школьный психолог, 2001, №10, 12, 16, 19.
14. Мешковская О. Занятие “Подарок самому себе” // Школьный психолог, 2005, №10.
15. Михайлова Н., Сафонова Т., Тюпкина Е., Немолот Е. Деловая игра для педагогов среднего звена “Педагогические приёмы создания ситуации успеха” // Школьный психолог, 2006, №15.
16. Николаева Н. Программа комплексного взаимодействия с подростками “группы риска” “Грани моего Я” // Школьный психолог, 2006, №15
17. Ожегов С.И. словарь русского языка. / Под ред. Н.Ю.Шведовой. 1984. – 797 с.
18. Профилактика суицидального поведения. Методические рекомендации. Сост.: А.Г.Абрумова и В.А. Тихоненко. М., 1980.
19. Савченко М. Тренинг “Уверенность” для учащихся 11 классов // Школьный психолог, 2005, №2, 3, 4
20. Синягин Ю.В., Синягина Н.Ю.. Детский суицид. Психологический взгляд. КАРО, С – П, 2006. – 176 с.
21. Сладков Л.С. Плюс минус жизнь. М.: Молодая гвардия, 1990г., 269с.



22. Соболева А. Профилактика конфликтных ситуаций и борьба с ними // Школьный психолог, 2004, №40, 41, 42.
23. Султанова Т.А. Работа с неблагополучными семьями. Методическое пособие -Уфа; 2005 10-11с; 25-40с.
24. Фомина А. Как улучшить настроения. Изучение способов саморегуляции эмоционального состояния. Школьный психолог, 2006, №2
25. Интернет ресурсы.

Справка по итогам проведения скрининга для выявления обучающихся группы риска по суицидальному поведению (7-8 классы)

Дата проведения: 10.11.2019г.

Цель: раннее выявление признаков социального неблагополучия детей.

Комплекс психологических методик:

1. Прогностическая таблица риска суицида у детей и подростков (А.Н. Волкова)
2. Методика самооценки психических состояний (по Г. Айзенку)
3. Экспресс-диагностика суицидального риска ОСР А.Г. Шмелев (модификация Т.Н.

Разуваевой)

Обобщенная интерпретация данных:

1. Прогностическая таблица риска суицида у детей и подростков (А.Н. Волкова)

Анализ полученных эмпирических данных показал, что:

- 35 человек (41%) практически не подвержены факторам социального риска;
- 58 человека (62%) попадают в категорию внимания по одному из факторов риска;
- 32 человек (38%) попадают в категорию внимания по нескольким факторам риска.

Наиболее часто встречающиеся факторы риска: неудачи в учебе, низкие школьные успехи, ребята проживают в неполных семьях, перенесли недавнюю смерть близкого родственника, развод в семье, акцентуации личности, нарушение контроля, импульсивность, пассивность, несамостоятельность.

Выводы:

1. В соответствии с прогностической таблицей суицидальной активности, с точки зрения специалистов (классного руководителя, социального педагога, педагога-психолога), у подростков 7-8 –х классов не выявлено.

2. Выявлено наличие обучающихся (62%), требующих особого внимания и поддержки со стороны классного руководителя, социального педагога, педагога-психолога для минимизации факторов риска.

2. Методика самооценки психических состояний (по Г. Айзенку)

Методика предназначена для диагностики таких психических состояний как: тревожность, фрустрация, агрессивность, ригидность.



По таблице видно, что высоких показателей *тревожности* у обучающихся в 7-8-х классах нет.

Большое значение для оценки склонности к суициду у подростков имеет уровень *фрустрации* — психологического состояния гнетущего напряжения, чувства безысходности и отчаяния, возникающего в ситуации, которая воспринимается личностью как неотвратимая угроза достижению значимой для нее цели, реализации той или иной ее потребности. Исследование показало, что фрустрация имеет место у 21% учеников 7 «А» класса, 20 % учеников 7 «Б», 35 % учеников 8 «А», 22 % учеников 8 «Б» класса.

Низкую самооценку имеет 1 ученик 7 «А» класса (4% от их общей численности).

Исследование также показало, что в той или иной степени *агрессивность* проявляется у 46% учеников 7 «А» класса, у 56% учеников 7 «Б», у 61% учеников 8«А», у 44% учеников 8 «Б» класса. При этом следует отметить, что средний уровень агрессивности является нормативным показателем.

Так же был определен уровень *ригидности*, т.е. неспособности и неготовности индивида к перестройке запланированной схемы активности в обстоятельствах, когда ранее намеченная программа требует существенных изменений.

Сильно выраженная ригидность, неизменность поведения, убеждений, взглядов, даже если они не соответствуют реальной обстановке, были выявлены у 3 учеников 7 «А» (12 %), 2 учеников 7 «Б» (8 %), 1 ученика 8 «А» (6%). Таким образом, проявления ригидности не свойственны учащимся 7-8 классов.

Вывод: психические состояния обучающихся на параллели 7 и 8 классов, такие как тревожность, фрустрация, агрессивность, ригидность, находятся в пределах допустимой нормы.

3. Экспресс-диагностика суицидального риска ОСР

Шмелев А.Г. (модификация Т.Н. Разуваевой)

Для выявления суицидального риска и уровня сформированности суицидальных намерений была использована экспресс-диагностика суицидального риска ОСР А.Г. Шмелева в модификации Т.Н. Разуваевой. На основе анализа результатов исследования суицидального риска, можно сделать вывод, что риск суицидального поведения у данной группы подростков отсутствует, т.к. выявлены низкие показатели. Тем не менее, отдельный показатель все же завышен.

У 56% обучающихся наиболее выражен показатель по шкале – *максимализм*. (Инфантильный максимализм ценностных установок. Аффективная фиксация на неудачах. Распространение на все сферы жизни содержания локального конфликта в какой-то одной жизненной сфере).

Вывод: Таким образом результаты данного исследования позволяют сделать вывод, что у обучающихся на параллели 7 и 8 –х классов риски суицидального поведения на период исследования не выявлены. Однако, полученные данные позволили выявить детей, которые нуждаются в дополнительном наблюдении и диагностике, а также в проведении дополнительных мероприятий профилактического характера, которые позволят минимизировать влияние социальных факторов риска. В качестве профилактических мер суицидального поведения может проводиться: социально-психологические тренинги эффективного адаптивного поведения, индивидуальные и групповые, психокоррекционные занятия по повышению самооценки, развитию адекватного отношения к собственной личности, эмпатии, психологическая коррекция стратегии избегания неудач, увеличение уровня самоконтроля, выработка мотивации на достижение успеха. А также обучение социальным навыкам и умениям преодоления стресса, оказание подросткам социальной поддержки.

Анализ полученных эмпирических данных показал, что сточки зрения гимназистов, наиболее важными характеристиками образовательного процесса являются: эффективные взаимоотношения с учителями и одноклассниками, множество возможностей проявить инициативу и активность, сохранение в процессе образовательных отношений личного достоинства и уверенности в получении своевременной помощи.

Основным источником нарушения безопасности образовательной среды, по оценке учащихся, является учитель: принуждает что- либо делать против желания детей. Наименее выражены, по мнению детей, такие источники опасности, как угрозы и публичные унижения одноклассников.

В ходе анкетирования были выявлены следующие риски образовательной среды:

-восприятие учителей как угрожающих эмоциональному благополучию; отстранение учащихся от контакта; пребывание учителей в условиях повышенного нервно эмоционального напряжения; вероятность возникновения конфликтов родителей с коллективом образовательного учреждения при попытке защитить собственного ребенка.

В качестве предложений по повышению психологической безопасности образовательной среды рекомендовано: проводить ежегодный мониторинг психологической безопасности образовательной среды. Разработать комплекс мер, направленных на нормализацию отношений участников образовательного процесса, предотвращение внутренних и внешних угроз.

**Аналитическая справка по итогам диагностики обучающихся 5-х классов по тесту
школьной тревожности Филлипса**

В соответствии с планом мониторинга в октябре 2020 года было проведено исследование обучающихся 5-х классов с целью определения уровня тревожности и психологического комфорта при переходе из начальной школы в среднее звено по тесту школьной тревожности Филлипса.

Цель: исследование уровня тревожности младших подростков в различных школьных ситуациях. Определение сфер внутришкольной жизни, в которых локализуется тревожность, какие конкретные формы она принимает.

Возраст: 11 – 12 лет

Форма (ситуация оценивания) групповая работа

Методика: тест школьной тревожности Филлипса

Количество участников: 5А – 25 чел., 5Б – 26 чел.

Общее количество – 51 чел.

Анализировалось наличие и степень выраженности следующих факторов тревожности:

Общая тревожность в школе.

Переживание социального стресса.

Фрустрация потребности в достижении успеха.

Страх самовыражения.

Страх ситуации проверки знаний.

Страх не соответствовать ожиданиям окружающих.

Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу.

Проблемы и страхи в отношениях с учителями.

В результате исследования были получены следующие данные.

Повышенная общая тревожность в школе (общее эмоциональное состояние ребенка, связанное с различными формами его включения в жизнь школы), выражена по-разному. Хорошо адаптировались в среднем звене обучающиеся 5А – 24 ч. (96%), 5Б – 22 ч. (88%). В целом по 5-м классам - 46ч. (90%) положительно относятся к школе и учебному процессу.

Острое переживание социального стресса испытывают 2 ч. (8%) обучающихся 5Б класса. Повышенный уровень переживания социального стресса отмечается у 43% обучающихся 5А класса. В норме эмоциональное состояние ребенка, на фоне которого развиваются его социальные контакты (прежде всего со сверстниками) у 16 ч. (64%) в 5А, 21 ч. (81%) в 5Б.

Можно говорить о том, что значительная часть обучающихся в параллели привыкли к новым требованиям, сохранили дружеские отношения с остальными одноклассниками.

Большинство обучающихся (91% - 5А, 87% - 5Б) показали, что не испытывают фрустрации потребности в достижении успеха. Высокий уровень по данному показателю отмечается у 1-го обучающегося 5А класса (4%).

Высокий уровень страха самовыражения: в 5А – у 1 ч. (4%), 5Б – у 5 ч. (19%), обучающихся. В целом по параллели – 13 ч. (25%) испытывают негативные эмоциональные ситуации, сопряженные с необходимостью самораскрытия, предъявления себя другим, демонстрации своих возможностей. Не испытывают таких трудностей 23ч. (92%) обучающихся 5А, 20ч. (77%) обучающихся 5Б.

Повышенное негативное отношение и переживание тревоги в ситуациях проверки знаний (особенно-публичной) знаний, достижений, возможностей испытывают 5А – 4ч. (16%), 5Б – 3 ч. (11%). В целом по параллели – 12 ч. (24%) таких обучающихся. Возможные причины такого состояния – невозможность соответствовать требованиям взрослых, ориентация на мнение товарищей.

Испытывают большой страх не соответствовать ожиданиям окружающих 10 обучающихся 5А (40%), 4 обучающихся 5Б (15%). Повышенную тревожность по данному показателю испытывают 21% обучающихся 5А, 18% - 5Б класса.

Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу зафиксирована в 5А – 4 ч. (16%), 5Б – 2 ч. (8%). Всего – у 6 ч. (12%).

Повышенную тревожность в отношениях с учителями испытывают в 5А 5ч. (20%), в 5Б - 7ч. (27%). Успешность обучения этих детей снижает общий негативный фон отношений с учителями.

Рекомендации по психолого-педагогической поддержке обучающихся 5-х классов

1. Работу в 5-х классах проводить с учетом психолого-возрастных особенностей учащихся, предъявляя к ним адекватные требования на уроках:

- четкая постановка целей к конкретному уроку и связь его содержания с этой целью;
- визуальное подкрепление по теме;
- употребление учителями лексики, соответствующей возрасту учащихся;
- сохранение темпа и эмоциональной окрашенности речи учителя на уроке, доступных для учащихся;
- использование учителем и учащимися выражений и высказываний, развивающих логическое мышление и навыки говорения;
- развитие умений учащихся делать выводы по изучаемому материалу;
- подготовка к выполнению домашнего задания и соответствия его объема санитарно-гигиеническим нормам;
- обсуждение с учащимися результатов урока (при выставлении и объяснении оценок).

2. Учитель стимулирует активность учащихся на уроке через интеграцию с другими предметами, использование жизненного опыта и знаний самих учащихся.

3. Для создания ситуаций успеха и положительной мотивации к учебе использовать дифференцированный и личностно-ориентированный подход к учащимся, сохраняя и удерживая работоспособность всего класса.

4. В целях профилактики утомляемости, повышения и сохранения работоспособности учащихся до конца использовать на 18-20 минутах динамические паузы и психотехнические упражнения на снятие напряженности, утомления и повышения работоспособности.

5. Классному руководителю 5-го класса больше внимания уделять внеклассному общению, имеющему познавательную направленность, используя при этом различные формы работы:

- беседы, основанные на анализе уровня воспитанности учащихся, их деятельности, ценностно-ориентированном единстве классного коллектива и т.п.;
- викторина, конкурсы, различные интеллектуальные игры и т.д.;
- выходы в театр, музей, на выставки, экскурсии и т.д.

Результаты психологических диагностик мониторингов

Диаграмма

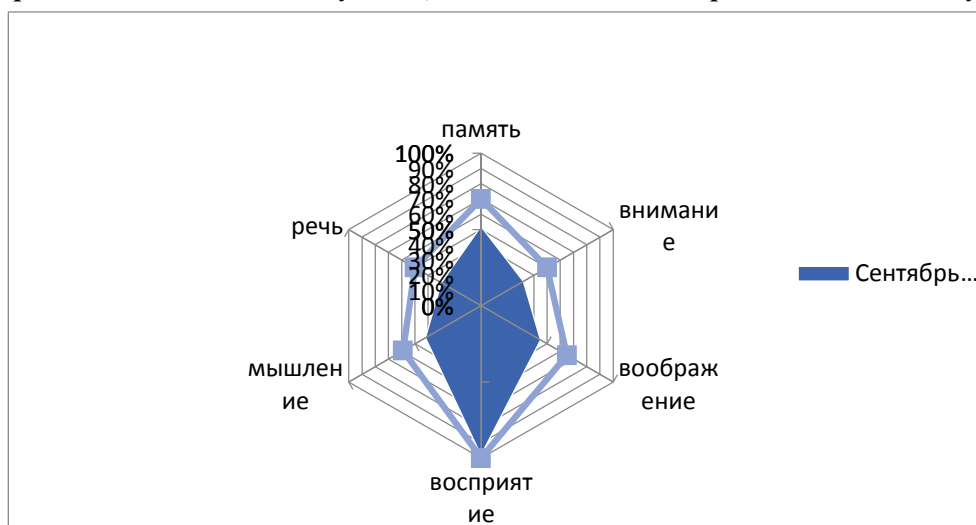
«Уровень школьной мотивации у учащихся в 1А классе в течение года и во 2А, 3А классах»



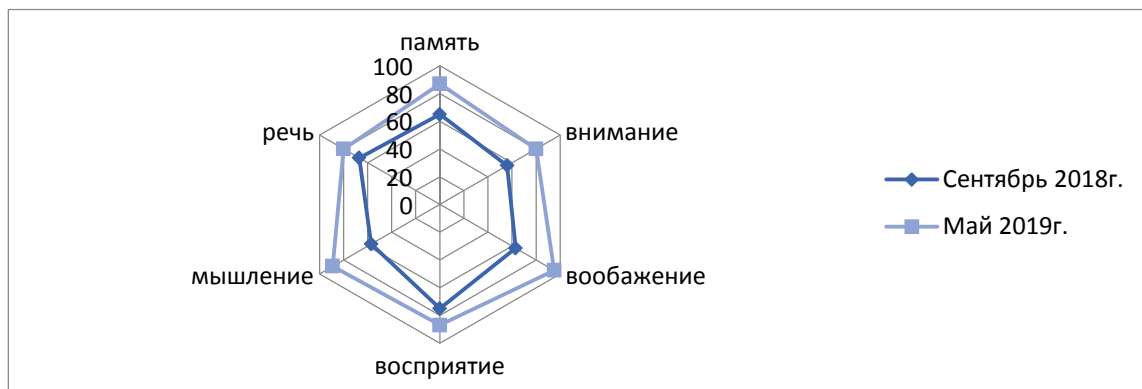
Сравнительный анализ уровня тревожности при адаптации за 3 года



Сравнительный анализ обучающихся 1 класса Сентябрь 2017 и Май 2018 учебного года



Сравнительный анализ обучающихся 2 класса Сентябрь 2018 и Май 2019 учебного года



***Мероприятия, направленные на формирование законопослушного поведения.
«День солидарности в борьбе с терроризмом»***

Беседа с инспектором ГИБДД





Беседа ОНД РЖД



Беседа с полицией и прокуратурой





Мероприятия по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни

Профилактика ВИЧ- инфекции и заболевания СПИДОМ



«Спасем жизнь вместе!»





«День памяти жертв ДТП»



«Мы за ЗОЖ»



«Простынболл»





«День здоровья»





Военно-патриотическая игра «Зарница»





Коммуникативный мини-тренинг «Сердце»



Психологические классные часы «Я – уникальная и неповторимая личность»



«Мы разные, но мы вместе!»

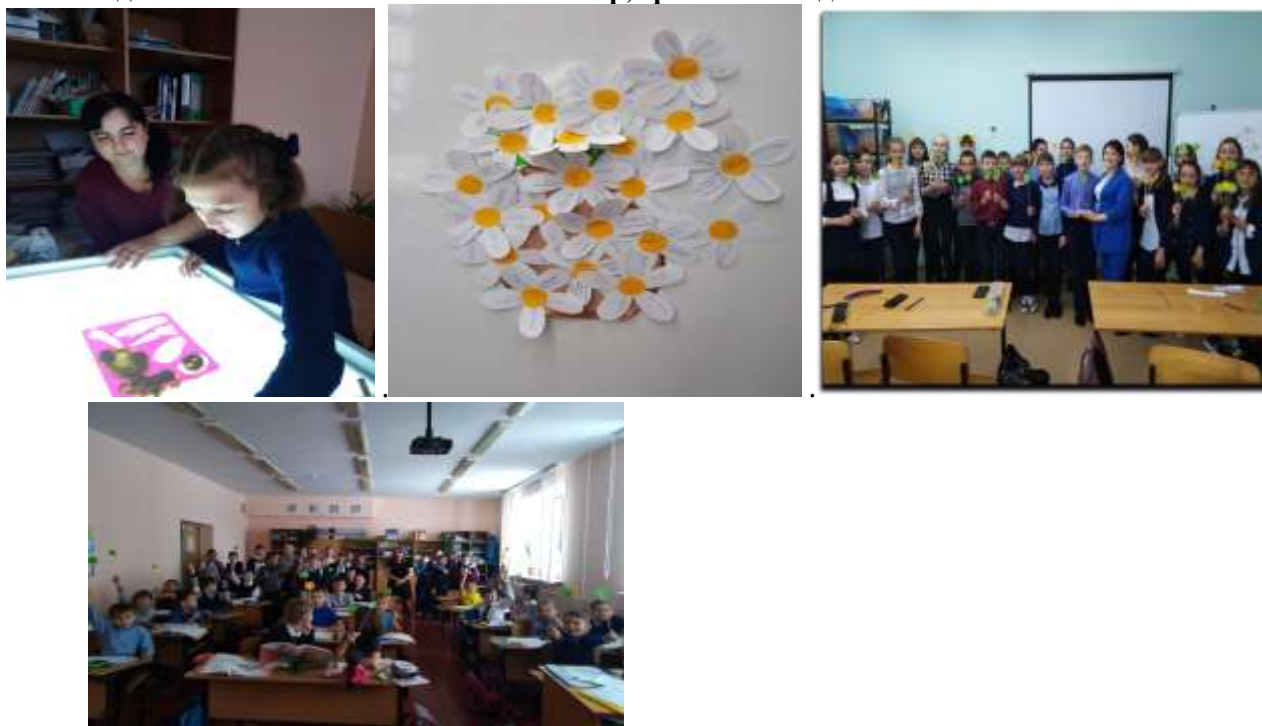




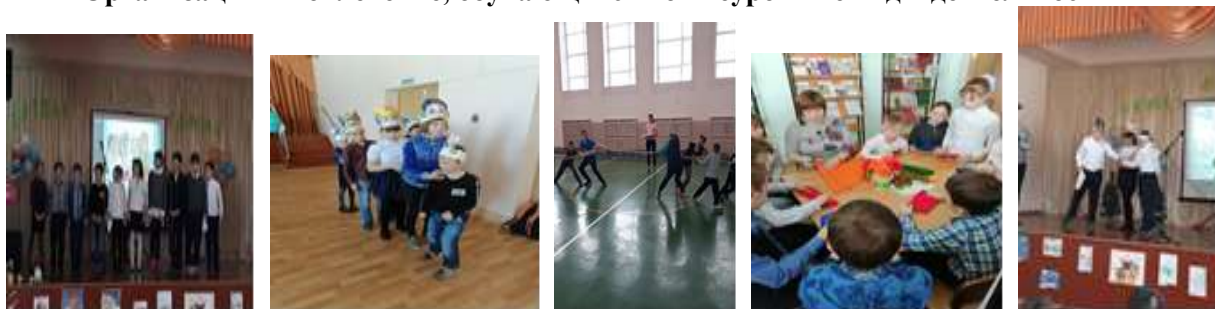
Неделя психологии «Жизнь дана на добрые дела»



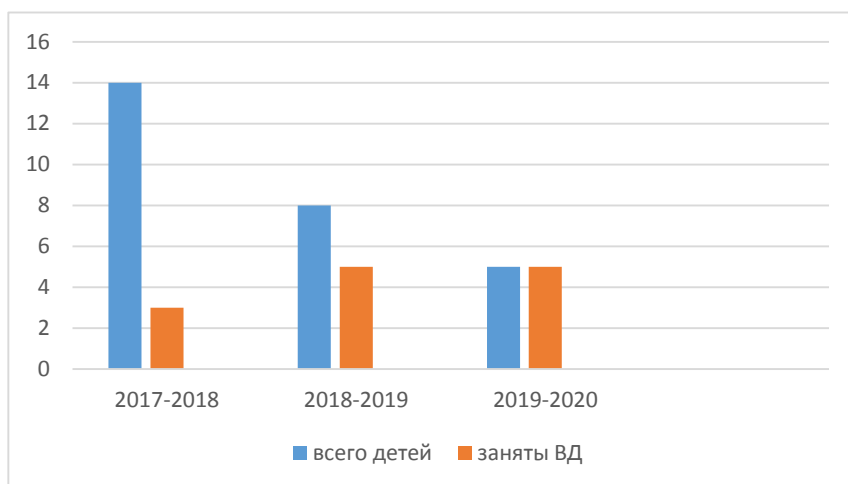
Неделя психологии «Психология и театр, грани взаимодействия»



Организация и вовлечение, обучающихся во внеурочные виды деятельности



«Вовлечение детей «группы риска» и детей из семей находящихся в социально-опасном положении во внеурочную деятельность»





**«Организация групповых и индивидуальных профориентационных мероприятий,
направленных на профессиональное самоопределение и социально-трудовую адаптацию
несовершеннолетних»**

«День ресторатора»



Районный квест «Присоединение Крыма к России»



Экскурсия в районную библиотеку



Экскурсия на Гофротарный завод



Экскурсия в пожарную часть



Районное мероприятие «Робототехника и жизнь»



«Билет в будущее!»



Мероприятия по организации просветительской работы с педагогами



**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Вознесенская средняя общеобразовательная школа имени Леонида Чекмарёва
Баганского района Новосибирской области**

**ПРОГРАММА ПРОФИЛАКТИКИ СУИЦИДАЛЬНОГО, АДДИКТИВНОГО И
ДЕЛИКВЕНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ
«У ИСТОКОВ ЗДОРОВЬЯ»**

Петухова Марина Владимировна, социальный педагог

АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОГРАММЫ

За последние годы значительно увеличилось и число суицидальных попыток и завершённых самоубийств среди молодежи и детей. Решаются на такой шаг, как правило, замкнутые, ранимые по характеру, страдающие от одиночества и чувства собственной ненужности, потерявшие смысл жизни подростки. Суицидальные действия у детей часто бывают импульсивными, ситуативными и не планируются заранее. Попытки суицида являются следствием защитной адаптации к жизни. Своевременная психологическая помощь, участие, оказанное подросткам в трудной жизненной ситуации, помогут избежать трагедий.

Система семейного воспитания в последние десятилетия претерпела значительные изменения, что обусловлено рядом негативных факторов: социальными, экономическими трудностями, неблагоприятным психологическим климатом, недостаточным уровнем психолого-педагогической культуры родителей, а также правовых знаний у детей. В результате даже в вполне благополучных семьях часто отсутствуют взаимопонимание между детьми и родителями. Следствием этого является отсутствие превентивной психологической защиты, ценностного барьера у ребенка, препятствующего негативным проявлениям в его поведении. Об этом свидетельствует заметное увеличение в обществе социально обусловленных заболеваний, таких, как алкоголизм, наркомания, СПИД. Падение авторитета семьи, распространение алкоголизма и наркомании, трудное материальное положение, миграция населения, препятствуют развитию личностных, волевых качеств ребенка, а отсутствие должного внимания со стороны взрослых приводит к асоциальному поведению. В форме наказаний используются унижающие высказывания, болезненные для самолюбия и снижающие самооценку подростка. Семья могут постичь такие кризисные ситуации, как смерть близких, развод или потеря работы.

Если отношения строятся на доверительной основе, родитель относится к ребенку как к партнеру, тогда формируются защитные механизмы, предохраняющие подростка от суицидального поведения.

Школьные причины суицидального поведения обычно связаны с отношениями с учителями, администрацией. Именно в школе формируются такие важные социальные запросы подростка, как потребность в самоуважении; потребность в положительной оценке значимых для него взрослых; потребность в общении (мнение учителя может определять мнение коллектива сверстников, низкие оценки не способствуют улучшению отношений ученика в классе).

Отношения со сверстниками, особенно противоположного пола, являются весьма значимым фактором суицидального поведения подростков. Одним из объяснений важности этих отношений служит чрезмерная зависимость от другого человека, возникающая обычно в качестве компенсации плохих отношений со своими родителями, из-за постоянных конфликтов и отсутствия контакта с ними. Далее уход в себя или в виртуальность. Хуже: агрессия, вымещение своей озлобленности на слабых и ровесниках. Поиск путей решения своих проблем подросток сужает до «мнимого друга» из социальных сетей до ухода в «грёзы» от употребления психоактивных, наркотических, алкоосодержащих и прочих подобных веществ. А самое страшное - уход в мир, не только нереальный, но и неживой.

Необходимость создания и реализации программы профилактики суицидального, аддиктивного и деликвентного поведения несовершеннолетних обусловлена именно этими факторами. Выход из создавшейся ситуации возможен в выработке механизмов эффективного взаимодействия

образовательного учреждения, семьи, ведомственных организаций, занимающихся профилактикой девиантного поведения детей, совершенствовании воспитательного процесса, направленного на формирование у обучающихся активной гражданской позиции, правовой культуры и культуры здорового образа жизни.

По результатам диагностики уровня тревожности за прошлый год показало, что случаев острого напряжения не выявлено, но тем не менее, проблема существует. Окружающий нас мир создаёт трудности для раскрытия, реализации своих возможностей.

Цель программы: организация профилактической работы по предупреждению суицидального, аддиктивного и деликвентного поведения среди подростков, сохранение и укрепление психического здоровья обучающихся школы.

Задачи программы:

- выявление детей «группы риска»;
- развитие у подростков позитивных отношений с окружающими, приобретение умения адаптироваться к отрицательным эффектам рекламы, выражать свои чувства, разрешать конфликты, сопротивляться давлению, которое угрожает здоровью и жизни;
- межведомственное взаимодействие со специалистами различных учреждений и организаций;
- пропаганда здорового образа жизни.

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Организованная в течение учебного года работа по профилактике суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения среди подростков позволит осуществлять социальную и психологическую защиту детей, снизить количество детей с девиантным поведением и избежать суицидальных попыток. Также позволит организовать работу по оптимизации взаимоотношений в детско-родительской среде.

СРОКИ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ПРОГРАММЫ

I этап (подготовительный): аналитический. Изучение нормативно правовой базы, научно методической литературы; подбор диагностических методик, анкет, составление перспективного планирования работы (май – август 2019г.).

II этап (основной): реализация намеченных планов. Проведение всех мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни участников педагогического процесса (сентябрь 2019г. – май 2020г.).

III этап (заключительный): подведение итогов. Анализ результатов. Обобщение опыта по итогам реализации проекта (июнь 2020г. – август 2020г.).

ЦЕЛЕВАЯ АУДИТОРИЯ

Педагоги, родители, дети.

Программа профилактики суицидального, аддиктивного и деликвентного поведения несовершеннолетних, может быть интересна педагогам образовательных учреждений Новосибирской области.

МЕТОДЫ ОТСЛЕЖИВАНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ РАБОТЫ

Диагностические методики, позволяющие отследить динамику (исследование уровня адаптации, уровня тревожности, определение склонности к девиантному поведению);

Проведение социально-психологического тестирования в соответствии с приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 16.06.2014 № 658 «Об утверждении Порядка проведения социально психологического тестирования лиц, обучающихся в общеобразовательных организациях;

Критерии эффективности образовательного пространства (наблюдение, опросники, анкетирование);

Беседы, лекции;

Классные часы, общешкольные мероприятия;

Составление социального паспорта школы;

Мониторинг статистических данных (сокращение числа обучающихся, состоящих на учёте в ПДН, ВШУ);

Мониторинг семей, состоящих на профилактическом учёте;
Учёт обучающихся занятых во внеурочной деятельности.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Работа образовательного учреждения по профилактике суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения обучающихся была направлена:

- во-первых, на обеспечение всесторонней воспитательно - образовательной работы с детьми;
- во вторых, на поддержание постоянной связи с родителями в целях установления единства воздействия на ребенка;
- в третьих, на оказание помощи родителям в целях повышения их педагогической культуры.

Планируя работу по данному направлению в МБОУ Вознесенской СОШ имени Л. Чекмарёва, педагоги опирались на определенные дидактические принципы:

- принцип *системно-организованного подхода*, который предполагал систематичную, скоординированную, целенаправленную работу по профилактике негативных факторов;
- принцип *последовательности* в воспитании: от моральных чувств через упражнения и навыки к формированию нравственных убеждений;
- принцип *непрерывности* и целостности, который помог привести содержание образования в соответствие с возрастными особенностями детей;
- принцип *доступности*, предполагал, что, во-первых, сообщаемая система знаний основана на имеющихся у ребенка знаниях, на его жизненном опыте, во-вторых, изучаемая система знаний достаточна, чтобы способствовать переходу на более глубокий уровень развития;
- принцип *сознательности и активности*, который предусматривал инициативу всех участников образовательного процесса в трансформации мировоззрения и ценностных установок, ориентированных на нормы правильного поведения;
- принцип *единого подхода* школы и семьи к воспитанию и обучению детей, созданию атмосферы взаимоуважения;
- принцип *адресного подхода*, предполагал использование особых форм и методов работы,
- осуществление индивидуального дифференцированного подхода в работе с семьей с учетом образования родителей, жизненного опыта, степени участия родителей в воспитании и обучении детей;
- принцип *личностно-ориентированного подхода* к семьям с низкой общей и педагогической культурой, признаками которого являлось построение взаимоотношений между участниками образовательного процесса на основе сотрудничества.

Все эти принципы взаимосвязаны и реализовывались в единстве. Для решения поставленной цели и задач была разработана система мероприятий по профилактике суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения несовершеннолетних в условиях школы при активном взаимодействии с педагогами, обучающимися, родителями и межведомственными службами.

Работа с педагогическими кадрами

В практике работы педагогов над воспитанием подрастающего поколения недопустимы воздействия, оскорбляющие их человеческое достоинство, жестокие наказания, грубые окрики и т.п. Воспитание не должно быть назидательным, так как невозможно сформировать у детей уважение к человеку и его правам, если общаться с детьми мы будем в авторитарном стиле. Педагогическая тактика должна строиться не на категоричных суждениях, а на убеждении и доброжелательном обсуждении. Поэтому, в воспитательно - образовательной работе с детьми нами была выбрана личностно-ориентированная модель взаимодействия взрослого с ребенком, построенная на субъект - субъектных связях.

При этой модели взаимодействия тактику общения педагогов с детьми изменили с учетом следующих условий:

- сотрудничество при взаимодействии;

- создание и использование ситуаций, требующих от детей проявления интеллектуальной и нравственной активности;
- использование многообразия стилей общения с ребенком и их варьирование.

Мероприятие	Сроки	Ответственный
Составление методических рекомендаций по проведению классных часов по профилактике суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения несовершеннолетних (отрицательные и негативные эмоции, работа с детьми со слабой нервной системой, игры на развитие психических процессов у обучающихся – Приложение № 8,9,10).	Октябрь	Социальный педагог
Оформление социально-профилактической карты на учащихся «группы риска» и родителей «Банк данных».	Сентябрь, Январь	Классные руководители, Социальный педагог
Совещание при администрации, посвящённое результатам анкетирования, адаптации обучающихся	Октябрь	Администрация школы
Семинар классных руководителей «Причины подросткового суицида. Роль взрослых в оказании помощи подросткам в кризисных ситуациях»	Декабрь	Социальный педагог
Семинар классных руководителей «Профилактика конфликтных ситуаций и работа с ними»	Февраль	Заместитель директора по ВР, социальный педагог, классные руководители
ШМО классных руководителей «Психологический климат в классе»	Март	Заместитель директора по ВР

Работа с обучающимися

Работа велась таким образом, чтобы ориентировать обучающихся на выработку и укрепление уверенности в себе, собственных критериев успешности, адекватности переживаемых эмоций, умении вести себя в трудных ситуациях, в случае неуспеха. Особое значение отводилось индивидуальным «зонам уязвимости», характерным для конкретного ребенка. Важное место занимала подготовка детей к новым обстоятельствам, снижению неопределенности ситуаций через предварительное ознакомление их с содержанием и условиями этих ситуаций, обучение конструктивным способам поведения в них, обсуждение возможных трудностей через все основные направления деятельности.

Правила организации профилактической работы среди школьников. В профилактической работе среди несовершеннолетних необходимо:

- неукоснительно соблюдать педагогическую этику, культуру и такт;
- знать возрастную психологию, а также соответствующие приемы индивидуально-педагогического подхода;
- выявлять контингент «группы риска» на основе знания его характеристики в целях динамического наблюдения и своевременной психолого-педагогической коррекционной работы;
- осуществлять активный патронаж семей, в которых проживают обучающиеся «группы риска», с использованием различных приемов, с оказанием консультативной помощи родителям и психолого-педагогической помощи детям;
- проводить при необходимости консультации подростка с психологом, психотерапевтом, психиатром;
- формировать у обучающихся такие понятия, как «ценность человеческой жизни», «смысл жизни», а также индивидуальные приемы психологической защиты в сложных жизненных ситуациях;

- повышать стрессоустойчивость, путем психологической подготовки подростка к сложным и противоречивым реалиям современной жизни, формирования готовности к преодолению ожидаемых трудностей.

Таким образом, для создания системы профилактики суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения обучающихся был необходим комплекс организационно-педагогических мер, который обеспечивал реализацию принципов гуманизации в воспитании и образовании.

Методы и приемы работы, которые были использованы в профилактической работе с детьми и подростками:

- организационная работа (составление социального паспорта школы) (приложение № 1), корректировка списков обучающихся, состоящих на ВШУ и учёте в ПДН (динамика) (приложение № 2);
- конференции, тренинги, формирующие в процессе воспитательной работы у обучающихся такие понятия как «ценность жизни», «цели и смысл жизни»;
- классные часы;
- лекции;
- подготовка буклетов;
- диспуты, ролевые игры, конкурсы, акции, флеш-мобы и т.д.;
- коллективные творческие дела; секции, клубы, кружки по интересам;
- волонтерская деятельность; участие в детских общественных организациях (в рамках школы).

п/п	Мероприятие	Сроки	Ответственный
1	Оказание помощи в организации досуговой деятельности детям, состоящим на учете в КДН, внутришкольном учете, детям «группы риска»: вовлечение детей в кружки, секции, волонтерское движение, досуговые центры, содействие в трудоустройстве	В течение года	Социальный педагог Классные руководители Заместитель директора по ВР
2	Беседы с привлечением работников здравоохранения: «Если твой друг употребляет наркотики» «Ты попал в беду» «Это страшное слово наркомания» «Подростковые группировки»	Октябрь Ноябрь Январь Март	Фельдшер ФАП, социальный педагог
3	Лекции для обучающихся: «Я выбираю жизнь» «Наркотическая зависимость и ее виды»	Октябрь ноябрь	Медсестра ФАП Заместитель директора по ВР, социальный педагог
	«Любовь в эпоху СПИДА» Беседа о профилактике ВИЧ-инфекции	Декабрь Март	Фельдшер ФАП Классные руководители, социальный педагог
4	Мониторинг «Твой выбор» Выявление подростков, склонных к употреблению ПАВ.	Октябрь, Апрель	Классные руководители, социальный педагог
5	Социально-психологическое тестирование в соответствии с приказом Министерства образования и науки Российской Федерации.	Ноябрь	Социальный педагог
	Повторная диагностика по результатам социально-психологического тестирования (внутри школы) – Приложение № 3	Январь	Социальный педагог
6	Анкетирование среди учащихся 5,9 классов с целью контроля за их адаптацией к новым условиям обучения Приложение № 4	Октябрь, Февраль	Социальный педагог
7	Классные часы: «В поисках хорошего настроения» - 1 кл. «Звёздные академии» - 2,3 кл. «Учимся снимать усталость» - 4 кл. «Проблемные ситуации для размышления» - 5,6 кл. «Здоровье и здоровые привычки» - 5 кл.	Сентябрь - Май	Классные руководители, социальный педагог

	«Грани моего Я» - 6 кл. «Толерантность» - 6 кл. «Токсичные вещества» - 7 кл. «Как научиться жить без драки» - 8 кл. «Как избавиться от стресса, не прибегая к наркотику» - 8 кл. «Зависимость» - 9 кл. «Что такое наркозависимость» - 9 кл. «Я выбираю жизнь» - 10, 11 кл. «Молодёжь против наркотиков» - 9-11 кл. «Скажи наркотикам – НЕТ» - 10 кл. «Выясни всю правду о наркотиках» - 10,11 кл. «Уголовный кодекс о наркотиках» - 9-11 кл.		
8	Неделя профилактики наркозависимости «Независимое детство», посвященная Всемирному дню борьбы с наркотиками и наркобизнесом: выпуск листовок, спортивные мероприятия, круглые столы	Март	Заместитель директора по ВР, Социальный педагог, Старшая вожатая, Учителя физ-ры, Классные руководители
9	Тренинговые занятия с учащимися по профилактике употребления ПАВ «Человек и наркотики», «В мастерской скульптура», «Я учусь владеть собой», «Эффективное общение» (Приложение № 7), «Мир моих чувств», «Загадки необитаемого острова», «Жить в мире с собой и другим» (тренинг толерантности), «Влияние сверстников»	Октябрь Декабрь Февраль	Социальный педагог, Заместитель директора по ВР, Классные руководители
10	Оформление выставки книг: «О вредных привычках», «Скажем наркотикам НЕТ!»	Ноябрь	Школьный библиотекарь
11	Участие в акции "Всемирный день борьбы со СПИДом" Библиотечные тематические уроки, Лекции для старшеклассников по профилактике ВИЧ, СПИД. Беседы «Правила нашей безопасности», «ВИЧ, СПИД – об этом должен знать каждый»	Декабрь	Классные руководители, Социальный педагог, Библиотекарь, Фельдшер ФАП
12	Конкурс рисунков и плакатов: «Мы за здоровый образ жизни» «Мир без наркотиков» «ЗОЖ глазами детей» Конкурс рисунков и плакатов, посвященный Дню борьбы со СПИДом среди учащихся 5-11 классов.	Ноябрь Декабрь Февраль Апрель	Учитель ИЗО, Классные руководители
13	Внеурочная деятельность (вовлечение обучающихся в кружковую деятельность): <u>1-4 классы:</u> «Я и общество», «Театр миниатюр», «Безграничная фантазия», «Волшебный клубочек», «Финансовая грамотность», «Лёгкая атлетика» <u>5-11 классы:</u> «Лёгкая атлетика» «Лаборатория успеха» «Шахматы» «Финансовая грамотность» Военно-патриотическое объединение «Русичи» «Иллюзия»	Понедельник - пятница	Руководители кружков
14	Внеурочная деятельность в рамках биотехнологического направления Предметные спецкурсы: «Информатика для любознательных» - 6-11 классы «Стиль жизни – здоровье» - 9 класс «Основы делового общения» - 9,11 классы «Рекреационная география» - 9 класс «Законы Биологии» - 11 класс	Понедельник - пятница	Руководители кружков

	Спецкурсы: «Социализация личности старшеклассника» - 9,11 кл «Основы устойчивого развития сельских территорий» - 9,11 классы		
15	Разработка упражнений для обучающихся по антистрессовой релаксации. Приложение № 11	Октябрь	Социальный педагог
16	Разработка рекомендаций для обучающихся: - «Как научиться общаться лучше»? Приложение № 12 - «Как вести себя до экзамена» Приложение № 13	Ноябрь Март	Социальный педагог
17	Разработка памятки подросткам «Когда твоему другу плохо» - по профилактике суицида Приложение № 14	В течение года	Социальный педагог

Работа с родителями

Работу с родителями мы стоили по трём взаимосвязанным направлениям:

Первое направление было посвящено ознакомлению родителей с той ролью, которую играют внутрисемейные взаимоотношения в возникновении и закреплении тревожности ребенка (рассматриваются такие причины, как конфликты, общая атмосфера в семье, отношение родителей к ребенку и к его возможностям, особенности требований).

Второе направление касалось влияния на детей страхов и тревог за близких, из общего эмоционального самочувствия, их самооценки.

Третье направление демонстрировало значение развития у детей уверенности в собственных силах, ощущения собственной значимости.

Использовались следующие *формы работы с родителями*:

- анкетирование (на выявление правовой компетентности родителей, выявление типичных способов воспитательного воздействия на ребенка и др.);
- общешкольные родительские собрания;
- родительские лектории;
- индивидуальные и групповые консультации;
- памятки для родителей: «Наказывая, подумай: зачем?», «Пять рецептов избавления от гнева», «Четыре заповеди мудрого родителя» и др.
- спортивные праздники и досуги, с участием родителей;
- посещение семей (обязательно: неблагополучных семей и семей, находящихся в социально-опасном положении);
- семейные консультации (по выявленным проблемам и запросу родителей; разъяснению мер социальной поддержки для льготных категорий).

Такие совместные мероприятия выступили интегрированным условием личностного развития человека - и взрослого, и ребенка; в позитивном направлении способствовали изменению ценностных установок семьи; сблизил взрослых и детей, помогли родителям лучше узнать своего ребёнка, поскольку увидели его в другой, новой для себя обстановке, сблизилась с педагогами школы.

Мероприятие	Сроки	Ответственный
Работа по профилактике раннего семейного неблагополучия. Посещение семей, состоящих на учете в КДН и на внутришкольном учёте: обследование социально-бытовых условий проживания, контроль за семьей и обучающимися, оказание помощи	Постоянно	Социальный педагог, Классные руководители
Индивидуальные беседы с родителями: - Об обязанностях по воспитанию и содержанию детей; - О взаимоотношениях в семье; - О бытовых условиях и их роли в воспитании и обучении.	По мере необходимости	Социальный педагог, Классные руководители
Классные родительские собрания: - «Родительская любовь» - «Проблемы ответственности родителей за воспитание детей в современных условиях» - «Искусство родителей общаться с подростками» - «Как помочь подростку сделать правильный выбор» - «Безопасность детей» - «Режим дня школьника»	По плану работы классного руководителя	Заместитель директора по ВР, Классные руководители

- «Умение жить в обществе» - «Семья главная ценность» - «Наши ошибки в воспитании детей» - «Родители и дети: поиски взаимопонимания»		
Родительский лекторий: - «Ответственность, самооценка, контроль. Умение оценивать ситуацию» - «Семья как первичная воспитательная среда. Воспитательный потенциал современной семьи» - «Подростковый суицид. Роль взрослых в оказании помощи подросткам в кризисных ситуациях», Приложение № 6 - «Интернет как средство информации и общения» - «Опасности Интернета» - «Подросток в мире вредных привычек» - «Семейные традиции и способность ребенка трудиться» - «Сотовый телефон у ребенка» - «Закон и ответственность» - «Семья как фактор профилактики ПАВ»	По воспитательному плану школы	Заместитель директора по ВР, Классные руководители
Создание буклета: «Наркомания и СПИД» «Общение со своим ребёнком» «Всероссийский день трезвости»	В течение года	Социальный педагог
Воспитательные беседы для родителей: «Проблемные ситуации» «Правовое воспитание школьника» «Культура поведения и общения несовершеннолетних» «Конфликтные ситуации» «Как жить в мире с родителями?» «Подросток и общество».	В течение года	Классные руководители, Социальный педагог
Заслушивать родителей о воспитании, обучении, материальном содержании детей: -На Совете профилактики; -На заседаниях КДН	В течение года	Члены Совета профилактики
Содействие в организации летнего оздоровительного отдыха детей: вовлечение в ЛДП, санатории, летние вечерние уличные отряды	Летний период	Классные руководители, Социальный педагог, Старшая вожатая
Разработка рекомендаций для родителей: - «Что делать, если ваш ребенок попал в плохую компанию» - «Чтобы не случилось беды» - «Школьные страхи - «Обман детей», - «Причины детской агрессии»	В течение года	Социальный педагог
Анкетирование родителей «Выявление типичных способов воспитательного воздействия на ребенка», Приложение № 5	Декабрь	Социальный педагог, Классные руководители
Вовлечение родителей в школьные мероприятия (проведение праздников, дней здоровья)	В течение года	Социальный педагог, Классные руководители

Совместная работа с правоохранительными органами, КДН, социальной защитой, отделом опеки и попечительства, медицинскими работниками и другими заинтересованными органами по профилактике суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения обучающихся:

п/п	Мероприятие	Срок	Ответственный
1	Формирование единых списков детей из семей, находящихся в социально-опасном положении	Сентябрь, январь	Специалисты служб, социальный педагог

2	Выявление обучающихся, оказавшихся в трудной жизненной ситуации: изучение личных дел обучающихся; корректировка списков обучающихся; статистические данные на обучающихся.	Ежегодно, сентябрь; постоянно	Социальный педагог, специалисты служб
3	Информирование о правонарушениях совершенными обучающимися	Постоянно	Социальный педагог, специалисты служб
4	Выявление не работающих, не обучающихся несовершеннолетних, не имеющих основного (общего образования, принятие мер по их возвращению в ОУ.	Ежегодно, сентябрь	Социальный педагог, специалисты служб
5	Выявление и устранение конфликтных ситуаций среди учащихся школы, оказание социальной поддержки.	По мере необходимости	Социальный педагог, классные руководители, специалисты служб
6	Организация ежедневного контроля за посещаемостью занятий обучающимися	Постоянно	Социальный педагог, классные руководители
7	Осуществление обмена информацией в отношении обучающихся, склонных к употреблению наркотиков	В течение года	Директор школы, социальный педагог, специалисты служб
8	В целях ранней профилактики семейного неблагополучия, предупреждения не посещения, систематических пропусков занятий в ОУ детьми без уважительных причин. Уведомление КДН, УО о пропускавших более трёх дней без уважительных причины	По факту	Директор школы, социальный педагог
9	Оформление стенда «Мы против наркотиков»	В течение года	Социальный педагог, специалисты служб
10	Лекции для обучающихся: - Если ты один дома; - С какого времени наступает ответственность несовершеннолетнего; - Суицидальное настроение, как этого избежать? - Трейнсёрфинг (зацеперство) – забава или смертельная опасность? - Ответственность за приём ПАВ; - Время пребывания на улице в вечерние часы; - Как не стать жертвой преступления.	В течение года (по согласованию со структурами)	Социальный педагог, специалисты служб
11	Организация выездных комиссий по месту обучения несовершеннолетних, с целью выявления и устранения причин и условий, способствующих безнадзорности и беспризорности правонарушений несовершеннолетних, осуществление мер по защите их прав и интересов обучающихся в ОУ	По отдельному плану	Специалисты служб
12	Проведение бесед с обучающимися, состоящими на ВШУ и учёте в ПДН	В течение года	Социальный педагог, классные руководители, специалисты служб
13	Совместно с инспектором посещение семей обучающихся, требующих особого контроля и наблюдения	По мере необходимости	Социальный педагог, инспектор ПДН, КДН

ИТОГИ АПРОБАЦИИ

Создание благоприятного эмоционального фона и социально-психологического комфорта является одним из наиболее важных и сложных итогов в результате апробации профилактической программы. Комфорт выступал своеобразным условием, обеспечивающим развитие личности: на его фоне обучающийся раскрывался, проявлял свои таланты, творческие возможности, социальную

активность. Созданию социально-психологического комфорта способствовали все мероприятия проводимые школой.

Главной целью этих мероприятий являлось поднятие общего эмоционального тонуса учащихся и педагогов, создание позитивного фона общения в школьном, детско-взрослом коллективе. Наблюдение показало, что данные мероприятия привели к созданию единого коллектива

учеников, родителей, классного руководителя и педагогов школы, объединенного общими целями и ответственностью.

ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ

Результаты апробации показали, что данная программа оказалась на практике эффективной. Программа находится в состоянии постоянного совершенствования. В связи с этим мы видим перспективу дальнейшего развития программы в увеличении и разнообразии мероприятий по данному направлению.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Амбрумова А.Г., Тихоненко В.А. Диагностика суицидального поведения. М., 1980 г.
2. Борщевская Л. Психологический час “Как научиться жить без драки” // Школьный психолог, 2006, №10.
3. Васильева О.С. Осознание смысла жизни как средство профилактики
4. суицидального поведения подростков [Текст] // Журн. практ. психоло-
5. га. - 2000. - № 10/11. - С. 103-107.
6. Касаткин В.Н., Паршутин И.А. и др. Здоровье: Предупреждение употребления алкоголя и наркотиков в школе. М., 2005.
7. Макеева А.Г. Не допустить беды: Педагогическая профилактика наркотизма школьников: Пособие для учителя. В помощь образовательному учреждению: “Профилактика злоупотребления психоактивными веществами”. – М.: Просвещение, 2003.
8. Методические рекомендации «Профилактика суицида в детской среде», составители: Конькова Н.Л., ответственный редактор Т.А. Файн, Биробиджан, 2012 г.
9. Пайвина Е.Ю. Профилактика аддиктивного поведения подростков: теория и практика. – Ижевск, 2010.
10. Рязанова Д.В. Тренинг с подростками. С чего начать? М.: Просвещение, 2003.
11. Титов В.А. Социальная педагогика. – М., 2010.
12. Хухлаева О.В. «Тропинка к своему Я» - программа формирования психологического здоровья школьника, М. «Генезис», 2001

Приложение 1

Проведён мониторинг ученического коллектива школы, в ходе которого составлены списки по определённым статусным категориям. Данные были получены путем изучения школьной документации, составления социальных паспортов классных коллективов, собеседования с родителями, обучающихся, через тестирование, анкетирование, опросы. В результате всей работы был составлен социальный паспорт школы (2019-2020 учебный год):

Всего учащихся в школе	106
Всего родителей	130
Семьи:	
с сожителем	6
с отчимом	1
с мачехой	0
с одним папой	1
с одной мамой	7
Всего семей	74
Многодетные семьи	15
Дети из многодетных семей	33
Малообеспеченные семьи	26
Дети из малообеспеченных семей	33
СОП семьи	1
Дети из семей, находящихся в СОП	2
Дети, стоящие на учёте ОП ПДН	0
Дети, стоящие на внутришкольном учёте	1
Образовательный уровень родителей:	
Высшее	12
Средне специальное (техническое)	47
Среднее	45
Неполное среднее	23
Нет 9 классов	3
Статус родителей:	
Рабочих	81
Водителей	9
Механизаторов	11
Медицинских работников	2
Педагогов	4
Работников культуры	3
Работников торговли	2
Работников отдела кадров	4
Неработающих родителей	14

Приложение 2

Динамика за три года по обучающимся состоящим на ВШУ и учёте в КДН:

Учебный год	Внутришкольный учёт	учёт КДН
2017-2018	2	1
2018-2019	1	1
2019-2020	1	0

Учёт семей находящихся в социально-опасном положении:

Учебный год	Семьи СОП
2017-2018	1
2018-2019	2
2019-2020	1

Приложение 3

В целях раннего выявления незаконного потребления наркотических и психотропных веществ и склонности к суицидальному поведению в ноябре-декабре 2019г. обучающиеся 7-11 классов приняли участие в анонимном социально-психологическом тестировании (Письмо Министерства образования Новосибирской области от 11.09.2019 №8249-03/25 «Об организации социально-психологического тестирования», направленном на выявление склонностей к рискам аддиктивного, суицидального поведения.

Показатели по шкалам: тревожность, фрустрация, агрессия, ригидность, склонности к суицидальному поведению – не превышают либо превышает незначительно допустимые установленные нормы у всех 100% продиагностированных обучающихся.

В феврале 2020г. по итогам областного тестирования было проведено тестирование обучающихся:

Подверженность влиянию группы	6%
Склонность к риску	3%
Тревожность	9%
Агрессия	9%
Влияние группы	12

Стремление к сотрудничеству	82
Положительная мотивация в обучении	72
Положительная картина своего будущего	78

Приложение 4

Анализ результатов диагностики обучающихся 5 класса показал, что период адаптации прошёл успешно для большинства учащихся. Диагностика Лускановой выявила 4 уровня школьной мотивации



С пятиклассниками проводились различные мероприятия по снятию уровня тревожности (выявлено 15% - общей тревожности, в конце учебного года снизилось до 12%), игры, направленные на адаптацию ребят в школе.

Приложение 5

Анкета для родителя на выявление типичных способов воспитательного воздействия на ребенка

Инструкция:

Оцените, насколько часто Вы используете следующие методы воздействия на ребенка. Для оценки используйте следующую шкалу: 5 баллов - всегда 4 балла - достаточно часто 3 балла - иногда 2 балла - в исключительных случаях 1 балл – никогда

Приказ, команда	1	2	3	4	5
Уговоры	1	2	3	4	5
Угрозы	1	2	3	4	5

Предупреждения	1	2	3	4	5
Советы, готовые решения	1	2	3	4	5
Нотации, поучения	1	2	3	4	5
Критика	1	2	3	4	5
Похвала	1	2	3	4	5
Анализ поведения	1	2	3	4	5
Обращение в шутку	1	2	3	4	5
Утешение	1	2	3	4	5
Обзывание, насмешка	1	2	3	4	5
Обида на ребенка	1	2	3	4	5
Наказания	1	2	3	4	5
Физические наказания	1	2	3	4	5

Приложение 6

Конспект родительского ЛЕКТОРИЯ по теме: "Подростковый суицид" (для родителей обучающихся старших классов)

ЦЕЛЬ: Оказание профилактической помощи родителям по проблеме подросткового суицида.

ЗАДАЧИ:

- Расширить знания родителей о причинах, признаках и характере подросткового суициды.
- Предоставить возможность задуматься и оценить взаимоотношения со своим ребёнком.
- Воспитывать уважение к личности подростка и понимание к его проблемам.

ИЗЛОЖЕНИЕ МАТЕРИАЛА.

Добрый вечер, уважаемые родители! Сегодня мы с вами поговорим об удручающей ситуации, которая сложилась в начале века в Российской семье.

По данным Всемирной организации здоровья, в 1983 г. в мире покончили жизнь самоубийством более 500 тыс. человек, а 15 лет спустя — уже 820 тыс. человек, из них 20% приходится на подростковый и юношеский возраст.

За последние 15 лет число самоубийств в возрастной группе от 15 до 24 лет увеличилось в 2 раза и в ряду причин смертности во многих экономически развитых странах стоит на 2-3 местах.

Покушающиеся на свою жизнь, как правило, дети из неблагополучных семей. В таких семьях часто происходят конфликты между родителями, а также родителями и детьми с применением насилия; родители относятся к детям недоброжелательно и даже враждебно. Способствовать принятию решения покончить с собой могут экономические проблемы в семье, ранняя потеря родителей или утрата с ними взаимопонимания, болезнь матери, уход из семьи отца.

Причиной покушения на самоубийство может быть депрессия, вызванная потерей объекта любви, сопровождаться печалью, подавленностью, потерей интереса к жизни и отсутствием мотивации к решению насущных жизненных задач. Иногда депрессия может и не проявляться столь явно: подросток старается скрыть ее за повышенной активностью, чрезмерным вниманием к мелочам или вызывающим поведением — правонарушениями, употреблением наркотиков, беспорядочными сексуальными связями. Риск самоубийства более высок среди тех, кто пристрастился к наркотикам или алкоголю. Под их влиянием повышается вероятность внезапных импульсов. Бывает и так, что смерть от передозировки является преднамеренной.

Для многих склонных к самоубийству подростков характерны высокая внушаемость и стремление к подражанию. Когда случается одно самоубийство, оно становится сигналом к действию для других предрасположенных к этому подростков. Небольшие группы ребят даже объединялись с целью создания некой субкультуры самоубийств. Потенциальные самоубийцы часто имеют покончивших с собой родственников или предков.

Суицид может быть непосредственным результатом душевной болезни. Некоторые подростки страдают галлюцинациями, когда чей-то голос приказывает им покончить с собой. Причиной самоубийства может быть чувство вины и (или) страха и враждебности. Подростки могут тяжело переживать неудачи в личных отношениях. Девушкам может показаться, что они беременны.

Попытка самоубийства — это крик о помощи, обусловленный желанием привлечь внимание к своей беде или вызвать сочувствие у окружающих. Поднимая на себя руку, ребенок прибегает к последнему аргументу в споре с родителями. Он нередко представляет себе смерть как некое временное состояние: он очнется и снова будет жить. Совершенно искренне желая умереть в невыносимой для него ситуации, он в действительности хочет лишь наладить отношения с окружающими. Здесь нет попытки шантажа, но есть наивная вера: пусть хотя бы его смерть образумит родителей, тогда окончатся все беды, и они снова заживут в мире и согласии.

Что же происходит с родителями, если собственный ребенок не может их дозваться? Отчего они так глухи, что сыну пришлось лезть в петлю, чтобы они услышали его крик о помощи?

Сознание собственной правоты и непогрешимости делает родителей поразительно нетерпимыми, неспособными без оценок, без суждения и поучения просто любить и поддерживать ребенка. Упрекая его, родители произносят порой слова настолько злобные и оскорбительные, что ими поистине можно убить. Они при этом не думают, что безобразным своим криком буквально толкают его на опасный для жизни поступок.

Пятнадцатилетняя девочка после ожога пищевода (она выпила бутылку ацетона во время скандала с матерью) рассказывала: “Я была готова на все, лишь бы заставить ее замолчать, я даже выговорить не могу, как она меня обзывала”. Девочка не собиралась умирать. А годы скитания по хирургическим отделениям, тяжелые операции и погубленное на всю жизнь здоровье — это цена неумения и нежелания матери держать себя в руках, когда ей показалось, что дочка слишком ярко покрасилась.

Родителям следует помнить: если скандал уже разгорелся, нужно остановиться, заставить себя замолчать, сознавая свою правоту. В состоянии аффекта подросток крайне импульсивен и агрессивен. Любой попавший под руку острый предмет, лекарство в вашей аптечке, подоконник в вашей квартире — все станет реально опасным, угрожающим его жизни.

Если человек серьезно задумал совершить самоубийство, то обычно об этом нетрудно догадаться по ряду характерных признаков, которые можно разделить на 3 группы: словесные, поведенческие и ситуационные.

Словесные признаки:

Человек, готовящийся совершить самоубийство, часто говорит о своем душевном состоянии. Он или она могут:

1. Прямо и явно говорить о смерти: “Я собираюсь покончить с собой”; “Я не могу так дальше жить”.
2. Косвенно намекать о своем намерении: “Я больше не буду ни для кого проблемой”; “Тебе больше не придется обо мне волноваться”.
3. Много шутить на тему самоубийства.
4. Проявлять нездоровую заинтересованность вопросами смерти.

Поведенческие признаки:

1. Раздавать другим вещи, имеющие большую личную значимость, окончательно приводить в порядок дела, мириться с давними врагами.
2. Демонстрировать радикальные перемены в поведении, такие, как:
 - в еде - есть слишком мало или слишком много;
 - во сне - спать слишком мало или слишком много;
 - во внешнем виде - стать неряшливым;
 - в школьных привычках - пропускать занятия, не выполнять домашние задания, избегать общения с одноклассниками; проявлять раздражительность, угрюмость; находиться в подавленном настроении;
 - замкнуться от семьи и друзей;
 - быть чрезмерно деятельным или, наоборот, безразличным к окружающему миру; ощущать попеременно то внезапную эйфорию, то приступы отчаяния.
3. Проявлять признаки беспомощности, безнадежности и отчаяния.

Ситуационные признаки

Человек может решиться на самоубийство, если:

1. Социально изолирован (не имеет друзей или имеет только одного друга), чувствует себя отверженным.

2. Живет в нестабильном окружении (серьезный кризис в семье - в отношениях с родителями или родителей друг с другом; алкоголизм - личная или семейная проблема);
3. Ощущает себя жертвой насилия - физического, сексуального или эмоционального.
4. Предпринимал раньше попытки суицида.
5. Имеет склонность к самоубийству вследствие того, что оно совершалось кем-то из друзей, знакомых или членов семьи.
6. Перенес тяжелую потерю (смерть кого-то из близких, развод родителей).
7. Слишком критически настроен по отношению к себе.

Если замечена склонность школьника к самоубийству, следующие советы помогут изменить ситуацию.

1. Внимательно выслушайте решившегося на самоубийство подростка. В состоянии душевного кризиса любому из нас, прежде всего, необходим кто-нибудь, кто готов нас выслушать. Приложите все усилия, чтобы понять проблему, скрытую за словами.

2. Оцените серьезность намерений и чувств ребенка. Если он или она уже имеют конкретный план самоубийства, ситуация более острая, чем если эти планы расплывчаты и неопределенны.

3. Оцените глубину эмоционального кризиса. Подросток может испытывать серьезные трудности, но при этом не помышлять о самоубийстве. Часто человек, не давно находившийся в состоянии депрессии, вдруг начинает бурную, неустанную деятельность. Такое поведение также может служить основанием для тревоги.

4. Внимательно отнеситесь ко всем, даже самым незначительным обидам и жалобам. Не пренебрегайте ничем из сказанного. Он или она могут и не давать волю чувствам, скрывая свои проблемы, но в то же время находиться в состоянии глубокой депрессии.

5. Не бойтесь прямо спросить, не думают ли он или она о самоубийстве. Опыт показывает, что такой вопрос редко приносит вред. Часто подросток бывает рад возможности открыто высказать свои проблемы.

Следующие вопросы и замечания помогут завести разговор о самоубийстве и определить степень риска в данной ситуации:

Похоже, у тебя что-то стряслось. Что тебя мучает? (Так можно завязать разговор о проблемах подростка.)

Ты думал когда-нибудь о самоубийстве?

Каким образом ты собираешься это сделать? (Этот вопрос поможет определить степень риска: чем более подробно разработан план, тем выше вероятность его осуществления).

Утверждения о том, что кризис уже миновал, не должны ввести вас в заблуждение. Часто ребенок может почувствовать облегчение после разговора о самоубийстве, но вскоре опять вернется к тем же мыслям. Поэтому так важно не оставлять его в одиночестве даже после успешного разговора. Поддерживайте его и будьте настойчивы. Человеку в состоянии душевного кризиса нужны строгие утвердительные указания. Осознание вашей компетентности, заинтересованности в его судьбе и готовности помочь дадут ему эмоциональную опору. Убедите его в том, что он сделал верный шаг, приняв вашу помощь. Оцените его внутренние резервы. Если человек сохранил способность анализировать и воспринимать советы окружающих, ему будет легче вернуть душевные силы и стабильность. Следует принять во внимание и другие возможные источники помощи: друзей, семью, врачей, священников, к которым можно обратиться. Попытайтесь убедить подростка обратиться к специалистам (психолог, врач). В противном случае обратитесь к ним сами, чтобы вместе разработать стратегию помощи.

Тренинг «Эффективное общение» для обучающихся

Цель: формирование у обучающихся установки на толерантное поведение.

Методы: групповой дискуссии, игрового моделирования, рисуночный.

Возраст участников: 9-11 лет.

Материалы: бумажные обручи с надписями различных социальных ролей, клубок ниток.

Ход занятия:

Первый этап – организационный (15 минут)

Учащиеся входят в аудиторию. Занимают места (стулья расставлены по кругу). Педагог-психолог представляется. Учащиеся называют свои имена (они написаны на бейджиках) и отличительное качество. Психолог делает акцент на важности называть людей по именам (одно из известных правил общения).

Ведущий - рассказывает о правилах поведения на занятиях.

Правила поведения:

- Доверительный стиль общения.
- Общение по принципу "Здесь и теперь".
- Искренность в общении.
- Конфиденциальность всего происходящего в группе.
- Активное участие в происходящем.
- Оцениваем не участника, а его действия и поступки.
- Уважение говорящего.

Второй этап: - формулирование темы занятия, основных целей (5 мин.).

Психолог. Тема нашего сегодняшнего занятия – толерантность. Что это такое? Это качество человека, которое включает в себя: уважение других людей, их права быть не такими, как мы; признание равенства всех людей на земле; признание того, что могут существовать различные точки зрения.

Мы сказали, что толерантность включает в себя признание права людей быть другим. А чем люди могут отличаться друг от друга? (ответы: языком, религией, традициями, возрастом, полом, интересами, мнениями, цветом кожи, внешним видом).

Третий этап – игровой (60 мин.)

Упражнение «Линейка»

Цель: осознание характеристик толерантного и не толерантного человека.

Психолог: Давайте посмотрим, поняли ли вы, что такое толерантность. У двери класса встаньте те, кто считает, что для толерантного человека характерно «неприятие, отвержение других; представление о том, что ты, твоя страна, твои традиции лучше других». А у окна – те, кто считает, что для толерантного человека свойственно абсолютное принятие мнения других, отказ от своего мнения, своих традиций. Вы можете занять и промежуточную позицию, ближе к тому или другому полюсу (учащиеся располагаются в классе согласно своему решению, далее проводится опрос отдельных учащихся о причине их выбора). Правы оказались те, кто занял промежуточное положение, но ближе к окну. Оно означает, что толерантный человек может иметь и отстаивать свое мнение, но в тоже время с уважением относиться к мнению других.

А как ведет себя не толерантный человек? Он позволяет себе: оскорбления, насмешки, предубеждение.

Позицию человека по отношению к другому можно отразить в следующих вариантах:

- «Я хороший – ты плохой»;
- «Я плохой – ты хороший»;
- «Я плохой – ты плохой»;
- «Я хороший – ты хороший».

Последний вариант отражает позицию толерантного человека. То есть первый шаг к развитию толерантности – уважение к себе, своей стране, своим традициям.

Упражнение на невербальную поддержку

Цель: развитие лучших качеств детей – желания помочь ближнему, видеть нуждающихся в помощи.

Участники с закрытыми глазами ходят по комнате. Ведущий дотрагивается до одного из участников, а он в это время издает сигнал бедствия (SOS). Те, кто находится ближе всего, берут его за руки с двух сторон, остальные с закрытыми глазами образуют «круг защиты».

Затем проводится интервью с «терпящим бедствие» - что ты почувствовал, когда по твоему сигналу к тебе подошли «спасатели»?

Упражнение «Примерка социальных ролей»

Цель: формирование милосердия и эмпатии к различным социальным группам.

Осознание степени толерантности по отношению к мнению другого человека.

Формирование коммуникативных навыков.

Участникам группы анонимно одеваются на головы бумажные обручи с надписями социальных ролей (президент, банкир, бомж, директор школы, алкоголик, «панк», ВИЧ инфицированный, пенсионер, "гасторбайтер", олигарх и др.).

Участники должны подходить друг к другу и обращаться с просьбами, вопросами, но при этом не называть социальную роль, которую играет человек.

Затем следует обсуждение: комфортно ли чувствовали себя? Догадывались ли о социальном статусе своего героя, если да, то по каким признакам? Насколько мы терпимы к другим людям?

Упражнение "Мостик"

Цель: Формирование способности анализировать ситуацию с позиции другого человека. Формирование механизмов социальной перцепции: эмпатии, идентификации.

На полу рисуется узкая дорожка - "мостик", по которому с разных сторон должны одновременно пройти два человека. Внизу под мостиком "река". Участники делятся на две равные группы и расходятся по разным "берегам". Способы преодоления "мостика" могут быть любые, но с одним условием, - участники не должны друг с другом заранее договариваться.

Рекомендации ведущему: Необходимо обратить внимание на способы взаимодействия членов группы, и каким образом достигается взаимопонимание.

Затем следует обсуждение: что можно сказать о способах преодоления мостика? Насколько мы готовы уступать другому человеку? Часто ли это происходит в жизни?

Упражнение «Эмблема толерантности»

Цель: обобщение понятия толерантности с позиции группы.

Учащиеся объединяются в микрогруппы. Их задача – нарисовать эмблему толерантности.

Представители от каждой команды демонстрируют и поясняют свои рисунки.

Четвертый этап – рефлексия (15 мин.)

Упражнение на рефлексию "Клубок"

Ведущий предлагает образовать круг. С помощью упражнения подводятся итоги занятия.

Каждый участник называет то, что ему понравилось сегодня, говорит, что нового узнал на занятии, что ему удалось, а что не удалось сделать во время занятия и почему. После чего клубок передается соседу, и так, пока не замкнется круг.

Последним участником, которому передают клубок, является психолог, он говорит слова благодарности учащимся за их активность, приглашает на следующие занятия.

Приложение 8

В помощь классному руководителю

Отрицательные и негативные эмоции

Ребенок с пониженным настроением

Несчастный, удрученный, печальный, огорченный, пессимистический, мрачный.

Ребенок, испытывающий страх и тревогу.

Робкий, тихий, застенчивый, обеспокоенный, покорный, заторможенный, неуверенный, сомневающийся, скованный, замкнутый, одинокий, смущенный, нервный, напряженный, испуганный.

Ребенок, переживающий эйфорию (эмоциональный подъем).

Смешливый, игривый, разговорчивый, импульсивный, стремящийся к доминированию, хвастливый, оживленный, радостный, восторженный, окрыленный, воодушевленный, увлеченный,

азартный, нетерпеливый, радостный, переживающий чувство успеха. Такому ребенку трудно сосредоточиться, у него нарушается поведение.

Ребенок, переживающий дисфорию (эмоциональный спад).

Угрюмый, злой, раздражительный, враждебный, досадующий, обиженный, недовольный, презирующий, негодующий, испытывающий отвращение, сердитый, резкий, неустойчивый.

Частое чередование положительных и отрицательных эмоций (эмоциональная лабильность) характерна для детей-невротиков.

Среднестатистический ребенок слышит команду «нет» и «нельзя» и или другие негативные приказания 900 раз в день

Приложение 9

Рекомендации учителю при работе с детьми со слабой нервной системой...



Не ставить слабого в ситуацию неожиданного вопроса и быстрого ответа на него, нужно дать достаточно времени на обдумывание и подготовку.

В первый месяц обучения желательно, чтобы ответ был не в устной, а в письменной форме.

Нельзя давать для усвоения в ограниченный промежуток времени большой, разнообразный, сложный материал, нужно постараться разбить его на отдельные части и давать по мере усвоения.

Лучше всего не заставлять отвечать новый, только усвоенный материал, следует отложить вопрос на следующий урок, дав возможность позаниматься дома.

Путём построения правильной тактики опросов и поощрений нужно формировать у ученика уверенность в своих знаниях.

Следует осторожно оценивать неудачи ученика, ведь он сам болезненно к ним относится.

Во время подготовки ответа нужно дать время для проверки и исправления написанного.

Следует в минимальной степени отвлекать ребёнка, стараться не переключать его внимание, создавать спокойную обстановку.

Приложение 10

ИГРЫ НА РАЗВИТИЕ ПСИХИЧЕСКИХ ПРОЦЕССОВ У ОБУЧАЮЩИХСЯ

Водопад

Сядьте поудобнее и закройте глаза. Два-три раза глубоко вдохните и выдохните...

Представь себе, что ты стоишь возле водопада. Но это не обычный водопад. Вместо воды в нем падает вниз мягкий белый свет. Теперь представь себя под этим водопадом и почувствуй, как этот прекрасный белый свет струится по твоей голове... Ты чувствуешь, как расслабляется твой лоб, затем рот, как расслабляются мышцы шеи.

Белый свет течет по твоим плечам, затылку и помогает им стать мягкими и расслабленными.

Белый свет стекает с твоей спины, и ты замечаешь, как и в спине исчезает напряжение, и она тоже становится мягкой и расслабленной.

А свет течет по твоей груди, по животу. Ты чувствуешь, как они расслабляются и ты сам собой, без всякого усилия, можешь глубже вдыхать и выдыхать. Это позволяет тебе ощущать себя очень расслабленно и приятно.

Пусть свет течет также по твоим рукам, по ладоням, по пальцам. Ты замечаешь, как руки и ладони становятся все мягче и расслабление. Свет течет и по ногам, спускается к твоим ступням. Ты чувствуешь, что и они расслабляются и становятся мягкими.

Этот удивительный водопад из белого света обтекает все твое тело. Ты чувствуешь себя совершенно спокойно и безмятежно, и с каждым вдохом и выдохом ты все глубже расслабляешься и наполняешься свежими силами... (30 секунд.)

Теперь поблагодари этот водопад света за то, что он тебя так чудесно расслабил... Немного потянись, выпрямись и открой глаза.

Улыбка

Сядьте поудобнее и закройте глаза. Сделайте три глубоких вдоха и выдоха...

Во время каждого выдоха ты можешь почувствовать, как твое лицо все больше и больше расслабляется. Пусть с каждым выдохом расслабляется твой рот, нос, уши, лоб, глаза...

Теперь вдохни глубоко-глубоко и задержи дыхание. Откинь голову назад, сделай сильный выдох, выдувая воздух как можно выше, чтобы он долетел до потолка...

Повтори это еще раз.

Глубоко вдохни... Задержи воздух... Запрокинь голову... Сильно выдохни, выдувая воздух до потолка...

Теперь снова вдохни. И когда будешь сейчас выдыхать, постарайся улыбнуться. Почувствуй, как во время улыбки растягиваются твои губы, и как напрягаются мышцы щек...

Сделай это еще раз и попробуй улыбнуться пошире. Представь себе, что видишь перед собой на рисунке красивое солнышко, рот которого расплылся в широкой дружеской улыбке. (Повторяйте этот шаг до тех пор, пока Вы не увидите улыбку на лицах всех детей.)

Когда ты сейчас снова улыбнешься, почувствуй, как улыбка переходит в твои руки, доходит до ладоней. Возможно, ты заметишь в ладонях легкое покалывание. Дыши и улыбайся... И ощущай, как твои руки и ладони наполняются улыбающейся силой солнышка.

Когда ты улыбнешься снова, почувствуй, как твоя улыбка спускается все ниже и доходит до ног, до самых кончиков ступней. Ощути тепло солнца под подошвами ног. Возможно, ты заметишь, как твои ноги и ступни начнут слегка подрагивать от этой улыбающейся солнечной силы.

Ощути улыбку во всем своем теле. Улыбаясь, ты хорошо чувствуешь себя с ног до головы, ощущаешь радость всеми клеточками своего тела.

Теперь снова глубоко вдохни и задержи на мгновение дыхание. Представь, что в твоей груди находится большой золотой шар. Это настоящее солнце внутри тебя, внутри твоего сердца. Когда ты будешь сейчас выдыхать, пусть это солнце улыбается. Снова набери побольше воздуха, задержи дыхание и почувствуй, как солнце внутри тебя широко и дружелюбно улыбается. И когда ты еще пару раз так же глубоко вдохнешь и позволишь солнцу улыбнуться, ты сможешь заметить, как спокойно, безмятежно и радостно стало у тебя на душе. И ты сможешь потом вызывать в себе это приятное чувство, вспоминая картину улыбающегося солнца.

Теперь немного потянись и выпрямись. Открой глаза и снова окажись с нами в этой комнате.

Счастье

Сядьте поудобнее и закройте глаза. Сделайте три глубоких вдоха и выдоха...

Теперь вспомни о тех вещах, которые когда-либо дарили тебе радость и хорошее настроение. Выбери что-нибудь, что тебе кажется в эту минуту особенно приятным. Возможно, это будут капли дождя на лепестках розы, возможно — уютное тепло твоей постели, возможно — освежающий прыжок в прохладу реки или озера жарким днем... Припомни свои чувства в мгновения счастья. (1 минута).

Теперь пусть образ этого события (или предмета), подарившего тебе радость и хорошее настроение, начнет постепенно бледнеть, пока совсем не растает. Но не забудь само ощущение радости, храни его.

Теперь потянись, выпрямись и открой глаза.

Хочет ли кто-нибудь из вас рассказать о том, что из вещей, дарящих радость, он выбрал на этот раз?

Звезда

Встаньте поудобнее и закройте глаза. Сделайте три глубоких вдоха и выдоха...

Представь себе, что над тобой ночное небо, усыпанное звездами. Посмотри на какую-нибудь особенно яркую звезду, которая ассоциируется у тебя с твоей мечтой: желанием что-либо иметь или кем-либо стать... (15 секунд.)

Теперь открой глаза и протяни руки к небу, чтобы дотянуться до своей звезды. Старайся изо всех сил! И ты обязательно сможешь достать рукой свою звезду. Сними ее с неба и бережно положи перед собой в красивую просторную корзинку... (Когда у всех детей "звезды будут лежать в корзинках", можно продолжить дальше).

Опусти руки и закрой глаза. Выбери прямо у себя над головой другую сверкающую звездочку, которая напоминает тебе о другой твоей мечте... (10 секунд.)

Теперь открой глаза, потянись обеими руками как можно выше и достань до неба. Сорви эту звезду с неба и положи в корзинку к первой звезде.

Приложение 11

УПРАЖНЕНИЯ ПО АНТИСТРЕССОВОЙ РЕЛАКСАЦИИ

Назад в будущее

Знаком ли кто-нибудь из вас с таким человеком, который регулярно читает гороскопы? А кто из вас знаком с человеком, который хоть один раз был у астролога? Знаете ли вы людей, которые хоть однажды ходили к гадалке? Кто из вас время от времени думает о том, как будет выглядеть его жизнь лет через десять или двадцать?

Разумеется, никто не может точно сказать, что будет происходить в его дальнейшей жизни. Однако время от времени бывает полезно помечтать о будущем, ибо иногда мечты сбываются.

Сядьте поудобнее и закройте глаза. Сделайте три глубоких вдоха и выдоха...

Представь себе, что ты находишься в чужом городе и идешь по какой-то маленькой улочке. Справа и слева от тебя стоят красивые старинные дома. В одном из этих домов живет Предсказатель будущего. Это особенный предсказатель. Многим из тех, кто к нему обращался, он предсказал исключительно хорошее будущее, и у них появились дополнительные силы и решимость сделать свою жизнь прекрасной. Ты открываешь тяжелую дубовую дверь, и за ней тебя встречает дружелюбного вида седой старик. Он приглашает тебя следовать за ним. В его кабинете тебе бросаются в глаза стеллажи со старинными книгами. На столе лежит колода карт и чудесный сияющий хрустальный шар. На диване спит пятнистый черно-белый кот. Предсказатель предлагает тебе сесть в удобное кресло и внимательно на тебя смотрит. Затем он говорит: "Закрой глаза, и я расскажу тебе что-нибудь хорошее о твоей будущей жизни..." И после этих слов ты засыпаешь. Ты уже не знаешь, слышишь ли ты голос старого предсказателя или смотришь свой собственный сон. Перед тобой возникают образы твоей будущей жизни. Возможно, ты видишь, как и кем ты работаешь, видишь людей, которые работают вместе с тобой... Возможно, ты видишь свой будущий дом и людей, вместе с которыми живешь... Потрать некоторое время на то, чтобы подробно рассмотреть отдельные образы своего сна. Время от времени до тебя доносится дружеский голос Предсказателя. Ты можешь разобрать отдельные фразы: "Ты толковый... Мы тебя любим... Ты можешь это сделать..." Эти слова помогают тебе смотреть твой чудесный сон. (1 минута).

Теперь ты чувствуешь, что настало время прощаться с Предсказателем. Ты открываешь глаза и благодаришь старика за то, что увидел здесь. Возможно, ты хочешь ему что-то сказать на прощание, возможно, он сам что-то говорит тебе. Старик провожает тебя до двери. Ты снова идешь по маленькой улочке и возвращаешься сюда к нам. Немного потянись, выпрямись и открой глаза.

Возьми листок бумаги и запиши все, что ты видел и слышал во время твоего сна. Места, которые остались неясными, ты можешь дополнить тем, что сейчас придет тебе в голову. Сверху напиши заголовок "Взгляд в будущее". Если хочешь, можешь придумать для своих заметок какое-нибудь совсем другое название.

Радуга

Конечно же, все вы не один раз видели радугу. Может ли кто-нибудь из вас назвать все цвета радуги? Запомните простое предложение, с помощью которого вы легко сможете назвать все цвета радуги и порядок их следования, потому что первые буквы слов этого предложения совпадают с первыми буквами названий цветов радуги. Каждый Охотник Желает Знать, Где Сидит Фазан. Запомнить очень легко: Каждый — Красный, Охотник — Оранжевый, Желает — Желтый... Кто из вас может продолжить? Замечательно! А может кто-нибудь мне сказать, как пахнет воздух в то время, когда на небе мы наблюдаем радугу?

Мы видим радугу после того, как небо освежило землю дождем. Прежде всего, дождь прибывает к земле и смывает всю пыль. Воздух свеж и прозрачен, и полосы радуги показывают нам как бы красоту в чистом виде. Сейчас мы воспользуемся цветами радуги для того, чтобы наш дух

стал свежим и незамутненным, свободным от всего неприятного: от всех забот, волнений и нерадостных мыслей. Встаньте и начните двигаться по комнате.

Сначала представьте себе, что вся комната наполнена красным воздухом. Смотрите на этот сияющий красный воздух, окружающий нас, и вдыхайте его свежесть. Если хотите, вы можете даже дотронуться до этого чудесного красного сияния или почувствовать его чудный аромат... (15 секунд.)

Продолжайте двигаться по комнате и представьте теперь себе, что вся комната наполнена оранжевым воздухом. Вы можете вдыхать этот цвет, дотрагиваться до него... Вам не кажется, что оранжевый воздух пахнет апельсинами? (15 секунд.)

Смотрите, теперь воздух вокруг нас стал желтым! Наслаждайтесь светящимся желтым воздухом. Вы как будто купаетесь в лучах солнца! Вдыхайте это желтое сияние, прикасайтесь к нему... (15 секунд.)

Цвет окружающего нас воздуха снова изменился... Теперь он излучает зеленый свет. Это цвет первых весенних листьев. Мы как будто окунулись в весну! Почувствуйте ее прекрасную свежесть и аромат... (15 секунд.)

Чудеса продолжаются! Воздух вдруг заиграл всеми оттенками голубого цвета. Прикоснитесь к цвету бездонного утреннего неба! Наслаждайтесь сияющей голубизной! Расправьте руки как крылья и медленно парите в голубом пространстве... (15 секунд.)

Смотрите, воздух вокруг нас постепенно сгущается, и его цвет от голубого плавно переходит в синий. Это цвет моря. От него невозможно оторвать взгляд! Синий воздух кажется более плотным, его хочется раздвигать руками, как воду... (15 секунд.)

И, наконец, воздух в нашей комнате окрасился в фиолетовый цвет. Прикоснитесь к нему руками и почувствуйте его глубину. Вдыхайте цвет вечерней прохлады... (15 секунд.)

А теперь представьте себе, как вы выходите из последнего цвета радуги и видите свет, который наполняет сейчас нашу комнату. Стряхните с себя остатки всех цветов и почувствуйте, как вы их ощущаете. Теперь медленно и спокойно идите к своему месту. Я помогаю другим.

Можете ли вы мне сказать, кому вы последний раз помогли? Быть может, вы помогли своей маме накрывать на стол? Или помогли отцу помыть машину? Или помогли кому-нибудь из друзей? Кто из вас помог совершенно незнакомому человеку? Когда вы сами последний раз нуждались в помощи?

Сядьте поудобнее и закройте глаза. Сделайте три глубоких вдоха и выдоха...

Теперь представь себе прекрасный солнечный летний день. Ты находишься посреди чудесного луга. Трава на лугу мягкая и зеленая. Ты садишься в траву. Дотронься до нее руками и почувствуй ее приятную прохладу. Теперь посмотри вверх, на ясное голубое небо. Ты видишь плывущие по небу большие пушистые облака. Попробуй найти облако, похожее на какого-нибудь зверя. Легкий ветерок гонит облака дальше и одновременно освежает твоё лицо.

Теперь ты лежишься и растягиваешься на траве. Вдохни один раз глубоко-глубоко. Пусть твоё тело станет таким же мягким и расслабленным, как у тряпичной куклы. (Сделайте сами один явно очень глубокий вдох-выдох, чтобы дети могли последовать вашему примеру.)

Ты лежишь в траве совершенно безмятежно. Недалеко от тебя играют маленькие дети. До тебя доносится их смех. Ой! Вдруг какой-то маленький мальчик упал рядом с тобой. Он ударился коленкой о камень и заплакал. Ты вскакиваешь и подбегаешь к нему. Тебе хорошо, оттого что ты можешь помочь другому...

Помоги этому мальчику встать. Осмотри его небольшую ранку. Скажи ему, что кровь сейчас перестанет течь. Положи свою руку ему плечо... Смотри, мальчик перестает плакать, он уже почти совсем успокоился. Тебе хорошо, оттого что малышу стало лучше... Что еще ты сделаешь для того, чтобы вернуть ему хорошее самочувствие? (30 секунд.)

Скажи самому себе: "Я уже большой и могу помогать другим. Я помогу другим, а когда надо будет, другие помогут мне".

Теперь ты можешь попрощаться с малышом и вернуться с летнего луга назад в класс. Немного потянись, выпрямись, подвигай пальчиками рук и ног. Энергично выдохни и открой глаза.

Теперь объединитесь по трое. Возьмите листок бумаги и вместе нарисуйте историю, которую вы пережили в своем воображении.

Анализ упражнения:



- Что еще ты сделал, чтобы помочь малышу прийти в себя?
- Ощущаешь ли ты себя достаточно большим для того, чтобы помогать другим?
- Что ты можешь сделать для кого-нибудь из членов своей семьи, чтобы его обрадовать?
- Как тебе помогают родители или твои братья и сестры?
- Как ты чувствуешь себя после того, как кому-нибудь поможешь?

Поделись с ближним

Сядьте поудобнее и закройте глаза. Сделайте три глубоких вдоха и выдоха...

Представь себе, что ты находишься на чудесной игровой площадке. Оглядишься вокруг и посмотри, что делают другие ребята. Одни играют в мяч, другие в салочки. Ты слышишь, как они смеются и от всей души веселятся. Тебе тоже хочется повеселиться... (10 секунд.)

Теперь тыходишь к стоящим на краю площадки качелям. Сядь на качели и начинай раскачиваться. Почувствуй, как ты летишь вперед, потом назад. Раскачивайся сильнее! Ты поднимаешься на качелях все выше и выше. Почувствуй, как воздух развеивает твои волосы, когда ты летишь то вверх, то вниз на качелях. Ощути легкость во всем своем теле. Чувствуешь ли ты себя подобно птице, летящей по небу? Несясь вперед, ты можешь улыбаться и представлять себе, что достанешь сейчас пальцами ног до неба. Это у тебя хорошо получается... Проносясь над землей, ты чувствуешь себя совершенно легко и радостно. Ты чувствуешь себя абсолютно свободным и счастливым... (10 секунд.)

А теперь ты видишь, как другой мальчик или девочка подходит к качелям и становится рядом с ними. Он смотрит на тебя и ждет своей очереди... Ты хочешь, чтобы он радовался также, как и ты, взлетая то вверх, то вниз на этих замечательных качелях.

Ты перестаешь раскачиваться и ждешь, когда качели остановятся. Вот ты тормозишь ногами и слышишь, как шаркают по песку твои ботинки. А теперь останови качели. Тебе было так здорово качаться, что ты хочешь, чтобы и другой ребенок получил такое же удовольствие. Ты прыгаешь с качелей и смотришь на него, улыбаешься и говоришь: "Теперь твоя очередь. Я с радостью меняюсь с тобой местами. Это доставляет мне удовольствие".

Смотри, как этот мальчик или девочка садится на качели и начинает раскачиваться. Тебе хорошо от сознания того, что ты уже достаточно большой для того, чтобы делиться удовольствием с другими.

Теперь попрощайся с качающимся на качелях ребенком и возвращайся мысленно назад в класс. Немного потянись, выпрямись, сильно выдохни и открой глаза.

Анализ упражнения:

- Почему важно, чтобы люди делились друг с другом?
- В каких случаях ребята вашего класса делятся друг с другом?
- В каких случаях учительница делится с ребятами?
- В каких играх нужно уступать друг другу и получать удовольствие по очереди?
- В каких играх этого делать не нужно?
- Как ты относишься к ребятам, которые не хотят уступать другим и делиться с ними?

Вошебные туфли

Сядьте поудобнее, закройте глаза и сделайте три глубоких вдоха и выдоха...

Представь себе, что тебя пригласили на детский праздник. Ты стоишь в своей комнате и думаешь, как бы тебе одеться. Ты достаешь все вещи, которые хочешь надеть, и тут вдруг обнаруживаешь в глубине шкафа пару волшебных золотых туфель. Они сверкают таким ясным и теплым светом, что ты сразу достаешь их и начинаешь примерять. Они сидят на твоих ногах, как влитые. И едва ты успеваешь их надеть, как замечаешь, что чувствуешь себя теперь совсем по-другому, как будто ты стал как-то больше, значительнее и привлекательнее. И ты уверен, что в этих туфлях уже не будешь смущаться, и что все остальные ребята будут восхищаться тобой.

Представь себе, что в этих золотых туфлях ты идешь на праздник. Едва ты открываешь дверь, как все ребята подходят к тебе и здороваются с тобой. Каждый хочет пожать тебе руку или обнять тебя. Все в один голос говорят, что они рады тебя видеть. Ты проходишь в комнату и оказываешься в центре группы ребят, которые улыбаются тебе и всем своим видом показывают, что ты им нравишься. Представь себе, что ты играешь с ними, и они снова и снова говорят тебе о том, как они рады, что ты пришел... И как им хорошо быть с тобой рядом. (15 секунд.)

Теперь представь себе, что ты уже собираешься уходить. Ты слышишь, как остальные ребята говорят тебе: "Пожалуйста, не уходи, побудь еще немного с нами". Слушай, как они

приглашают тебя к себе в гости и говорят: "Я хочу, чтобы ты пришел и ко мне на день рождения... Приходи ко мне в гости, я хочу поиграть с тобой... Я хочу сходить с тобой в цирк..." Ты улыбаешься ребятам в ответ и договариваешься с ними о будущих встречах. Уже уходя домой, ты слышишь, как они говорят друг другу: "Мне так нравится дружить с ним (с ней)... Как хорошо, что он (она) пришел сюда сегодня..."

Анализ упражнения:

— Как ты себя чувствовал, когда на тебе были "волшебные туфли"?

— Как другие ребята показывали тебе, что ты им нравишься, и они хотят дружить с тобой?

— В каких ситуациях ты можешь использовать "золотые туфли"?

— Есть ли люди, которые временами говорят тебе, что ты потрясающий, классный или замечательный человек? Кто эти люди?

— Говоришь ли ты сам время от времени другим людям, что они тебе нравятся, и тебе приятно быть вместе с ними?

— Почему важно, чтобы люди хорошо к себе относились?

Громко и тихо (с 8 лет)

Сядьте поудобнее и закройте глаза. Глубоко вздохните три раза...

Дайте мне услышать, как вы дышите...

Сначала ты должен представлять себе только тихие вещи. Я сейчас назову несколько таких вещей, и ты как можно отчетливее представишь их себе. Как ты думаешь, у тебя это получится?

Начнем. Представь себе шорох, один совсем тихий шорох... Представь себе, как падает на траву моросящий дождь. Представь себе, как ты идешь на цыпочках босиком по очень мягкому ковру... Представь себе те тихие шорохи, которые ты слышишь, просыпаясь ночью...

Представь себе, как кто-то напевает вполголоса красивую песню... Представь себе, какой ты тихий, когда с интересом слушаешь какую-нибудь историю...

Теперь ты можешь снова открыть глаза и рассказать мне о том, как ты представлял себе разные вещи и звуки.

Ците детям по возможности больше времени, чтобы они могли спокойно поделиться своими переживаниями.

Сейчас вы можете взять листы бумаги и карандаши и нарисовать несколько тихих вещей. (10 минут.)

Теперь мы будем представлять себе громкие вещи. Мы сами иногда бываем громкими? Да... Мы умеем быть такими шумными!

Теперь я прошу закрыть всех глаза и снова три раза глубоко вздохнуть.

Я хочу слышать, как вы выдыхаете...

Ты слышишь, как другие дети дышат? Я думаю, что это еще не громкие звуки. Я назову сейчас несколько действительно громких вещей. И я хотела бы, чтобы ты как можно отчетливее представил их себе.

Представь себе: как звонит телефон... как наш класс на перемене резвится и веселится... как гремит гром в грозу... как огромный самолет стартует с взлетной полосы и поднимается все выше и выше...

Представь, что ты стоишь возле набора ударных инструментов и бьешь в ударники и тарелки... Представь, как твой лучший друг подкрадывается и пугает тебя громким криком: "Бууг". Это звучит действительно очень громко...

Сейчас открой глаза и скажи мне, что ты слышал в своем воображении и что видел.

Снова дайте детям достаточно времени, чтобы они могли рассказать об этом друг другу.

Теперь возьмите снова бумагу и карандаши и нарисуйте громкие вещи.

Анализ упражнения:

— В каких местах нужно быть особенно тихими?

— Где можно быть очень шумными?

— Когда в школе можно быть громкими, а когда необходимо быть тихими?

— Посмотри на свои рисунки. Что бросается в глаза, когда ты сравниваешь обе картинки? Разные цвета? Или одни и те же предметы выглядят как-то по-разному?

— Есть ли звуки, которые тебя успокаивают?

Преобразования (с 6 лет)

Назовите мне пару вещей, о которых вы знаете по опыту. Можете ли вы назвать мне какие-нибудь вещи, которые вы можете узнать только своей фантазией? Я хотела бы предложить вам игру, в которой только ваша фантазия поможет вам обнаружить интересные вещи.

Вы увидите в своем воображении картины, которые, возможно, вас самих удивят. Вы не должны их придумывать, они придут сами собой. Вы не должны пытаться их изменить, лучше, если вы их просто заметите и разглядите.

Сядьте поудобнее и закройте глаза. Вдохните три раза...

Представь себе, что сейчас утро. Ты просыпаешься в привычное для себя время и вдруг обнаруживаешь, что ты сегодня можешь стать каким-то чудесным животным... Осмотрись. Что ты за животное? Как ты чувствуешь себя в роли этого животного? Пройдись немного и почувствуй свое новое тело...

А сейчас ты нашел волшебную палочку. Ты знаешь, что животные очень любопытные, поэтому ты обнюхиваешь ее. И тут ты замечаешь, что снова изменился и стал прекрасным цветком или деревом. Чем ты стал? Цветком? Деревом? Каким цветком или каким деревом? Что тебе больше всего нравится в этом цветке или дереве?

А теперь ты снова превращаешься — ты стал каким-то цветом. Каким цветом ты хотел бы стать? Каков этот цвет на ощупь? Он совсем гладкий или шероховатый?

Теперь ты превращаешься в чудесный воздушный шар. Какой формы твой шар? Он продолговатый? Или круглый? Есть ли на нем какое-нибудь изображение?

Напоследок в это волшебное утро ты превращаешься в маленького ребенка. Посмотри на себя в качестве малыша... Послушай звуки, которые издает младенец...

Ты хочешь поближе рассмотреть этого малыша, поэтому наклонись над ним и ласково погладь его. Возьми его на руки и покачай... Почувствуй, каково это — быть таким маленьким ребенком, которого покачивают на руках.

Положи малыша обратно и вспомни все картины, которые ты видел как животное... как дерево или цветок... как цвет... как воздушный шар... и как маленький ребенок.

А сейчас ты можешь потянуться и почувствовать, как свободно твое тело. Глубоко вдохни. Возвращаясь назад в классную комнату и открывай глаза. Хотел бы ты нарисовать картины, которые видел? Или ты хотел бы рассказать о том, что ты переживал.

Анализ упражнения:

Насколько отчетливо ты мог видеть картины?

Слышал ли ты при этом что-нибудь?

Что было для тебя самым трудным?

Кем тебе приятней всего было быть в твоём воображении?

Играешь ли ты сам иногда в подобные игры, в которых надо представлять себе интересные, необычные вещи?

Цветок (с 8 лет)

С какими чувствами вы начали сегодняшний день? Что вы хотели от него? Бывают ли у вас такие дни, которые начинаются не столь хорошо? Чего вам не хватает в такие дни? Я хочу пригласить вас в путешествие в страну фантазии, во время которого я покажу вам, как можно вызывать у себя приятные ощущения.

Сядь поудобнее и закрой глаза. Сделай три глубоких вдоха и выдоха ...

А теперь представь себе какой-нибудь цветок, куст или дерево с прекрасными бутонами. Выбери какое-нибудь любое растение, цветы которого тебе нравятся... Внимательно рассмотри его, его листья, цветы и еще нераспустившиеся бутоны...

Представь теперь, что ты — один из этих нераспустившихся бутонов. Посмотри на плотную оболочку вокруг себя, постарайся почувствовать, как тебе хочется, чтобы эта оболочка раскрылась и ты бы потянулся навстречу теплоте солнечному свету...

А теперь ты можешь представить себе, как твой бутон постепенно раскрывается. Постарайся почувствовать аромат этого цветка... Рассмотрите цвет его лепестков... Посмотри, как ярко они сияют... Если хочешь, можешь понаблюдать, как мимо проходят дети и взрослые и восхищаются таким прекрасным цветком. Слышишь, они говорят: "Какой красивый цветок! Он так нравится мне!" Восхищайся и ты этим цветком, повторяя про себя: "Я хочу очень хорошо запомнить его. Я хочу, чтобы моя жизнь стала такой же прекрасной и яркой". Ты чувствуешь, как приятно смотреть на этот цветок? Возьми это приятное чувство и помести в какую-нибудь часть

своего тела. Например, ты можешь вдохнуть это чувство и поместить его в район солнечного сплетения...

А теперь потянись, расслабься, открой глаза и вернись к нам в класс бодрым и отдохнувшим.

Если хотите, Вы можете положить в центре класса лист ватмана и сказать группе: "А теперь давайте быстро нарисует волшебное дерево, на котором будут расти все те разнообразные и прекрасные цветы, которыми вы были". Нарисуйте сами волшебное дерево, и пусть каждый ребенок пририсует свой цветок к одной из его веток.

Анализ упражнения:

Какое растение ты себе представил?

Ты можешь рассказать о себе как об этом растении, от первого лица?

Можешь ли ты описать свой аромат?

Бывает ли, что кто-нибудь восхищается тобой?

Есть ли на свете люди, от которых ты очень ждешь восхищения тобой? Кто это?

Можно ли сказать, что "каждый человек — это чудо"?

Чей цветок тебе понравился?

Приложение 12

Рекомендации для обучающихся Как научиться общаться лучше? (упражнения по развитию навыков общения)

Научиться общаться лучше - вполне реально, это можно тренировать путем выполнения упражнений, так же, как тренируют мышцы тела. Из всех людей единицы изначально умеют общаться легко, непринужденно, эффективно, без конфликтов. Подавляющее большинство людей этому учится, и лучше всего делать это непосредственно в процессе общения.

В основе эффективного общения лежит несколько общих правил:

1. Проявляйте искренний интерес к другим людям. «Человек, который не проявляет интереса к своим собратьям, людям, переживает наибольшие трудности в жизни и причиняет наибольшие несправедливости другим».

2. Попробуйте понять достоинства другого человека и искренне признать, похвалить эти достоинства. Дайте людям почувствовать их значимость и уникальность.

3. Вместо того, чтобы осуждать людей, постарайтесь понять, почему они поступают так, а не иначе. Это более эффективно, чем критиковать или осуждать, так как критика ставит человека в позицию обороняющегося и побуждает его искать для себя оправдания, а не заставляет задуматься.

4. Будьте доброжелательным, приветливым, улыбайтесь.

5. Обращайтесь к человеку по имени, отчеству, помните, что для человека звук его имени является самым важным и приятным звуком в человеческой речи.

6. Говорите о том, что интересно вашему собеседнику.

7. Будьте хорошим слушателем, этим побуждая человека рассказывать о себе.

8. Проявляйте уважение и терпимость к мнениям другого. Не употребляйте выражений типа: «Ты ничего не понимаешь!», «Твои взгляды безнадежно устарели!», «Думать так — глупо!». Отзываясь неодобрительно о мнениях, вкусах, привычках другого человека, вы обижаете его самого, его личность. К тому же, чаще всего мы меряем по себе, поэтому помните, что вы — не эталон для всех, не предмет для подражания, у другого человека другие взгляды на жизнь, он даже так и называется — ДРУГОЙ.

9. Больше слушайте, чем говорите.

10. Попробуйте искренне стать на место другого человека, увидеть вещи с его точки зрения.

11. Как указать человеку на ошибку, не обидев его?

- узнайте, что он сам думает о своем поступке, начните с похвалы, отметьте, что ему удастся, а затем скажите об ошибке, но не обобщая («У тебя всегда так!») и не переходя на личность человека («У тебя ничего не вышло, потому что ты лентяй!»),

- никогда не критикуйте человека при посторонних — это унижает его достоинство; лучше один на один.

Следующие упражнения помогут вам стать более общительным, понимающим и изменят ваши отношения с другими людьми к лучшему:

- Каждый день начинайте с улыбки своему отражению в зеркале. Плохое настроение оставляйте дома, а лучше всего расставайтесь с ним, как только оно возникло, не давайте ему развиваться - срочно повысьте настроение любым способом.

- Попробуйте изобразить различные эмоции на лице, постарайся отгадать их на лицах других людей.

- Изобразите различные эмоциональные состояния людей («только что сдал экзамен на 5 (на 2)», «влюблен», «девочка в модном прикиде», «злая продавщица», и т.д.).

- Отрадите это без слов, жестами, выражением лица, действиями, походкой и т.п., пусть ваши друзья поотгадывают, что вы хотели изобразить.

- Разбившись по парам, в течение 1 минуты смотрите в глаза своему собеседнику. Затем обсудите, какие чувства вы испытывали. Как это встречается в жизни, со знакомыми людьми и с незнакомыми?

- Один человек-водящий закрывает глаза, и пусть каждый подойдет и коснется его (просто или по-особенному). Пусть он по касанию определит, кто это был. Обсуждайте, какую информацию может нести прикосновение, как по-разному можно это сделать.

- Разыгрывайте различные ситуации общения и обсуждайте, как нужно в них поступать.

- Постоянно практикуйте свое умение вступать в контакт с незнакомыми людьми, особенно с неприветливыми (спрашивайте дорогу, время). Задавайте вопрос так, чтобы вам приятно было ответить.

- Попробуйте за 3 дня пообщаться с 50 людьми, знакомыми и незнакомыми (просто перекинуться несколькими словами, спросить что-то). Увидите, насколько легче стало общаться.

- В группе попробуйте за 5 минут переговорить с наибольшим количеством людей.

- Учите наизусть анекдоты, тосты, шутки, загадки, истории, чтобы блеснуть в компании. Тренируйтесь рассказывать их перед зеркалом.

- Ведите активный образ жизни: посещайте кружки, секции, клубы по интересам, соревнования, представления. Там вы найдете много друзей и не будете скучать, у вас будет о чем рассказать.

- Читайте книги по психологии общения и применяйте в жизни полученные знания.

Приложение 13

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОВЕДЕНИЮ ДО ЭКЗАМЕНА

КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКИ

- Начинай готовиться к экзаменам заранее, понемногу, по частям, сохраняя спокойствие.

- Если очень трудно собраться с силами и с мыслями, постарайся запомнить сначала самое легкое, а потом переходи к изучению трудного материала.

- Ежедневно выполняй упражнения, способствующие снятию внутреннего напряжения, усталости, достижению расслабления.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ УСТАЛИ ГЛАЗА?

В период подготовки к экзаменам увеличивается нагрузка на глаза. Если устали глаза, значит, устал и организм: ему может не хватить сил для выполнения экзаменационного задания. Нужно сделать так, чтобы глаза отдохнули. Выполни два любых упражнения:

- посмотри попеременно вверх-вниз (25 секунд), влево - вправо (15 секунд);
- напиши глазами свое имя, отчество, фамилию;
- попеременно фиксируй взгляд на удаленном предмете (20 секунд), потом на листе бумаги перед собой (20 секунд);
- нарисуй квадрат, треугольник — сначала по часовой стрелке, потом в противоположную сторону.

РЕЖИМ ДНЯ

Раздели день на три части:

- готовься к экзаменам 8 часов в день;
- занимайся спортом, гуляй на свежем воздухе, потанцуй - 8 часов;

- спи не менее 8 часов; если есть желание и потребность, сделай себе тихий час после обеда.

ПИТАНИЕ

Питание должно быть 3–4-разовым, калорийным и богатым витаминами. Употребляй в пищу грецкие орехи, молочные продукты, рыбу, мясо, овощи, фрукты, шоколад.

МЕСТО ДЛЯ ЗАНЯТИЙ

Организуй правильно свое рабочее пространство. Поставь на стол предметы или картинку в желтой и фиолетовой тональности, поскольку эти цвета повышают интеллектуальную активность.

УСЛОВИЯ ПОДДЕРЖКИ РАБОТОСПОСОБНОСТИ

1. Чередовать умственный и физический труд.
2. В гимнастических упражнениях предпочтение следует отдавать кувырку, свече, стойке на голове, так как усиливается приток крови к клеткам мозга.
3. Беречь глаза, делать перерыв каждые 20–30 минут.

Приложение 14

КОГДА ТВОЕМУ ДРУГУ ПЛОХО



Вся информация, приведённая в памятке, обращена лично тебе, подростку – подрастающему человеку. Хотя, мы, взрослые люди, думаем, что текст этот имеет смысл непременно прочитать и родителям – твоим, твоего друга, просто – любым людям, имеющим детей.

ЧТО ТАКОЕ СУИЦИД?

Мы будем говорить о трудном. Мы попробуем разобраться в том, что такое суицид и суицидальная попытка, мы попытаемся научиться распознавать признаки надвигающейся опасности, мы узнаем, что нужно делать, чтобы не испугаться и суметь помочь другу или просто знакомому сверстнику отыскать способ выхода из кризиса, именно *выхода*, а не *ухода*. Ведь суицид это уход, уход от решения проблемы, от наказания и позора, унижения и отчаяния, разочарования и утраты, отвергнутости и потери самоуважения... словом, от всего того, что составляет многообразие жизни, пусть и не в самых радужных её проявлениях.

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О СУИЦИДЕ?

Поскольку суицид каждый год угрожает жизни многих тысяч молодых людей, все подростки должны представлять себе, «что такое суицид и как с ним бороться». Помни, для борьбы с суицидом достаточно одного человека - *тебя*.

Прежде чем оказать помощь другу, который собирается совершить суицид, важно располагать основной информацией о суициде и о суицидентах. Особенно важно быть в курсе дезинформации о суициде, которая распространяется гораздо быстрее, чем достоверная информация.

Важная информация № 1

Суицид - основная причина смерти у сегодняшней молодежи.

Суицид - «убийца № 2» молодых людей в возрасте от пятнадцати до двадцати четырёх лет. «Убийцей № 1» являются несчастные случаи, в том числе передозировка наркотиков, дорожные происшествия, падения с мостов и зданий, самоотравления. По мнению же суицидологов, многие из

этих несчастных случаев в действительности были суицидами, замаскированными под несчастные случаи. Если суицидологи правы, то тогда главным «убийцей» подростков является суицид.

Иногда смертный случай признается суицидом лишь тогда, когда покончивший с собой оставил предсмертную записку, однако большинство тех, кто решил расстаться с жизнью, записок, как правило, не оставляют. Иногда нельзя точно сказать, явилась та или иная насильственная смерть самоубийством, поэтому в графу «суицид» попадают лишь случаи, которые не вызывают никаких сомнений.

Исследования показывают, что вполне серьёзные мысли о том, чтобы покончить с собой, возникают у каждого пятого подростка. С годами суицид «молодеет»: о суициде думают, пытаются покончить с собой и кончают совсем ещё дети. В последующие десять лет число суицидов будет быстрее всего расти у подростков в возрасте от десяти до четырнадцати лет.

Важная информация № 2

Как правило, суицид не происходит без предупреждения.

Большинство подростков, пытавшихся покончить с собой, почти всегда предупреждали о своём намерении: говорили, делали что-то такое, что служило намёком, предупреждением о том, что они оказались в безвыходной ситуации и думают о смерти. О своих планах расстаться с жизнью не делятся с окружающими лишь немногие. Кто-то из друзей оказывается в курсе всего дела.

Важная информация № 3

Суицид можно предотвратить.

Есть мнение, что если подросток принял решение расстаться с жизнью, то помешать ему уже невозможно. Считается также, что, если подростку не удалось покончить с собой с первого раза, он будет совершать суицидальные попытки снова и снова, до тех пор, пока не добьётся своего.

В действительности же молодые люди пытаются, как правило, покончить с собой всего один раз. Большинство из них представляют опасность для самих себя лишь в продолжение короткого промежутка времени — от 24 до 72 часов. Если же кто-то вмешается в их планы и окажет помощь, то больше покушаться на свою жизнь они никогда не будут.

Важная информация № 4

Разговоры о суициде не наводят подростков на мысли о суициде.

Существует точка зрения, будто разговоры с подростками на суицидальные темы представляют немалую опасность, так как они могут захотеть испытать эту опасность на себе. Ты, должно быть, слышал разговоры о том, что нельзя, дескать, беседовать с молодежью о наркотиках, потому что тогда они могут захотеть их попробовать; нельзя разговаривать с ними про секс, потому что тогда они займутся сексом, и т. д. Следуя этой логике, некоторые родители, учителя, психологи избегают слова «суицид», потому что боятся навести своих подопечных на мысль о насильственной смерти.

На самом же деле разговор с подростком о суициде вовсе не провоцирует его суицид совершить. Напротив, подростки получают возможность открыто говорить о том, что уже давно их мучает, не даёт им покоя.

Если кто-то из твоих знакомых, словно бы невзначай, заводит разговор о самоубийстве, значит, она или он давно уже о нём думают, и ничего нового ты о самоубийстве не скажешь. Более того, твоя готовность поддержать эту «опасную» тему даст другому возможность выговориться, — *суицидальные же мысли, которыми делятся с собеседником, перестают быть мыслями суицидоопасными.*

Важная информация № 5

Суицид не передается по наследству.

От мамы ты можешь унаследовать цвет глаз, от папы — веснушки на носу; суицидальные же идеи по наследству не передаются. Вместе с тем, если кто-то из членов твоей семьи уже совершил суицид, ты оказываешься в зоне повышенного суицидального риска. Представь, например, семью, где родители много курят, пьют или употребляют наркотики. В такой семье дети рискуют перенять вредные привычки родителей. На этих детей действует так называемый фактор внушения: родители, дескать, плохому не научат. Разумеется, дети вовсе не обязаны подражать родителям. Для подражания они вправе выбрать другой, более положительный, пример.

Важная информация № 6

Суициденты, как правило, психически здоровы.

Поскольку суицидальное поведение принято считать «ненормальным» и «нездоровым», многие ошибочно полагают, что суициденты «не в себе». Суицидентов путают с теми, кто психически болен. Есть даже точка зрения, будто суициденты опасны не только для самих себя, но и для других.

Да, суициденты могут вести себя как «ненормальные», однако их поведение не является следствием психического заболевания. Их поступки и мысли неадекватны лишь в той степени, в какой неадекватным оказалось их положение. Кроме того, в большинстве своём суициденты не представляют опасности для других. Они могут быть раздражены, но их раздражение направлено исключительно на себя.

Как правило, подростки, которые совершают попытку покончить с собой, психически больными не являются и представляют опасность исключительно для самих себя. Большей частью они находятся в состоянии острого эмоционального кризиса и в течение короткого промежутка времени думают о самоубийстве.

Вместе с тем именно психически нездоровые люди часто кончают с собой. Из-за резких перепадов настроения и неадекватного поведения их жизнь действительно превращается в пытку. Впрочем, твои друзья и знакомые в большинстве своём к этой категории не принадлежат.

Важная информация № 7

Тот, кто говорит о суициде, совершает суицид.

Из десяти покушающихся на свою жизнь подростков семь делились своими планами. Поэтому большинство подростков, которые говорят о суициде, не шутят. Тем не менее у нас принято от них «отмахиваться». «Он шутит», - говорим или думаем мы. - «Она делает вид» или: «Это он говорит, чтобы привлечь к себе внимание!» Не рискуй жизнью своего друга: раз он заговорил о самоубийстве, значит, это серьёзно.

Важная информация № 8

Суицид - это не просто способ обратить на себя внимание.

Часто друзья и родители пропускают мимо ушей слова подростка: «Я хочу покончить с собой». Им кажется, что подросток добивается, чтобы на него обратили внимание, или же что ему просто что-то нужно.

И все же, если твой знакомый заговорил о самоубийстве, он и в самом деле хочет привлечь к себе внимание. Если ты настоящий друг, то в этой ситуации тебе не пристало рассуждать о том, для чего ему понадобилось привлечь к себе внимание. Вместо этого прислушайся, о чём говорит твой друг, не рассуждай о том, чем он руководствовался, исходя из того, что, если твой друг завёл разговор о самоубийстве, значит, живётся ему и в самом деле несладко. Значит, он решился на отчаянный шаг.

Даже если он просто «делает вид», хочет вызвать к себе сочувствие, оказаться в центре внимания, это необычное поведение свидетельствует о том, что он попал в беду. Чего-то у него наверняка стряслось. И лучше всего - отнестись к его угрозам всерьёз.

Важная информация № 9

Суицидальные подростки считают, что их проблемы серьёзны.

Разные люди смотрят на одну и ту же ситуацию, на одну и ту же проблему по-разному. То, что одному кажется ерундой, другому может показаться концом света.

Наверное, ты согласишься, что дети и взрослые часто смотрят на жизнь по-разному. То, что ужасно для тебя, для них ерунда, и наоборот. У тебя, например, плохое настроение оттого, что ты подрался со своим лучшим другом, а родители скажут: «Ну и что? У тебя и без него друзей хватает».

На жизнь по-разному смотрят не только родители и дети. Даже у самых близких друзей может быть разная точка зрения: то, что «здорово» для тебя, для одного твоего друга «паршиво», а для другого - «нормально».

Важная информация № 10

Суицид - следствие не одной неприятности, а многих.

Ты ведь слышал выражение: «Последняя капля, которая переполнила чашу терпения»? Причины, ведущие к суициду, подобны капающим в чашу терпения каплям. Каждая капля - ничто, двум каплям, десяти каплям ни за что не заполнить чашу доверху. А теперь представь, что капель этих не десять и даже не сто, а много тысяч. В какой-то момент чаша терпения будет переполнена.

Обычно люди не совершают самоубийство из-за одной какой-то неприятности. Большей частью они пытаются уйти из жизни не из-за одной неудачи, а из-за серии неудач.

Важная информация № 11

Самоубийство может совершить каждый.

Предотвращать суицид было бы проще всего, если бы его совершали только определённые подростки. К сожалению, тип «суицидоопасного подростка» установить невозможно.

Подростки из богатых семей подвержены суицидальным настроениям ничуть не меньше, чем подростки из семей нуждающихся. Суицид совершают не только те подростки, которые плохо учатся и ни с кем не ладят, но и молодые люди, у которых нет проблем ни в школе, ни дома.

На первый взгляд, тебе может показаться, что кому-то не грозит суицид, потому что у неё или у него «всё есть»: деньги, друзья, любые удовольствия... Но благополучие — вовсе не гарантия от суицида.

Важно то, что твои друзья *сами* говорят и делают, как себя чувствуют, а не то, сколько у них денег, насколько, *по-твоему*, беззаботна и счастлива их жизнь.

Важная информация № 12

Чем «веселее» настроен суицидент, тем больше риск.

Самоубийство подростка, который вроде бы уже выходит из кризиса, для многих является полной неожиданностью. Большинство молодых людей пытаются покончить с собой всего один раз в жизни; для тех же подростков, которые могут совершить вторичную суицидальную попытку, самое опасное время — 80-100 дней после первой попытки.

После первой попытки расстаться с жизнью подростки ощущают постоянную поддержку окружающих. Друзья, родители, учителя уделяют им повышенное внимание, и у них возникает чувство, что все их любят.

Однако рано или поздно, чаще всего приблизительно спустя три месяца, жизнь возвращается в прежнее русло. Друзья, родители и учителя по-прежнему окружают совершившего суицид немалой заботой, однако жизнь, как говорится, берёт своё, появляются у них дела и поважнее. Тем более что настроение у подростка отличное — вот всем и кажется, что худшее позади.

Однако совершивший суицидальную попытку подросток возвращается в нормальное состояние медленнее, чем может показаться. Страхи и неприятности, подтолкнувшие его к суициду, ещё не прошли окончательно, ещё дают о себе знать. Вот почему этот этап наиболее опасен, все опекавшие подростка занялись своими делами, у него же возникает впечатление, что от него отвернулись, и ему может прийти в голову мысль совершить ещё одну суицидальную попытку, чтобы «вернуть» к себе внимание окружающих.

На то, чтобы изжить в себе суицидальные намерения, подросткам требуется не меньше трёх месяцев. За это время может выясниться, что ситуация к лучшему не изменилась: любимая девушка к нему не вернулась, отметки лучше не стали, пристрастие к наркотикам или к алкоголю такое же сильное. Тут-то им и приходит в голову мысль, что единственный выход из положения — повторная попытка расстаться с жизнью. Они находятся в неплохой форме и начинают планировать суицидальную попытку номер два с удвоенной энергией.

В этом случае их друзьям следует быть настороже. Тебе может показаться, что твой друг после первой попытки одумался и «пошёл на поправку», — он же в это время задумал второй суицид, активно приступил к осуществлению своего намерения. Вид у него при этом совершенно счастливый, ведь про себя он думает: «Ничего, скоро всё это кончится».

Информация № 13 — самая важная: друг может предотвратить самоубийство!

От заботливого, любящего друга зависит многое. Он может спасти потенциальному суициденту жизнь.

А теперь представь, что кто-то из твоих друзей поделился с тобой своей тайной, - сказал, например, что хочет покончить с собой. Согласись, если б он тебе не доверял, то и секретами бы не делился. И заговорил твой друг с тобой, возможно, именно потому, что умирать-то он не хотел. К тебе он обратился потому, что верил: понять его сможешь только ты.



КТО СОВЕРШАЕТ САМОУБИЙСТВА? ПОЧЕМУ? КАКИМ ОБРАЗОМ?

Мы знаем, что тема суицида внушает страх. Страх этот может быть ещё большим, если ты знаешь кого-то, кто предпринял попытку уйти из жизни или же покончил с собой, или если тебе самому приходили в голову мысли о нежелании жить. Мы знаем также, что суицид является запретной темой, о нём не говоришь с родителями, учителями или друзьями.

Возможно, ты знаешь кого-то, кто совершил попытку самоубийства, кого-то, чья суицидальная попытка закончилась смертью. Если это так, то ты, вероятно, слышал, как кто-то (быть может, и ты сам) задавал вопрос: «Зачем ей было умирать?» или «Зачем ему было так поступать со своей семьёй?»

Вопросы эти вполне естественны, но большей частью ты не получишь на них однозначного ответа, не узнаешь, почему твой знакомый решил расстаться с жизнью.

Напрашивается другой, более точный вопрос: Какая проблема или проблемы возникли у этого человека? Тебе это может показаться странным, но большинство подростков, совершающих суицид, на самом деле умирать не хотят. Они просто пытаются решить одну или несколько проблем. Трагедия состоит в том, что временные проблемы они решают раз и навсегда. Самое важное - помнить, что в большинстве своём молодые люди, которые пытались или даже покончили с собой, умирать вовсе не хотели. Они хотели избежать проблем, которые, на их взгляд, им не по плечу. Эти проблемы причиняют им эмоциональную и физическую боль, и суицид представляется им надёжным средством эту боль остановить.

Откуда известно, что тысячи молодых людей, совершивших суицид, умирать вовсе не хотели? А если они не хотели умирать, то почему умерли?

Большей частью молодые люди совершают суицидальную попытку у себя дома между четырьмя часами дня и полночью. Иными словами, они пытаются покончить с собой именно там, где их скорее всего найдут, и делают это в такое время дня, когда кто-то из членов семьи находится дома. Шанс прийти им на помощь велик, - тот же, кто надеется, что будет спасён, на самом деле убивать себя не хочет.

А как же те молодые люди, которых спасти не удалось? Откуда мы знаем, что на самом деле умирать им не хотелось? Наверняка мы знать этого не можем, однако, разговаривая с молодыми людьми, которых спасти удалось, но которые – должны были бы погибнуть, мы можем представить себе, о чём они думали.

Столкнувшись с неотвратимостью смерти, почти все они говорили, что неожиданно начинали понимать: проблемы их не столь велики, чтобы их нельзя было решить. Им вдруг становилось ясно: не так уж все плохо. За секунду до смерти они осознавали, что хотят жить. Я помню пятнадцатилетнюю девочку, она попала в совершенно, по её мнению, безвыходную, очень унижительную ситуацию, и приняла решение покончить с собой, решила отравиться лекарствами. Накупила в аптеке разных таблеток, прямо на улице, запивая спрайтом из жестянки, всё выпила и

уселась на скамейку под деревом «ждать смерти». «Но, - рассказывала мне она, - процесс умирания оказался таким мучительным, мне стало так страшно, что я позвала кого-то из прохожих ... Вызвали «скорую» ... Её успели спасти буквально в последний момент.

Для того чтобы удержать друга или знакомого от самоубийства, надо немного разбираться в человеческой психологии.

ОЩУЩЕНИЕ ЦЕННОСТИ ЖИЗНИ НЕВОЗМОЖНО БЕЗ ОСОЗНАНИЯ ДВУХ ОЧЕНЬ ВАЖНЫХ ВЕЩЕЙ:

- нам нужно, чтобы нас любили;
- нам нужно хорошо к себе относиться.

На наше поведение оказывают воздействие два основных принципа:

- наше поведение зависит от того, как мы к себе относимся;
- поведение каждого человека имеет цель; наши поступки не происходят «просто так».

Если руководствоваться этими очень важными соображениями и ясно представлять себе их реальный, практический смысл, то можно чуть лучше разобраться, почему некоторые подростки хотят уйти из жизни. Можно убедиться также, как дружеские забота и ласка обнадёживают, помогают подростку гнать от себя мысли о самоубийстве.

Потребность любви

Для того чтобы ценить себя и свою жизнь, все мы должны ощущать любовь к себе.

Потребность любви - это:

- потребность быть любимым;
- потребность любить;
- потребность быть частью чего-то.

Если эти три «потребности» присутствуют в нашей жизни большую часть времени, мы в состоянии справляться с жизнью, решать встающие перед нами проблемы.

Подросткам, которых не любят, которые сами не испытывают симпатии к своим одноклассникам и учителям, которые чувствуют себя чужими и дома, и в школе, и во дворе, справляться с неприятностями гораздо сложнее. Из-за того, что они плохо учатся, не ладят с родителями, друзьями и учителями, их самооценка снижается, они ощущают свою никчемность, одиночество, отверженность. Отсюда и неспособность решать многие наболевшие проблемы. Оттого, что самооценка их снизилась, даже те проблемы, которые раньше решались походя, теперь становятся для них неразрешимыми.

Некоторые подростки сравнивают это тревожное, неприкаянное состояние с ощущением тонущего, который захлебнулся и идёт ко дну, или же человека, у которого судорожно сжимается от тоски сердце.

Как ты думаешь, что для них в это нелёгкое время самое главное? Ты угадал — друг.

Подумай сам. Предположим, ты задумал совершить самоубийство, потому что «тебя никто не любит», и вдруг ты начинаешь ощущать чью-то ласку, заботу, с тобой говорят, тебя слушают — и у тебя появляется проблеск надежды. Если же тебя преследуют мысли о смерти, потому что ты сам никого не любишь, то тёплые чувства по отношению к тебе могут оказаться заразительными: под их воздействием может растаять и твоё холодное сердце. Если же ты хочешь покончить с собой, потому что чувствуешь, что никуда «не вписываешься», бывает достаточно всего одного дружеского рукопожатия, чтобы ощутить, что ты занял место в сердце хотя бы одного человека.

Заботливый и ласковый друг способен отговорить тебя от самоубийства, ибо он удовлетворяет твою потребность в любви, потребность, столь свойственную каждому из нас. Иногда для спасения человека бывает достаточно всего одного ласкового слова.

Отношение к себе

• Наша самооценка — это наше самоощущение. То, как мы воспринимаем себя, нашу жизнь, наши чувства по отношению к друзьям, — всё это воздействует на нашу самооценку.

• Наша самооценка — это и то, каким мы представляемся другим. Наша самооценка зависит от того, как к нам относятся наши друзья, учителя, родители или воспитатели, что они о нас говорят.

Если тебя окружают симпатичные люди и ты с ними ладишь, значит, ты положительно относишься к самому себе. В этом случае тебе живётся отлично. Но так бывает далеко не всегда. Совсем не всегда нас окружают исключительно симпатичные люди, совсем не всегда мы со всеми ладим. Жизнь — это «плюсы» попеременно с «минусами».

Давай вообразим, что все твои отрицательные события, переживания и эмоции — это многопудовые гири. Попробуй-ка надень такую гирю на шею! Если неприятности — это гири, то «приятности» — разноцветные воздушные шары, каждый из которых способен в любой момент поднять наше настроение.

Жизнь начинает казаться особенно тяжёлой, когда подросток не видит выхода, когда ему кажется, что он в тупике. Психологи называют такие проблемы *«три Н»*: *непреодолимые, нескончаемые, непереносимые*: когда подросткам кажется, что они не могут преодолеть трудности, когда они полагают, что несчастья никогда не кончатся, когда они боятся, что не смогут дальше переносить охватившую их тоску и чувство одиночества.

Отчаявшиеся подростки вынуждены также бороться с *«тремя Б»*: *беспомощностью, бессилием и безнадёжностью*: они неизбежно приходят к мысли о том, что они ни на что не годны, отчего отчаиваются ещё больше.

Жизнь — это воздушные шары попеременно с гирями: первые уносят нас в небо, вторые тяжким грузом виснут на ногах.

Молодые люди с суицидальными настроениями считают, что в их жизни больше гирь, чем воздушных шаров. «Три Н» и «три Б», столь свойственные подросткам, наводят их на мысль о том, что встающие перед ними проблемы неразрешимы и что неудачи будут преследовать их всю жизнь. Им кажется, что они сгибаются под весом неразрешимых проблем, что проблемам этим не будет конца, им и может прийти в голову мысль о самоубийстве.

В период, когда жизнь кажется особенно тяжелой, заботливый друг выполнит роль воздушного шара. Друг, который готов тебя выслушать, снять тяжкий груз с твоих плеч, помочь тебе решить многие проблемы, прежде казавшиеся неразрешимыми.

Эту же роль друг выполнит, если сведёт тебя с тем, кто сможет оказать профессиональную помощь.

Чувства воздействуют на поведение

Наше поведение целиком зависит от того, как мы настроены. Вспомни время, когда тебе казалось, что всё идёт хорошо, настроение было замечательным, тебе нравилось всё вокруг, тебе были симпатичны все и ты сам. Надо полагать, в это время ты и уроки не прогуливал, и домашние задания делал вовремя, и контрольные хорошо писал. Если ты играл в школьной команде, то у тебя и тут наверняка всё получалось. Скорее всего ты не ссорился с одноклассниками и родителями. Словом, вёл себя как человек, у которого всё в порядке, кому жизнь улыбается.

Когда настроение хорошее, мы терпимее относимся к тому, что, быть может, нам не совсем по душе. Когда настроение хорошее, когда нам кажется, что жизнь складывается, мы более энергичны. Положительный заряд энергии помогает нам хорошо учиться, в полную силу работать, находить контакт и со сверстниками, и со взрослыми.

Когда жизнь не складывается, у нас вырабатывается негативное отношение к действительности. В наших словах и поступках отражаются наши горести, страхи, наше раздражение. В такое время и в школе, и дома у нас почти наверняка возникает немало проблем. Мы то и дело лезем в драку, всё нас раздражает. Мы недовольны собой, а ведём себя так, словно ненавидим весь мир. У нас угрюмый, недовольный вид. Если мы злимся и говорим гадости, все от нас отворачиваются.

Всякое поведение имеет цель

Вы когда-нибудь наблюдали за маленьким мальчиком, который начинает хныкать и капризничать, потому что устал и хочет спать? Малыш, который ещё утром веселился и всем улыбался, сейчас, когда пора укладываться, превратился в форменное чудовище.

Подростки, подумывающие о самоубийстве, чем-то напоминают этого уставшего малыша. Они не в состоянии говорить о своих чувствах и переживаниях и слова заменяют действием. Сознательно или бессознательно, но они надеются с помощью суицидальной попытки привлечь к себе внимание.

Эта потребность во внимании — нечто большее, чем слова: «Посмотри на меня. Люби меня. Найди меня». Для молодого человека это сигнал о помощи. Суицидальные подростки не могут сказать: «У меня неприятности. Одному мне не справиться. Я веду себя так, словно собираюсь убить себя, потому что хочу, чтобы кто-то вмешался в мои суицидальные планы».

Если считать, что во всяком поведении прослеживается какая-то цель, то цель суицидальной попытки — дать сигнал бедствия, объявить во всеуслышание, что на самом деле совершить самоубийство подросток вовсе не хочет.

Помни!

Что бы ни говорил тебе твой друг о желании умереть, на самом деле смерти он не хочет. Он хочет помощи. Какие бы продуманные суицидальные планы ни вынашивала твоя подруга, на самом деле умирать она не хочет. Она хочет, чтобы кто-то сказал ей, что жить не так уж и плохо. И этим «кем-то» можешь стать ты.

КАК РАСПОЗНАТЬ ПРИЗНАКИ СУИЦИДА?

Внимание следует обращать на тех друзей и знакомых, которые вдруг начинают странно, непривычно вести себя. Большинство суицидентов словно бы выставляют перед собой *«предупреждающие знаки»*. *Знаки эти — их крик о помощи.*

Угроза совершить суицид

Как правило, суицидальные подростки прямо или косвенно дают своим друзьям и близким понять, что собираются уйти из жизни.

Прямую угрозу не переосмыслишь, различным толкованиям она не поддается. «Я собираюсь покончить с собой», «В следующий понедельник меня уже не будет в живых»... К прямым угрозам, даже если в них ощущается надрыв, относиться следует крайне серьезно. Делиться с тобой мыслями о самоубийстве ради красного словца или с целью розыгрыша едва ли кому-нибудь придет в голову.

Косвенные угрозы, многозначительные намёки уловить труднее. Если твоя подруга скажет: «Без меня жизнь хуже не будет» или «Иногда хочется со всем этим покончить раз и навсегда», то как прикажешь её понимать: она собирается покончить с собой или же у неё просто день не задался? Косвенные угрозы нелегко вычленишь из разговора, иногда их можно принять за самые обыкновенные жалобы на жизнь, которые свойственны всем нам, когда мы раздражены, устали или подавлены.

К прямым и косвенным угрозам следует относиться очень внимательно, хотя косвенные угрозы распознать бывает довольно сложно. По счастью, «предупреждающие знаки» угрозами не ограничиваются.

Словесные предупреждения

Не исключено, что твой родственник или знакомый задумал совершить самоубийство, если он произносит фразы типа:

- «Я решил покончить с собой!»
- «Надоело». «Сколько можно! Сыт по горло!»
- «Лучше умереть!»
- «Пожил — и хватит!»
- «Ненавижу свою жизнь!»
- «Ненавижу всех и всё!»
- «Единственный выход — умереть!»
- «Больше не могу!»
- «Больше ты меня не увидишь!»
- «Ты веришь в переселение душ? Когда-нибудь, может, я и вернусь в этот мир!»
- «Если мы больше не увидимся, спасибо за всё!»
- «Выхожу из игры. Надоело!»

Резкие изменения в поведении

Когда люди вдруг начинают вести себя непривычно, это верный знак того, что с ними что-то неладно. Помни: мы ведём себя в зависимости от того, что в данный момент чувствуем. Потенциальные суициденты обычно грустны, задумчивы или же взвинчены, озлоблены, часто ненавидят сами себя. В поведении и внешнем виде тех, кто вынашивает планы самоубийства, проявляются их отрицательные эмоции.

Если привычное поведение твоего друга почему-то вдруг изменилось, если прошло уже несколько недель, а ты его не узнаёшь, значит, с ним что-то произошло. Главные слова «изменилось» и «почему-то вдруг»; существенно в данном случае не то, что он ведёт себя не так, как следует, а то, что он ведёт себя *не так, как раньше*. Тебе, например, может не нравиться, что твой друг любит поспать и раньше полудня не встаёт никогда, однако такого рода привычки - вовсе не свидетельство того, что он перестанет по ночам спать, ни с того ни с сего превратится в нервного, вспыльчивого непоседу, который не находит себе места, - у тебя будут все основания волноваться.

Обратите внимание на изменение в поведении ваших родственников и знакомых по следующим параметрам.

Питание. Подростки с хорошим аппетитом становятся разборчивы, а те, кто ел мало, набрасываются на еду. Соответственно, худые подростки толстеют, а упитанные, наоборот, худеют.

Сон. В большинстве своём суицидальные подростки спят целыми днями; некоторые же, напротив, теряют сон и превращаются в «сов»; допоздна они ходят взад-вперёд по своей комнате, некоторые ложатся только под утро, бодрствуя без всякой видимой причины.

Школа. Многие учащиеся, которые раньше учились на «хорошо» и «отлично», начинают прогуливать, их успеваемость резко падает. Тех же, кто и раньше ходил в отстающих, теперь нередко исключают из школы.

Внешний вид. Известны случаи, когда суицидальные подростки перестают следить за своим внешним видом. Они не причёсываются, неряшливо одеваются и даже перестают принимать по утрам душ. Подростки, оказавшиеся в кризисной ситуации, неопрятны, они ходят в мятой и грязной одежде, и, похоже, им совершенно безразлично, какое впечатление они производят.

Активность. Подростки, переживающие кризис, теряют интерес ко всему, что раньше любили. Спортсмены покидают команды, музыканты перестают играть на музыкальных инструментах, те же, кто каждое утро делал пробежку, к этому занятию остывают. Многие перестают встречаться с друзьями, избегают старых компаний, держатся обособленно.

Стремление к уединению. Суицидальные подростки часто бывают погружены в себя, сторонятся окружающих, замыкаются, подолгу не выходят из своего угла. Они надевают наушники, включают музыку и выключаются из жизни. Иногда они стараются уйти незаметно, чтобы никто не обратил внимание на их отсутствие. Иногда они ведут себя демонстративно: словно жизнь им опостылела, и всем своим видом дают понять - все и всё им надоело. Если твой вполне общительный друг неожиданно, непонятно по какой причине становится замкнутым и необщительным, отказывается встречаться со сверстниками, значит, у него могли появиться мысли о смерти.

Тяжёлая утрата. К мыслям о самоубийстве подростков может подтолкнуть смерть близких: родителей или братьев и сестёр. После такой утраты жизнь подростка меняется самым решительным образом, теперь ему приходится не только примириться с потерей любимого человека, но и заделать брешь, которую эта потеря проделала в его жизни. Некоторые подростки вообще не могут себе представить, как они будут жить дальше без отца или матери, брата или сестры.

Потери, от которых страдает твой друг, не ограничиваются смертью близких. Некоторые подростки начинают задумываться о самоубийстве после ссоры с любимой девушкой или пережив развод родителей.

Иногда молодые люди не хотят больше жить, если перенесли тяжёлую болезнь или если попали в аварию, которая их обезобразила.

Помни, каждый переносит утрату по-своему. Потеря, которая тебе может показаться незначительной, для твоего друга будет невосполнимой; изменив всю его последующую жизнь, такая потеря может подтолкнуть его к самоубийству.

Раздача ценных вещей. Люди, собирающиеся уйти из жизни, часто раздают вещи, которые очень многое для них значат. Если твой друг подумывает о том, чтобы совершить суицид, он может начать раздавать свои любимые компакт-диски, видеокассеты, плакаты.

Подростки известны своей щедростью, но если тебе дарят что-либо без всякого повода и если в дар приносятся дорогие твоему другу вещи, это должно вызвать у тебя подозрение. Будь начеку, если при этом твой друг скажет: «Мне эта вещь больше уже не понадобится» или «Я хочу, чтобы у тебя что-то осталось от меня на память».

Приведение дел в порядок. Одни суицидальные подростки будут раздавать свои любимые вещи, другие сочтут необходимым перед смертью «привести свои дела в порядок». Одни кинутся убирать дом, другие поспешат расплатиться с долгами, сядут за письмо, на которое должны были ответить давным-давно, или же захотят вернуть вещь, взятую у приятеля, вымыть пол в комнате, разобрать ящики письменного стола. Во всех этих поступках нет ничего подозрительного; напротив, сам по себе каждый из них совершенно нормален и закономерен. Однако в сочетании с другими «предупреждающими знаками» такая вдруг возникшая тяга к порядку может означать, что твой друг долго задерживаться в этом мире не собирается.

Будь особенно настороже, если друг заведёт с тобой разговор о завещании, о моргах, крематориях и похоронах; если у него появится заинтересованность похоронными ритуалами, траурной музыкой, венками, надгробиями и т. п.

Агрессия, бунт и неповиновение. Подростки, желающие расстаться с жизнью, часто ущемлены и озлоблены: они злы на родителей, учителей или друзей, которые чем-то им не угодили, обидели их, не оправдали ожиданий. Бывает, они злятся на самих себя, и их гнев проявляется в агрессии, бунте и неповиновении. Как и всякая перемена в настроении, подобные «взрывы» должны настораживать. Раздражать они могут не только тех, против кого направлена агрессия, но и всех окружающих. Никто ведь не хочет иметь дело с озлобленным, вспыльчивым, непредсказуемым человеком — и в результате твой друг поневоле окажется в изоляции, от него отвернутся как раз те люди, которые могли бы в случае необходимости оказать ему реальную помощь. Одиночество же лишь «настраивает на суицидальный лад», отчего твой друг подвергается немалой опасности попасть в зону суицидального риска.

Если ты поймал себя на том, что сторонись друга только потому, что неожиданно с ним стало сложно иметь дело, задумайся, что с ним происходит. Твой друг и раньше был агрессивен и неуживчив? Он и раньше грубил родителям, учителям, друзьям? Разве обычно, когда что-то делается против его воли, ему «на зло», он грубит? Ты можешь представить себе, отчего твой друг пребывает в таком раздражении? Если ответы на все эти вопросы отрицательны, значит, он попал в беду, думает о суициде, ждёт помощи.

Саморазрушающее и рискованное поведение. Некоторые суицидальные подростки постоянно стремятся причинить себе вред, ведут себя «на грани риска». Где бы они ни находились — на оживлённых перекрёстках, на извивающейся горной дороге, на узком мосту или на железнодорожных путях, — они везде едут на пределе скорости и риска. Бравада и старание убедить всех, что им все нипочём, звучат у них в каждом слове.

Некоторые молодые люди, находящиеся в группе суицидального риска, перестают заботиться о своём здоровье. Они могут начать много курить и пить, могут употреблять наркотики либо совмещать наркотики с алкоголем.

Бывает, что суицидальные подростки, в особенности девушки, начинают голодать. Те, кто страдает анорексией (это — болезненное отсутствие аппетита), перестают есть совсем или же едят очень мало, на пределе возможного. Те, у кого булимия (это — нездоровый волчий аппетит), вызывают у себя рвоту после каждого приёма пищи. Бытует мнение, что эти девушки голодают и доводят себя до изнеможения, поскольку стремятся любой ценой сохранить фигуру, однако многие психологи и психотерапевты видят в этих нарушениях пищевого поведения не столько желание похудеть, сколько крик о помощи.

Если твой спокойный и выдержанный друг внезапно начинает рисковать или намеренно вредит своему здоровью, не исключено, что он задумал совершить самоубийство.

Потеря самоуважения. Бывают дни, когда любой подросток ощущает себя самым уродливым, самым неуклюжим и самым глупым существом на свете. Однако такое «самобичевание» длится обычно недолго. Происходит какая-то приятная неожиданность, и самобичевание сменяется самолюбованием, всё встаёт на свои места. Как правило, у молодых людей хватает самоуважения и уверенности в себе, что позволяет им пережить тяжёлые времена и перемены настроения, которым они так подвержены.

Совсем другое дело — подростки, которые самоуважение утратили. Вид у них такой, будто они что-то потеряли. Спина — вопросительный знак. В глаза собеседнику не смотрят. Говорят фразы типа: «Ничего у меня не получается», или «Какой я дурак!», или «Никому я не нужен!» Ужаснее всего то, что они сами верят этим словам. Впечатление такое, будто они не могут себе даже вообразить, что кто-то относится к ним иначе.

Заниженная самооценка заставляет подростков относиться к себе без всякого уважения. Они считают себя никчемными, ненужными и нелюбимыми, им кажется, что они аутсайдеры и неудачники, что у них ничего не получается и что никто их не любит.

В этом случае у них может возникнуть мысль, что будет лучше, если они умрут.

Запомни эти предупреждающие знаки!

Если твой знакомый:

- угрожает покончить с собой;
- демонстрирует неожиданные смены настроения;

- недавно перенёс тяжёлую утрату;
- раздаёт любимые вещи;
- приводит дела в порядок;
- становится агрессивен, бунтует, не желает никого слушать;
- живёт на грани риска, совершенно не берёт себя;
- утратил самоуважение, —

то, возможно, он рассматривает мысль о совершении суицидальной попытки.

КТО ИЗ ПОДРОСТКОВ ВХОДИТ В ГРУППУ РИСКА?

Кто подвергается риску? Хотя определить, какой тип людей больше расположен к самоубийству невозможно, мы знаем, что есть подростки, подверженные риску совершить самоубийство из-за специфических ситуаций, в которых они оказались, и специфических проблем, которые перед ними стоят. Вот, кто находится в зоне повышенного суицидального риска:

- депрессивные подростки;
- подростки, злоупотребляющие алкоголем и наркотиками;
- подростки, которые либо совершали суицидальную попытку, либо были свидетелями того, как совершил суицид кто-то из членов семьи;
- одарённые подростки;
- подростки с плохой успеваемостью в школе;
- беременные девочки;
- подростки, жертвы насилия.

Взятая в отдельности, сама по себе, каждая из этих ситуаций или проблем вовсе не означает, что подросток, с ней столкнувшийся, обязательно окажется в зоне повышенного суицидального риска. Однако такого рода проблемы, безусловно, осложняют ему жизнь. У молодого человека, находящегося под прессом хотя бы одной из этих ситуаций или проблем, может не оказаться эмоциональных, умственных или физических сил противостоять дополнительным неприятностям. И тогда суицид может стать для него единственным приемлемым выходом.

Если тебе известны «предупреждающие знаки» суицида, если ты знаешь, какие группы подвергаются большему, а какие — меньшему суицидальному риску, ты можешь решить, к кому из твоих друзей следует отнестись с большей заботой, вниманием и пониманием. Ты также сможешь определить, кому из друзей понадобится помощь, если им будет угрожать опасность суицида.

Депрессивные подростки

Депрессия и желание покончить с собой - не одно и то же. Можно страдать от депрессий, но о суициде даже не помышлять. В то же время большинство суицидальных подростков объединяет склонность к депрессиям. Подавленности предшествует обычно ощущение грусти, нередко безотчётной, и безысходности.

Почти все молодые люди время от времени испытывают тоску и меланхолию. Перепады настроения свойственны молодёжи, однако продолжаются эти перепады день-два, не больше. Так называемая ситуационная депрессия напрямую связана с тем, что произошло или происходит в жизни подростка: юноши и девушки живо реагируют на плохие отметки, ссоры с друзьями и подругами, семейные неурядицы, неудачи в профессиональной сфере. Подростки, которые сталкиваются не с одной, а несколькими проблемами одновременно, впадают в депрессию, утрачивают способность находить выход из создавшейся ситуации.

Депрессия может подтолкнуть молодых людей к совершению суицидальной попытки, поскольку впадшие в депрессию подростки часто думают, что их несчастьям не будет конца. Им кажется, что они попали в полосу невезения, что дальше будет только хуже и что выхода из создавшегося положения нет и быть не может. Им представляется, что жизнь, которую они ведут теперь, будет продолжаться всегда. Выходом из этого состояния безысходности может стать суицид.

Впадшие в депрессию подростки теряют интерес к жизни, к людям, которые их окружают. Они перестают общаться с друзьями, перестают делать то, что раньше делали с интересом. Вид у них грустный, подавленный, они много спят, разговаривают обычно тихим, усталым голосом. Впечатление такое, будто живут они через силу. Они вовлечены в порочный круг: депрессия ведёт к отчуждению, отчуждение порождает тоску, тоска - новый виток депрессии. И чем дольше длится этот цикл, тем больше риск, что подросток, пытаясь покончить с меланхолией и одиночеством, покончит с жизнью.

Если твой знакомый находится в подавленном настроении, значит, ему просто нужен друг, который бы его развеселил, заинтересовал, отвлек. Он нуждается в твоём внимании, ведь любовная драма или провал ещё очень свежи в его памяти. А вот если он начнёт демонстрировать ещё и предупреждающие суицидальные признаки, значит, ему понадобится нечто большее, чем дружеская опека. В этом случае ему не обойтись без друга, который поможет ему найти опытного психотерапевта, чтобы тот в свою очередь оказал потенциальному суициденту своевременную и квалифицированную помощь.

Подростки, злоупотребляющие алкоголем и наркотиками

Можно выделить три вида суицидоопасного воздействия алкоголя и наркотиков на подростка:

1. Если подросток в принципе не пьёт и не употребляет наркотики, но находится в состоянии депрессии и подумывает о суициде, выпивка и наркотик могут затуманить его сознание и подтолкнуть к суициду.

2. Если подросток - пьющий и наркоман, выпивка и наркотик могут вызывать у него депрессию и суицидальные мысли.

3. Если родители подростка - алкоголики и наркоманы, то вызванные этим обстоятельством семейные скандалы и неурядицы могут существенно подействовать на психику подростка, подвести его вплотную к суицидальной черте.

Примерно треть совершающих суицид подростков находятся под воздействием алкогольного или наркотического опьянения. В основной массе подростки употребляют не наркотики, а алкоголь. Как правило, пиво: оно дешевле и доступнее.

Едва ли пиво представляется тебе смертельным оружием, однако если под его воздействием твой друг отправляется на тот свет, - оно, согласись, ничуть не менее опасно, чем заряженный пистолет.

Большинство молодых людей, совершающих самоубийство под воздействием алкоголя или наркотиков, на самом деле не наркоманы и не алкоголики. Если кто-то из них выпил или разок кохнулся, то лишь потому, что ему плохо.

Алкоголь и наркотики изменяют сознание, лишают подростков возможности размышлять на холодную голову. Подросткам, чьи мозги замутнены алкоголем или наркотиками, гораздо легче принять решение уйти из жизни. Они и без того подавлены - под воздействием же алкоголя и наркотиков самоубийство может показаться им единственным средством прекратить душевную боль. «Под парами» или «на игле» у них появляется кураж, и они больше готовы к риску, чем в трезвом состоянии.

Наркотики и алкоголь пагубно сказываются и на жизни подростков, чьи родители - алкоголики и наркоманы. Сами по себе молодые люди могут не быть зависимыми от наркотиков и алкоголя, однако их жизнь полна страданий из-за того, что распадается семья.

Суицидологи считают, что большинство подростков, которые либо совершили, либо собираются совершить суицид, так или иначе связаны с алкоголем и наркотиками. В эту группу суицидологи включают и тех подростков, которые выпили или приняли наркотик прямо перед совершением суицидальной попытки, и тех, кто пил и кохнулся регулярно, и тех, у кого родители - алкоголики и наркоманы, - всего 2/3 всех совершивших самоубийство молодых людей.

Бывает и так, что твои друзья, которые пьют и колются, но которым суицид не грозит, так увлекутся спиртным и наркотиками, что тоже могут оказаться в опасной зоне. Они совершают рискованные поступки, пускаются в опасные приключения. Под воздействием наркотиков и алкоголя такие подростки совершают действия, которые могут оказаться несовместимыми с их жизнью.

Подростки, уже пытавшиеся покончить с собой, или подростки, в чьей семье совершался суицид

Как правило, подростки пытаются покончить с собой только один раз в жизни, однако имеются случаи и повторной суицидальной попытки. Происходит это, как правило, примерно через три месяца после предыдущей попытки. Следи за своим приятелем особенно внимательно, когда со времени совершенной им суицидальной попытки прошло три месяца.

Подростки, относящиеся к группе повышенного суицидального риска, остаются суицидоопасными в течение года. Всё это время они должны знать: если жизнь опять начнёт преподносить неприятные сюрпризы, им будет на кого опереться.

Рискуют совершить суицидальную попытку и подростки, в чьих семьях случилось самоубийство. Они ощущают пустоту, боль, тоску, гнев, горе и нередко в том, что их родственник

решил уйти из жизни, виноватыми считают себя. Иногда депрессия от потери близкого человека становится совершенно непереносимой, и подростку начинает казаться, что дальше так жить невозможно. Совершивший самоубийство родственник словно бы внушил ему мысль, что самоубийство - выход из безвыходной ситуации, а потому неудивительно, что пережившие утрату близкого человека могут воспользоваться его опытом, решив, что суицид - вполне приемлемый способ выхода из кризиса.

Если у тебя есть друг, в семье которого кто-то недавно покончил с собой, проявляй к нему повышенную заботу и внимание. Следи за «предупреждающими знаками», внимательно прислушивайся к его словам.

Одарённые подростки

С трудом верится, что твои умные, талантливые друзья могут столкнуться с проблемами, из-за которых они совершат попытку уйти из жизни. Всё дело в том, что одарённые подростки стоят перед необходимостью демонстрировать своё преимущество во всех областях жизни, что, естественно, накладывает на них немалые обязательства. Многим из них начинает казаться, что любят не их, а награды, призы и почести, которых они устаиваются, способности, которыми они наделены от природы. Поэтому стоит им получить всего одну плохую отметку, занять в спортивном соревновании не первое, а второе место или ещё как-нибудь показать, что, возможно, их дарования преувеличены, - они впадают в депрессию, им начинает казаться, что они всех подвели, в том числе и самих себя. Чувство стыда и вины за постигшую «неудачу» может подтолкнуть их к мысли о суициде.

Подростки с плохой успеваемостью в школе

Подростки, которым учиться трудно и которые поэтому плохо успевают, часто страдают от низкой самооценки и, как следствие, впадают в депрессию. И то, и другое может привести к суициду.

Такие ученики могут оказаться и среди твоих друзей. Может быть даже, они жаловались тебе, что им не хватает способностей? На самом деле это не дефект, а несоответствие: для обучения таких подростков необходимы иные методы, которые бы дали им возможность закончить школу и получить профессию.

Поскольку в классе такие школьники сталкиваются с особыми трудностями, они находятся в состоянии повышенного стресса. Их самооценка постоянно страдает от язвительных, колких замечаний одноклассников и учителей, отчего у них может возникнуть ощущение, что они глупы и никогда ничего не добьются.

Всем хочется, чтобы их любили учителя и одноклассники, - отсутствие такой любви может стать тяжкой обузой, избавиться от которой подросток сможет, лишь прибегнув к отчаянным мерам.

Беременность

С каждым годом подростки становятся всё более и более сексуально активными, и эти сексуально активные подростки не пользуются противозачаточными средствами. Вот почему нет ничего удивительного в том, что в наше время девушки беременеют всё в более и более раннем возрасте. Многие из них - стоит им заподозрить или же убедиться в том, что они беременны, - приходят в ужас и панику.

Большинство из них боятся родительского гнева. Некоторых волнует, что они скажут учителям и друзьям, в том числе и мальчикам, которые за ними ухаживали. Не бросят ли их? Как беременность скажется на их планах?

Решения, которые им приходится принимать в связи с беременностью, также очень неоднозначны. Может оказаться, что девочка не знает, как ей поступить. Оставлять или не оставлять ребёнка? Если оставлять, то кто будет им заниматься? Она будет бояться, что родители или её друг принудят её сделать выбор, который представляется ей нежелательным.

Для многих девушек беременность — проблема неразрешимая. Они понимают: беременность не скроешь, и считают, что их отношения с родителями и друзьями будут испорчены навсегда. Им кажется, что жизнь не задалась, из чего следует, что смерть — это единственное, что им остаётся.

Если твоя знакомая говорит тебе, что беременна, предложи ей вместе пойти к кому-то из взрослых, кто пользуется её доверием. Очень важно, чтобы в это трудное время она ощущала дружескую поддержку. Ей необходимо внушить уверенность, что она не оказалась в безвыходном положении и ситуация, в которую она попала, на её будущем никак не скажется.

Слова твоей подруги о том, что забеременела она от тебя, накладывают на тебя немалую ответственность. Прежде всего, ей понадобится моральная поддержка. Только ты один делишь с ней бремя ответственности, поэтому нет ничего удивительного, что своими чувствами она хочет

поделиться именно с тобой. Ей необходимо поделиться с тобой своими опасениями, вызванными решением, которое ей предстоит принять, а также - своими планами на будущее.

Не исключено, что подруга застанет тебя врасплох. Еще бы, ведь становиться отцом ты вовсе не собирался! Не с родителями же в самом деле разговаривать на тему подростковой беременности! Неизвестно к тому же, как её беременность скажется на твоём будущем. Тебя не покидает ощущение неловкости, чувство вины, ты понимаешь, что загнан в угол, что тебе предстоит принимать решения, о которых ещё совсем недавно ты даже не мог помыслить.

Тебе, как и твоей девушке, следует обратиться к кому-нибудь из взрослых. Если ты этому человеку доверяешь, он сможет помочь тебе разобраться в ситуации, твоих чувствах.

И девушки, и юноши должны знать: в это непростое время им есть на кого опереться. Если ты знаешь (или догадываешься), что твоя одноклассница забеременела, пусть она не сомневается: ты всегда её выслушаешь, не откажешь связать с кем-то из взрослых; этот человек - отзывчивый, надёжный - протянет ей руку помощи.

Подростки - жертвы насилия

Пока твой друг или подруга не признаются тебе, что им - в школе, дома или где-то ещё - нанесли физическую, эмоциональную или сексуальную травму, ты скорее всего будешь в полном неведении относительно происшедшего. Однако кое-какие улики дадут тебе основание заподозрить, что твой друг или подруга стали жертвой насилия и жестокости.

Например, синяки и кровоподтёки на лице и теле твоего друга будут вполне недвусмысленно свидетельствовать о том, что с ним жестоко обращаются. Возможно, твоему другу будет нелегко объяснить, что произошло. Может быть, он пробормочет что-то невнятное или, рассказывая, будет прятать глаза, а может быть, просто скажет, что говорить о побоях не желает.

Наглядным доказательством эмоциональной травмы будут служить заниженная самооценка, а также грубые словесные препирательства между твоим другом и его родителями. Впрочем, молодые люди, которым нанесена эмоциональная травма, держатся обыкновенно робко, застенчиво, словно боясь привлечь к себе внимание. Их приучили к мысли, что они ни на что не способны, глупы и невежественны. Часто поэтому им не хватает уверенности в себе, каждое слово в свою защиту даётся им с неимоверным трудом.

Сексуальную травму отследить особенно трудно, поскольку обычно такая травма держится в глубокой тайне. Нанесение сексуальной травмы пугает молодых людей, они теряют почву под ногами, испытывают стыд и чувство брезгливости. Такую травму многие подростки стараются держать в секрете, ибо боятся, что им никто не поверит. Боятся они и того, как бы насильник не расправился с ними или членами их семьи.

Вследствие насилия молодые люди попадают в суицидоопасную зону, поскольку иного выхода, кроме смерти, не видят.

Если ты знаешь или догадываешься, что твой друг стал жертвой жестокого обращения, уговори его обо всём рассказать кому-нибудь из взрослых. Если же твой друг подвергается жестокому обращению, однако довериться взрослому отказывается, это можешь за него сделать ты. Пойди к взрослому, которому доверяешь, и расскажи всё, что тебе о твоём друге известно.

Ты прав, выдавать секреты друга нелегко. Твой друг может рассердиться, если узнает, что ты его выдал, злоупотребил его доверием. Ведь в случае огласки родителям твоего друга может не поздоровиться.

Если ты беспокоишься, что причинишь своему другу вред, выдав его секрет, имей в виду: жестокое обращение, жертвой которого он регулярно становится, причиняет ему вред гораздо больший. От постоянно наносимых травм подростки несут тяжкий урон, не только физический, но и моральный, и, не видя иного выхода, пытаются уйти из жизни. Многим из них, к сожалению, это удается.

Итак, если у тебя есть друзья в группе повышенного суицидального риска, ты сможешь им помочь при условии, что будешь находиться с ними в тесном контакте, будешь в курсе того, что происходит в их жизни.



Помни, когда ты им нужен больше всего, ты должен быть рядом!

Мой Друг!

*Когда ты захочешь плакать,
позови меня... Я не обещаю тебя
рассмешить, Но я могу
поплакать вместе с
тобой. Если однажды ты
захочешь бежать, позови
меня... Я не обещаю уговорить
тебя остаться... Но я могу
сбежать с тобой. Если однажды
ты не захочешь вообще кого-либо
слышать, позови меня... Я обещаю,
прийти ради тебя. И обещаю, вести
себя тихо. Но если однажды ты
позовешь... А я не откликнусь. Поспеши
ко мне! Вероятно, в этот момент я в
тебе очень и очень нуждаюсь.*



<http://www.liveinternet.ru/users/986109/>

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
Варламовская средняя общеобразовательная школа
Болотнинского района Новосибирской области**

**ПРОГРАММА ПРОФИЛАКТИКИ
ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ
«ЖИЗНЬ В ТВОИХ РУКАХ»**

Хомякова Анастасия Аркадьевна, педагог-психолог

По данным детского фонда ООН за последние годы значительно увеличилось число суицидальных попыток и завершённых самоубийств среди молодежи и даже детей. Уровень самоубийств среди российских подростков в настоящее время является одним из самых высоких в мире. Самоубийство подростков занимает третье место среди ведущих причин смертельных случаев и четвертое – среди основных причин потенциальной потери жизни. Анализ материалов уголовных дел 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. В целом ряде случаев подростки решались на самоубийство из-за равнодушного отношения родителей и педагогов к их проблемам, протестуя, таким образом, против безразличия и жестокости взрослых.

Решаются на такой шаг, как правило, замкнутые, ранимые, страдающие от одиночества и чувства собственной ненужности подростки, потерявшие смысл жизни. Причиной суицида могут быть также алкоголизм и наркомания, как родителей, так и самих подростков, индивидуальные психологические особенности человека, внутри личностные конфликты и т.п. 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. Попытки суицида являются следствием непродуктивной (защитной) адаптации к жизни – фиксированного, негибкого построения человеком или семьей отношений с собой, своими близкими и внешним миром на основе действия механизма отчуждения. Своевременная психологическая помощь, участливое отношение к подросткам, попавших в трудную жизненную ситуацию, помогли бы избежать трагедий.

В МКОУ Варламовской СОШ обучается 70 учащихся. Это обычная школа и в ней учатся дети из самых разных социальных слоев. Немало неблагополучных семей, есть семьи – неполные, приемные. Фактическое неумение, а часто и нежелание значительной части родителей выполнять родительские обязанности в полном объеме, заниматься воспитанием собственных детей, приводит к необходимости педагогическому коллективу в своей деятельности взять на себя решение этой проблемы, чтобы дать ученикам школы равные возможности для их более успешной самореализации.

Цель: профилактика случаев суицида среди несовершеннолетних посредством формирования позитивной адаптации к жизни.

Поставленная цель достигается за счёт последовательного решения *следующих задач:*

1. Выявление детей, нуждающихся в незамедлительной помощи и защите, и, оказание им помощи, обеспечение безопасности ребенка, снятие стрессового состояния.
2. Изучение психолого-педагогических особенностей каждого учащегося, семей, с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих в психическом состоянии, общении, развитии и обучении и социальном статусе подростка и семьи.
3. Создание системы поддержки детям, подросткам и семьям, оказавшимся в трудной жизненной ситуации.
4. Привитие существующих в обществе социальных норм поведения, формирование детского милосердия, развитие ценностных отношений в социуме.
5. Межведомственное взаимодействие со специалистами различных учреждений и организаций.
6. Пропаганда здорового образа жизни, формирование у учащихся позитивного образа Я.

7. Привлечение родителей для совместной организации досуговой деятельности и обучение родителей методам семейного воспитания.

Ожидаемые результаты

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.

Методы отслеживания эффективности реализации программы

Наблюдение, тестирование (исследование социального статуса; исследование уровня адаптации; исследование уровня тревожности), диагностические методики на определение личностных отклонений подросткового возраста (ПДО по А. Е. Личко, Опросник Басса-Дарки, диагностика предрасположенности личности к конфликтному общению, склонности к девиантному поведению), методика экспресс-диагностики суицидального риска «Сигнал».

Содержание практического опыта

Программа «Жизнь в твоих руках» предполагает ряд работ с детьми и семьями «группы риска». Программа рассчитана на 2 года (2020-2022 гг.).

Профилактическая работа составляет целый комплекс социально-профилактических мер, направленных как на оздоровления условий семейного, школьного воспитания, так и на индивидуальную психолого-педагогическую коррекцию личности «трудного» подростка, а также мер по восстановлению его социального статуса в коллективе сверстников. В создавшихся условиях необходимо было объединить усилия педагогов, социальных работников, психологов, родителей, работников правоохранительных органов и образовательным учреждением. Это позволит совместно выбирать для каждого ребенка индивидуальный подход, изучать его интересы, поддерживать, помогать преодолевать те проблемы, которые ему мешают.

Итоги апробации: На данный момент начала осуществляться деятельность по реализации данной программы, исполнителями которой являются социальный педагог, педагог-организатор, педагог-психолог, родители, библиотекарь, заместитель директора по ВР, УВР, классные руководители. На сегодняшний день в МКОУ Варламовской СОШ не наблюдается обучающихся с суицидальным, аддиктивным и делинквентным поведением. На данный момент с обучающимися были проведены следующие занятия: «Мир глазами агрессивного человека» (8-9 классы), «Секреты дружбы» (1-4 классы), «Этот необычный и волнующий 5-ый класс», «Круг общения» (7 класс), коммуникативный мини-тренинг «Сердце» (1 класс), «У нас новенький!» (2-4 класс). Также ещё планируется провести много интересных мероприятий с обучающимися, которые будут способствовать профилактике суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения.

Перспективы развития

Данная программа 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. Помимо этого, программа позволит оказать помощь классному руководителю, учителю-предметнику строить учебно-воспитательную работу в системе, с учетом психологических и возрастных особенностей учащихся.

Программа достигнет наибольшего эффекта, если будет реализована как целостная система совместной деятельности педагогов, психолога, администрации школы и родителей, направленная на активное приспособление ребенка к социальной среде, включающее в себя как успешное функционирование, так и перспективное психологическое здоровье.

Алгоритм реализации проекта 01.09.2020 по 01.09.2022г.

Первый этап - организационный	Сентябрь-Октябрь 2020 года	анализ состояния правопорядка в селе; - составление базы данных семей и детей «группы риска»; - определение причин отклонений в поведении и нравственном развитии, а так же индивидуальных психологических особенностей личности у выявленных детей и родителей; - составление плана социально-педагогической коррекции личности и устранения причин её нравственной деформации, отклонений в поведении;
-------------------------------	----------------------------	---

		- вовлечение учащихся в школьные спортивные кружки, обеспечение успеха в них; - психолого-педагогическое консультирование родителей, учителей-предметников с целью выработки единых подходов к воспитанию и обучению подростков; - непосредственное планирование, согласование планов, сведение их в единый комплексный план с учётом обстановки и рекомендаций, изучение потребностей и запросов «трудных» детей и семей, освоение нового формата индивидуально профилактической программы
Второй этап-деятельностный	Декабрь 2020 – Июль 2022	- координация действий, осуществление запланированных мероприятий, разработка системы контроля за их реализацией; - работа по программе «Профилактика суицидального поведения среди подростков»; - посещения семьи на дому с целью контроля над условиями их семейного воспитания, организацией свободного времени, занятостью в каникулярное время, подготовкой к урокам; - проведение с детьми «группы риска» и родителями коррекционно-развивающих занятий, индивидуальных и групповых тренингов, бесед; - посещение уроков с целью выяснения уровня подготовки подростков к занятиям, оказание помощи в ликвидации пробелов в знаниях с помощью учителей-предметников; - профилактическая работа с подростками – индивидуальные и коллективные профилактические беседы, День профилактики, День здоровья, День защиты детей, классные часы, месячники профилактики правонарушений, преступлений; - проверка посещения учебных занятий и объединений дополнительного образования; - формирование у подростков и их родителей установок на здоровый образ жизни; - контроль за выполнением мероприятий по укреплению и сохранению здоровья учащихся; - представление учащимся и их родителям объективной информации о влиянии табака, алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ на организм человека; - формирование умения противостоять давлению сверстников.
Третий этап – итоговый	сентябрь 2022 года	Анализ и подведение итогов работы по программе «Рука в руке».

План реализации программы на 2020-2022 гг.

Содержание работы	Сроки	Ответственный
Изучение мирового опыта и анализ проблемы суицидного поведения в подростковом возрасте.	2020г. (сентябрь)	Психолог Социальный педагог
Ведение надлежащего учёта всех факторов и попыток суицида среди детей и подростков в целях проведения анализа, выяснения причин, условий и способов его совершения	Ежегодно	Психолог
Составление базы данных по социально-неблагополучным семьям.	2020г. (сентябрь)	Социальный педагог
Проведение индивидуальных профилактических мероприятий с семьями социального риска.	Ежегодно	Психолог Социальный педагог
Оказание посильной юридической помощи семьям, находящимся в трудной жизненной ситуации.	По запросу	Юрисконсульт Социальный педагог
Заседание Совета профилактики	2020-2022 гг. (один раз в месяц)	Заместитель директора по ВР

Организация работы с педагогами по профилактике профессионального выгорания.	Ежегодно	Психолог
Повышение психолого-педагогической компетенции всех участников УВП.	2020г.	Заместитель директора по ВР, УВР, Психолог, Социальный педагог
Организация участия обучающихся в организационных формах досуга, участия в проведении физкультурно- массовых и культурно- массовых мероприятий.	2020-2022 гг.	Заместитель директора по ВР, Педагог-организатор
Работа с обучающимися		
<u>Психологические классные часы:</u> «В поисках хорошего настроения» (1-е классы) «Как научиться жить без драки» (2- 3 классы) «Учимся снимать усталость» (4-е классы) «Я – уникальная и неповторимая личность» (5-6 классы, цель: формирование позитивного отношения к другим людям (толерантности) «Учимся снимать тревогу» (7-е классы) «Мир глазами агрессивного человека» (8-9 классы) «Подросток и конфликты» (8-10 классы) «Стресс в жизни человека. Способы борьбы со стрессом» (8-10 классы)	2020-2021 гг.	Психолог, Классные руководители
<u>Правовые классные часы:</u> «Как вести себя в общественном месте» (1-4 классы) «Уголовная и административная ответственность несовершеннолетних» (7-9 классы); «Права и обязанности обучающихся школы» (5-7 классы); «Умей сказать «нет»» (5-10 классы); «Вредные и полезные привычки» (5-10 классы)	2020-2021 гг.	Заместитель директора по ВР, Социальный педагог
«Ценим жизнь с детства» (1-2 классы) «Люби жизнь» (3-4 классы) «Как найти выход из трудной ситуации» (7-8 классы) «Мои жизненные ценности» (7-8 классы) Единый классный час «Жизнь как высочайшая ценность» (5-11 классы) «Способы саморегуляции эмоционального состояния» (8-9 классы) «Проблема отцов и детей в современном обществе» (10-11 классы) «Расскажи мне обо мне» (10-11 классы)	2021-2022 гг.	Психолог, Классные руководители
<u>Правовые классные часы:</u> «Поступок и ответственность» (1-4 классы) «Права ребенка в современном мире. Гарантии прав ребенка» (5-8 классы) «Что ты должен знать об УК РФ» (8-9 классы); «Подросток в обществе» (9-11 классы) Не сломай свою судьбу! (подросток и наркомания) (8-11 классы)	2021-2022 гг.	Заместитель директора по ВР, Социальный педагог
Организация конкурса стенгазет «Не навреди здоровью своему»	2020 (ноябрь)	Педагог-организатор
Проведение цикла бесед «Как прекрасен этот мир» с учащимися 7-11 классов по вопросам предупреждения детского суицида	2021 (январь)	Классные руководители, Педагог-психолог
Организация общешкольного мероприятия «День здоровья»	Ежегодно (февраль)	Педагог-организатор, Учитель

		физического воспитания, Классные руководители
Формирование у обучающихся позитивного образа Я (через уроки психологии)	Ежегодно	Психолог
Коммуникативный мини-тренинг «Сердце» (1 класс; цель: снятие тревоги первых дней и месяцев школьной жизни, смягчение процесса адаптации)	2020г. (сентябрь)	Психолог
Занятие «У нас новенький!» (2-4 класс, цель: организация взаимодействия между детьми для знакомства и принятия нового ученика коллективом класса)	2020г. (сентябрь)	Психолог
Игра «Две планеты» для обучающихся 5-х классов (цель: обучение позитивному восприятию себя и другого человека)	2020г. (октябрь)	Психолог
Игра «Друзья» для обучающихся 2-3 классов (цель: развитие эмпатии, понимания другого, обучение сотрудничеству)	2020г. (октябрь)	Психолог
Игра «В чем смысл жизни?» (9-10 класс)	2021г.	Психолог
Тренинг «Быть уверенным – это здорово!» (цель: формирование навыков уверенного поведения и умения противостоять давлению, 9 –е классы)	2021г.	Психолог
Тренинг «Снятие конфликтных ситуаций и агрессии» (6- 8 классы)	2021г.	Психолог
Организовать в библиотеке тематические стенды, книжные выставки, передвижки по профилактике заболеваний и формированию здорового образа жизни	2021 г. (февраль)	Школьный библиотекарь
Занятие «Секреты дружбы» (цель: расширить систему знаний детей о дружбе, дружеских отношениях, 1-4 классы)	2021г.	Психолог
Тренинг «Этот необычный и волнующий 5-ый класс» (цель: создание благоприятной атмосферы для успешного протекания адаптации к школе, 5 класс)	2021г.	Психолог
Тренинг «Круг общения» (цель: снятие барьеров в общении, сплочение класса, 6-7 классы)	2021г.	Психолог
Тренинг «Жизнь одна» (цель: профилактика суицидального поведения учащихся, 8-9 классы)	2022г.	Психолог
Ролевая игра «Конфликт в нашей жизни» (10-11 классы)	2022г.	Психолог
Акция «Жизнь прекрасна! Мы голосуем за жизнь!» (1-11 классы)	2022г.	Социальный педагог, педагог-организатор
Конкурс сочинений «В поисках смысла жизни» (5-11 классы)	2022г.	Педагог-организатор, Классные руководители
Организация оздоровления и отдыха во внеурочное время детей из неблагополучных и малообеспеченных семей	Ежегодно июнь-август	Социальный педагог
Организация волонтерского движения по оказанию помощи детям, склонным к суицидальным действиям	Ежегодно	Заместитель директора по ВР
Организация работы по профилактике злоупотребления ПАВ	Ежегодно	Психолог
Обеспечение психолого-педагогической поддержки обучающихся к выпускным экзаменам (тренинги)	Ежегодно Март Апрель	Психолог
Организация работы по оказанию своевременной консультативной психолого-педагогической помощи в разрешении конфликтных ситуаций	2020-2022 гг.	Психолог
Охват асоциальных детей кружковой работой, занятиями в спортивных секциях, общественно-полезной нагрузкой.	2020-2022 гг.	Классные руководители,

		Педагог-организатор
Педагоги		
Цикл занятий из Программы повышения эмоциональной устойчивости педагога	2020-2021 гг. (один раз в месяц)	Психолог
Информирование педагогов по теме «Возрастные психолого-педагогические особенности подростков»	2020-2021 гг. (сентябрь)	Психолог
Информирование педагогов по теме «Причины подросткового суицида. Роль взрослых в оказании помощи подросткам в кризисных ситуациях»	2021 г.	Психолог
Семинар классных руководителей, воспитателей «Причины и формы проявления невротических расстройств у современных старшеклассников»	2022г.	Психолог
Семинар классных руководителей, воспитателей «Психологический климат в классе»	2022 г.	Психолог
Родители		
Родительские собрания, лектории: «Возрастные психолого-педагогические особенности (младший школьник, подросток)»; «Наши ошибки в воспитании детей»; «Причины подросткового суицида. Роль взрослых в оказании помощи подросткам в кризисных ситуациях»; «Родители меня не понимают или как услышать подростка»; «Родительская любовь»; «Капля никотина убивает верблюда»; «Серьезный мир несерьезных подростков»; «Про «Это»...» (подростковая сексуальность); «Доброе начало, или как помочь первокласснику адаптироваться к школе»; «Понять. Простить. Принять»; «Я бы в дворники пошел... или как не отбить у детей желание учиться»; «О любви – взрослые и дети»; «Школьная травля, как один из подводных камней школьной жизни»; «Ваш ребенок—пятиклассник»; «Родители и дети – поиски взаимопонимания»; «Правовые основы семейного воспитания: права и обязанности родителей и детей»; «Курение и статистика»; «Давайте будем учиться вместе со своими детьми»	По плану, по запросу	Психолог, Социальный педагог
Оформление и обновление в образовательном учреждении информационно-консультативных стендов по суициду, признакам суицида, законам (правовые уголки для школьников, родителей, педагогов).	Ежегодно	Социальный педагог
Организовать работу совместных совещаний-семинаров работников правоохранительных органов, врачей-наркологов, педагогического коллектива и родителей по вопросам эффективной воспитательно-профилактической работы и пропаганды здорового образа жизни среди детей и подростков	Ежегодно	Директор, Заместитель директора по ВР
Диагностика		
Обучающиеся		
Исследование социального статуса	ежегодно	Психолог
Исследование уровня адаптации (1, 5 классы)	ежегодно	Психолог
Исследование уровня тревожности	ежегодно	Психолог
Определение личностных отклонений подросткового возраста: ПДО по А. Е. Личко, Опросник Басса-Дарки,	По запросу	Психолог

Диагностика предрасположенности личности к конфликтному общению.		
Определение склонности к девиантному поведению	По запросу	Психолог
Методика экспресс-диагностики суицидального риска «Сигнал»	По запросу	Психолог

Список используемой литературы

1. Бережковская Е. Чем и как увлекаются подростки // Школьный психолог, 2005, №1
2. Борщевская Л. Психологический час “Как научиться жить без драки” // Школьный психолог, 2006, №10.
3. Галушина Э., Комарова О. Игра для подростков “В чем смысл жизни” // Школьный психолог, 2005, №5.
4. Закон РФ №120 «Об основах системы профилактики беспризорности и правонарушений несовершеннолетних».
5. Кардашина О., Родионов В., Ступницкая М. Я и мой выбор. Занятия для учащихся 10 – 11 классов по формированию социальных навыков и навыков здорового образа жизни // Школьный психолог, 2001, №27.
6. Письмо Минобразования РФ от 29 мая 2003 г. № 03-51-102ин/22-03 «О мерах по усилению профилактики суицида детей и подростков».
7. Приказ Министерства здравоохранения Новосибирской области, министерства социального развития Новосибирской области, министерства образования, науки и инновационной политики Новосибирской области от 24.07.2013 г. № 2533/839/343 «Об утверждении порядка реализации межведомственного подхода в оказании помощи детям с суицидальным поведением»
8. Профилактика суицидального поведения. Методические рекомендации. Сост.: А.Г. Абрумова и В.А. Тихоненко. М., 1980.
9. Сиягин Ю.В., Сиягина Н.Ю. Детский суицид. Психологический взгляд. КАРО, С – П, 2006. – 176 с.
10. 10. Соболева А. Профилактика конфликтных ситуаций и борьба с ними // Школьный психолог, 2004, №40, 41.

Приложение 1

Коммуникативный тренинг «Круг общения» (7 класс)



Приложение 2

Тренинг «Этот необычный и волнующий 5-ый класс»



ПАМЯТКА ПЕДАГОГАМ
(по предупреждению суицидальных попыток среди подростков)

Сигналы суицидального риска

Ситуационные сигналы:

- Смерть любимого человека
- Вынужденная социальная изоляция, от семьи или друзей (переезд на новое место жительства)

- Сексуальное насилие
- Нежелательная беременность
- «Потеря лица» (позор, унижения).

Поведенческие сигналы:

- Наркотическая и алкогольная зависимость
- Уход из дома
- Самоизоляция от других людей и жизни
- Резкое снижение поведенческой активности
- Изменение привычек, например, несоблюдение правил личной гигиены, ухода за внешностью
- Предпочтение тем разговора и чтения, связанных со смертью и самоубийствами
- Частное прослушивание траурной или печальной музыки
- «Приведение дел в порядок» (раздавание личных вещей, письма к родственникам и друзьям, урегулирование конфликтов).

Эмоциональные сигналы:

- Поиск пути к смерти и желание жить одновременно
- Депрессивное настроение: безразличие к своей судьбе; подавленность, безнадежность, беспомощность, отчаяние
- Переживание горя.

Коммуникативные сигналы:

- Прямые или косвенные сообщения о суицидальных намерениях («Хочу умереть» - прямое сообщение, «Скоро все это закончится» - косвенное). Шутки, иронические высказывания о желании умереть, бессмысленности жизни также относятся к косвенным сообщениям.

Помощь при потенциальном суициде

Распознавание суицидальной опасности, разговор с суицидентом о его намерениях – это первая помощь.

Выслушивайте. Не пытайтесь утешить общими словами типа: «Ну, все не так плохо», «Вам станет лучше», «Не стоит этого делать». Дайте возможность высказаться.

Обсуждайте. Открытое обсуждение планов и проблем снимает тревожность.

Одно из важных отличий суицидоопасного состояния – ощущение себя «вне» общества, поскольку тема самоубийства табуирована (табу – запрет).

Поэтому важно задавать вопросы о самоубийстве, не избегать этой темы.

Будьте внимательны к косвенным показателям при предполагаемом самоубийстве. Каждое шутливое упоминание или угрозу следует воспринимать всерьез. Скажите, что вы принимаете их всерьез.

Выработайте совместные решения о дальнейших действиях. Постарайтесь вместе искать альтернативные варианты решения.

Проявляйте интерес, но не оценивайте, не обсуждайте и не пытайтесь переубедить собеседника.

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

- Чаще показывайте детям, как сильно вы их любите, не скрывайте это.
- Не бойтесь попросить совета у вашего ребенка – это только сблизит вас.
- Доверять вам будут, если вы будете не только родителями, но и друзьями, способными понять и сопереживать.
- Будьте примером для ребенка: ведь как вы сейчас относитесь к своим родителям, так и к вам будут относиться к старости.
- Чаще бывайте в школе.
- Не забывайте слова известного педагога В. Сухомлинского: «Наиболее полноценное воспитание, как известно, школьно-семейное».

Развеем мифы

МИФ 1. Люди, говорящие о самоубийстве, никогда не осуществляли его на деле. Это не так. На самом деле 4 из 5 суицидентов не раз подавали сигнал о своих намерениях.

МИФ 2. Человек в суицидальном состоянии твердо решил покончить жизнь самоубийством. Это не так. Большинство самоубийц не пришли к однозначному решению жить или умереть. Они «играют со смертью», предоставляя окружающим спасать их.

МИФ 3. Самоубийство происходит внезапно, без всякого предупреждения. Это не так. Суициду предшествует ряд сигналов, выражающих внутреннюю борьбу человека между жизнью и смертью.

МИФ 4. Суициденты постоянно думают о смерти. Это не так. Позывы к смерти кратковременны. Если в такой момент помочь человеку преодолеть стресс, его намерения могут измениться.

МИФ 5. Улучшение, наступающее после суицидального кризиса, означает, что угроза самоубийства прошла. Это не так. Большинство самоубийств происходит в течение примерно 3 месяцев после начала «улучшения», когда у человека появляется энергия для воплощения своих мыслей и чувств к жизни.

МИФ 6. Суицид, чаще всего, совершают молодые люди. Это не так. Суицид примерно в равной мере проявляется среди всех возрастных категорий.

МИФ 7. Самоубийства, происходят гораздо чаще в среде богатых или, наоборот, исключительно среди бедных. Это не так. Уровень самоубийства одинаков во всех слоях общества.

МИФ 8. Суицид – это наследственная «болезнь». Это не так. Добровольная смерть одного из членов семьи может усилить суицидальный кризис у других лишь в том случае, когда они сами подвержены мысли о смерти.

МИФ 9. Все самоубийцы – душевнобольные или умственно неполноценные люди. Это не так. Уходят из жизни глубоко несчастные люди.

МИФ 10. Женщины угрожают самоубийством, а мужчины осуществляют его. Это не так. Мужчины в 3 раза больше женщин заканчивают жизнь самоубийством, а женщины в 3 раза чаще мужчин предпринимают попытки суицида. Женщины используют средства с большими шансами на спасение: таблетки, яды, газ и т.д. мужчины предпочитают огнестрельное оружие или веревку, где шансы на спасение минимальны.

СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ПОДРОСТКОВЫХ СУИЦИДОВ

СУИЦИД – это преднамеренное лишение себя жизни.

Почему ребенок решается на самоубийство?

- нуждается в любви и помощи
- чувствует себя никому не нужным
- не может сам разрешить сложную ситуацию
- накопилось множество нерешенных проблем
- боится наказания
- хочет отомстить обидчикам
- хочет получить кого-то или что-то

В группе риска – подростки, у которых:

- сложная семейная ситуация
- проблемы в учебе
- мало друзей
- нет устойчивых интересов, хобби
- перенесли тяжелую утрату
- семейная история суицида
- склонность к депрессиям
- употребляющие алкоголь, наркотики
- ссора с любимой девушкой или парнем
- жертвы насилия
- попавшие под влияние деструктивных
- религиозных сект или молодежных течений

Признаки суицида:

- угрожает покончить с собой
- отмечается резкая смена настроения
- раздает любимые вещи
- «приводит свои дела в порядок»
- становится агрессивным, бунтует, не желает никого слушать
- живет на грани риска, не бережет себя
- утратил самоуважение

Что Вы можете сделать?

- будьте внимательны к своему ребенку
- умейте показывать свою любовь к нему
- откровенно разговаривайте с ним
- умейте слушать ребенка
- не бойтесь прямо спросить о самоубийстве
- не оставляйте ребенка один на один с проблемой
- предлагайте конструктивные подходы к решению проблемы
- вселяйте надежду, что любая ситуация может разрешиться конструктивно
- привлечите к оказанию поддержки значимых для ребенка лиц
- обратитесь за помощью к специалистам

Чего нельзя делать?

- не читайте нотации
- не игнорируйте человека, его желание получить внимание
- не говорите «Разве это проблема?», «Ты живешь лучше других» и т.д.
- не спорьте
- не предлагайте неоправданных утешений
- не смейтесь над подростком

Советы внимательным и любящим родителям:

- показывайте ребенку, что вы его любите



- чаще обнимайте и целуйте
 - поддерживайте в сложных ситуациях
 - учите его способам разрешения жизненных ситуаций
 - вселяйте в него уверенность в себе
 - помогите ребенку проявить свои переживания через игры, рисунки, лепку, увлечения
- Эти слова ласкают душу ребенка...*
- Ты самый любимый!
 - Ты очень много можешь!
 - Спасибо!
 - Что бы мы без тебя делали!
 - Иди ко мне!
 - Садись с нами!
 - Расскажи мне, что с тобой?
 - Я помогу тебе...
 - Я радуюсь твоим успехам!
 - Чтобы ни случилось, твой дом – твоя крепость!
 - Как хорошо, что ты у нас есть!

**Муниципальное казённое образовательное учреждение
«Лебедевская средняя школа»
Тогучинского района Новосибирской области**

**ПРОЕКТ, НАПРАВЛЕННЫЙ НА ПРОФИЛАКТИКУ
ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ
«ПУСТЬ БУДЕТ КРАСИВО»**

Прощалыгина Юлия Александровна, социальный педагог и педагог-психолог

Одной из форм психофизической профилактики является организация деятельности, альтернативной девиантному поведению. Эта форма работы связана с представлениями о заместительном эффекте девиантного поведения. Социальная деятельность, где ребенок может проявить себя, самоутвердиться, почувствовать себя нужным и значимым является эффективной альтернативой девиантному поведению.

Проект решает задачи профилактики девиантного поведения подростков через их включение в социальную деятельность по благоустройству территории школы.

Благоустройство школьного двора, участие в жизни школы способствуют самовыражению, самореализации подростков девиантного поведения; совместная деятельность активизирует личные ресурсы, способствует позитивному выбору в рамках жизненного самоопределения.

Проект нацелен на развитие у детей навыков общения, формирование способностей к самопознанию, саморазвитию и самореализации, развитие мотивации к достижению позитивных жизненных ценностей.

Проект профилактики девиантного поведения дает возможность применения новых форм работы с подростками, имеющими проблемы в социальной адаптации, а также позволяет за счет включения ребят в социальную деятельность облагородить школьную территорию.

Наш проект «Пусть будет красиво» был создан и начал существовать в 2017г (МКОУ Тогучинского района Лебедевская средняя школа). Действовать этот проект продолжает по сей день. Обучающиеся принимают активное участие в работе проекта: сами разрабатывают дизайн ландшафтного озеленения территории, создают малые архитектурные формы. Дети получают эстетическое наслаждение, создавая «шедевры» своими руками.

Актуальность проекта

Вариативность и динамичность процессов, происходящих во всех сферах жизнедеятельности человека, оказывает существенное влияние на решение тех задач, которые стоят перед современными образовательными учреждениями. В связи с ростом проявлений девиантного поведения детей в комплекс решаемых задач входит такой вопрос, как профилактика девиантного поведения.

Существует множество апробированных программ по профилактике проявлений девиантного поведения, но поскольку в современном обществе возникают новые модели поведения, новые формы построения взаимоотношений между членами различных социальных групп, необходимы новые формы работы.

Девиантное поведение личности регулируется различными социальными институтами. Общественное воздействие может носить характер правовых санкций, медицинского вмешательства, педагогического влияния, социальной поддержки и психологической помощи. В силу сложного характера поведенческих нарушений их предупреждение и преодоление требует хорошо организованной системы социальных воздействий.

Одной из форм психофизической профилактики является организация деятельности, альтернативной девиантному поведению. Эта форма работы связана с представлениями о заместительном эффекте девиантного поведения. Альтернативной формой активности является социальная деятельность, где ребенок может проявить себя, самоутвердиться, почувствовать себя нужным и значимым. Социальная деятельность может носить разный характер, важно, чтобы она несла блага обществу, способствовала решению общественных задач. Так, благоустройство школьного двора, участие в жизни школы способствуют самовыражению, самореализации

подростков девиантного поведения; совместная деятельность активизирует личностные ресурсы, способствует позитивному выбору в рамках жизненного самоопределения.

Деятельность по вовлечению подростка в разработку и реализацию проектных идей по благоустройству школьной территории совместно с другими подростками:

- способствует осознанию и усвоению детьми основных человеческих ценностей, формированию установки на ведение здорового образа жизни; формированию у детей психосоциальных навыков принятия решений, эффективного общения, управления эмоциями,
- позволит узнать себя, свои сильные стороны; развить чувство собственного достоинства, преодолеть неуверенность, страх; выявить пути наиболее успешного и полной реализации себя в поведении и деятельности.

Проект нацелен на развитие у детей навыков общения, формирование способностей к самопознанию, саморазвитию и самореализации, развитие мотивации к достижению позитивных жизненных ценностей.

Проект является:

- личноно - ориентированным, т.к. основывается на принципах личноно - ориентированного подхода в организации всех видов деятельности с участниками проекта.
- креативным, т.к. предполагает создание творческих продуктов деятельности участниками проекта.
- практико-ориентированным, т.к. предполагает наличие результатов деятельности участников проекта.

В рамках проекта подростки с риском проявления девиантного поведения примут активное участие в благоустройстве, озеленении школьной территории, проявят себя в роли ландшафтных дизайнеров, получат опыт социальной деятельности.



На всех этапах работы запланировано проведение мониторинговых исследований по изменению личностных качеств целевой группы проекта – подростков с девиантным поведением, что позволит аналитически отнестись к результатам деятельности, корректировать движение по проекту.

Главным акцентом в реализации проекта является создание условий для того, чтобы подростки смогли реализовать свои возможности, создать и оценить продукт социально-значимый.

Проект «Пусть будет красиво» профилактики девиантного поведения дает возможность применения новых форм работы с подростками, имеющими проблемы в социальной адаптации, а также позволяет за счет включения ребят в социальную деятельность облагородить школьную территорию.

Цель и задачи проекта

Цель проекта: создание социально-педагогических условий для профилактики девиантного поведения подростков, по средствам их вовлечения в активную деятельность по благоустройству школьной территории.

Задачи проекта:

диагностика личностных качеств подростков девиантного поведения;

формирование группы подростков для разработки и реализации проектных идей благоустройства школьной территории;

организация социально - психологическое сопровождение реализации проекта;

организация социальной деятельности по благоустройству школьной территории.

Целевая группа

Учащиеся средней школы МКОУ Тогучинского района « Лебедевская средняя школа» - 25 человек, подростки с девиантным поведением.

Сроки реализации проекта

Был создан в 2017 и действует по сей день.

Принципы проекта

1. Принцип стратегической целостности. Определяет единую, целостную стратегию профилактической деятельности, обуславливающую основные направления и конкретные мероприятия.

2. Принцип многоаспектности. Предполагает сочетание различных аспектов профилактической деятельности: личностно-центрированного, поведенчески-центрированного, средо-центрированного аспектов. Личностно-центрированный аспект предполагает воздействие, направленное на позитивное развитие ресурсов личности. Поведенческий аспект предполагает целенаправленное формирование у детей и взрослых прочных навыков и стратегий стресс-преодолевающего поведения. Средо-центрированный аспект предполагает активное формирование систем социальной поддержки (социальных институтов, центров, направленных на профилактическую и реабилитационную работу).

3. Принцип ситуационной адекватности профилактической деятельности. Означает соответствие профилактических действий реальной социально-экономической, социально-психологической и наркологической ситуации.

4. Принцип континуальности. Предполагает обеспечение непрерывности, целостности, динамичности, постоянства, развития и усовершенствования профилактической деятельности.

Для решения задачи оформления пришкольной территории воплощения её в жизнь мало уметь выполнять разную физическую работу, необходимо быть большим любителем природы и страстным цветоводом. В сферу практической деятельности озеленителя или по современной терминологии – ландшафтного дизайнера входят следующие работы:

- проектирование озеленения конкретной территории,
- подготовка территории к процессу озеленения,
- устройство дорожек,
- посадка деревьев и кустарников,
- устройство газонов и уход за ними,
- создание малых архитектурных форм,
- разбивка цветников и уход за ними.

Основные этапы реализации проекта

Этап	Мероприятие	Сроки реализации	Количество участников
Подготовительный	- Организационный сбор педагогической команды проекта по сопровождению подростков - Распределение функционала команды, тренинги на командодействие - Подготовка материально-технического сопровождения, оборудования - Разработка мониторинговых карт, листов достижений учащихся	Сентябрь	Привлечение к проекту учителей биологии, географии, классные руководители, педагог – психолог, социальный педагог
Основной	- Определение творческих групп участников проектов (подростков с девиантным поведением) - Выбор «зон действий» для творческих групп - Разработка дизайна ландшафтного озеленения территории школы - Создание питомника и выращивание саженцев - Выкорчевывание старых деревьев - Высаживание саженцев кустарников на газонах школы взамен старых деревьев - Размещение в парке школы скворечников, кормушек - Разбивка новых клумб на территории школы - Расширение цветочно-декоративного содержания клумб - Выращивание рассады для цветников школьного двора - Разбивка тематических цветников из однолеток - Устройство альпийских горок - Обработка почвы и посадка рассады цветочных культур на школьном дворе - Уход за посаженными цветочными культурами - Размещение на школьной территории урн под мусор - Размещение на школьной территории элементов декора: плетеных корзин, декоративные поделки - Организация летней практики учащихся	Октябрь-ноябрь Март Май	25 8-10 15-20
Заключительный	- Подведение итогов, официальное закрытие - Награждение активных участников - Анализ результатов реализации проекта		

Выбор малых архитектурных форм декоративного оформления

К малым архитектурным формам относят сооружения, которые служат для удобства и для художественного оформления участка.

Лестницы и пандусы служат для движения наклонной территории, переходящие с одного уровня рельефа в другой.

Подпорная стенка предназначена для укрепления крутых склонов с целью закрепления грунта. При небольшой высоте перепада рельефа подпорная стенка может иметь высоту не более 50-70 см. Если склон длинный, как за школой, тогда можно соорудить стенку, напоминающую ступени. Получается каскад. Растения можно высаживать между камнями и около нее.

Трельяжи представляют собой опору, выполненную в виде решетки, по которой поднимаются вьющиеся растения. Трельяж служит для ограждения площадок, хозяйственных участков. Пергола – это перекрытие арочного или галерейного типа над дорожкой или площадкой. Имеют объемную пространственную конструкцию

Беседки – легкие парковые сооружения, которые могут быть использованы для проведения школьных занятий, кружков. Цветочные вазы и модули используются для посадки обильно

цветущих и ярких по окрасу цветочных культур. Они могут иметь различную форму и размеры. Для их изготовления используется бетон. Пластмасса, дерево, керамика и другие материалы. На нашем школьном участке можно соорудить вазон из цветочных культур.

Художественная композиция и правила её создания.

Создание цветников является заключительным этапом зеленого строительства. Цветы высаживаются на благоустроенной территории, когда уже проложены дорожки, посажены деревья, кустарники, посеян газон. Цветники располагают на парадных, самых видных местах, вдоль дорожек, в местах отдыха. Назначение цветников – украшать определенный участок земли, радовать глаз человека. При создании цветников необходимо учитывать следующие правила.

- Размеры цветников должны быть пропорциональны размерам озеленяемой территории.

- Цветочные композиции создаются с учетом габитуса растения и времени его цветения. Габитус – это внешний декоративный вид растения, включающий форму и размеры растения, окраску листьев и цветов.

- В композицию цветников включают цветочные культуры, обеспечивающие непрерывное цветение в течении всего теплого времени года. Этого можно достичь подбором видов и сортов, цветущих длительное время или сменяющих друг друга на протяжении всего периода.

- Высокие растения высаживают на задний план или в центр композиции. Низкие – ближе к передней части так, чтобы все элементы цветочной композиции хорошо просматривались.

- Для цветочной композиции выбирают культуры с учетом их требований к условиям выращивания.

Для цветочно-декоративного оформления школьного участка наиболее подходят растения раннелетнего цветения, например луковичные: нарциссы, тюльпаны, крокусы, двулетники: незабудки; многолетники: примулы, пионы, ирисы, аквилегии, а также растения, цветущие начиная с ранней осени: хризантемы, многолетние астры.

В летний период цветут однолетники – бархатцы, петуния, космея, эшшольция, лавatera. Многолетники – гвоздики, ромашки, колокольчики, рудбекии, флоксы, розы. Ближе к осени радуют глаз георгины, астры, хризантемы, мальва.

При создании цветочной композиции мы постарались учитывать окрас и форму не только цветов и листьев, учитывая, что многолетние цветы не отличаются яркостью, имеют невзрачный вид, но в цветочной композиции смотрятся оригинально. Кроме того группы растений хорошо воспринимаются на расстоянии.

Существенное значение имеет аромат цветов, который обусловлен выделением летучих веществ. Аромат благотворно влияет на эмоции и настроение человека, поэтому душистые растения следует выращивать вдоль дорожек, расположенных дальше от входа в школу.

При создании зарисовок – эскизов творческая группа также не забыла о значении цвета в цветочных композициях. Это три основных колера: красный, желтый, синий. Подбор цвета должен учитываться с учетом законов цветовой композиции.

Ожидаемые результаты проекта

Результаты проекта для целевой группы:

1. Создано место для творческой самореализации учащихся, реализации активной жизненной позиции.

2. Повышение у учащихся с девиантным поведением мотивации к участию в мероприятиях внеурочной деятельности.

3. Приобретение умений и навыков социальной компетенции:

- навыки социального поведения;
- умения и навыки эффективного социального взаимодействия;
- навыки позитивного общения;
- навыки самооценки и понимания других;
- навыки саморегуляции поведения;
- навык решения проблемных ситуаций.

4. Повышение уровня общей культуры школьников.

5. Формирование проектных навыков у учащихся.

У целевой группы будут сформированы и развиты такие личностные качества, ключевые компетентности, которые помогут им адаптироваться к социальным реалиям и позволят реализовать свой потенциал в обществе.

Учащиеся приобретут ценный опыт общения, позитивного образа жизни.

Результаты для школы:

1. Благоустройство школьной территории.

2. Повышение уровня социальной активности учащихся, снижение числа детей с рисками девиантного поведения.

Результаты проекта для инициативной педагогической группы, осуществляющей деятельность по проекту:

1. Опыт работы по реализации проекта.

2. Самообразование.

3. Повышение профессиональной компетентности учителя в работе с детьми с рисками девиантного поведения.

Механизм оценки результатов

Результат	Инструментарий	Количественный показатель	Качественный показатель
Повышение у учащихся мотивации к участию в мероприятиях внеурочной деятельности	Портфолио учащихся. Мониторинговые карты классного руководителя.	Увеличится процент детей, занимающихся во внеурочной деятельности	
Создано место для творческой, социальной самореализации учащихся.	Анкетирование.	Положительные отзывы участников.	Аналитический отчет
Улучшение уровня коммуникативных навыков у учащихся	Мониторинговые карты, листы достижений.	Увеличения % уровня коммуникативных навыков учащихся	Прирост навыков
Успешная социализация	Психологическая диагностика. Листы достижений учащихся. Карта дефицитов учащихся. Рефлексивные листы.		Между участниками пространства выстроены отношения эффективной коммуникации.
Повышение уровня общей культуры школьников	Диагностика уровня воспитанности	Увеличение % участников с высоким и средним уровнем воспитанности	

Условия реализации проекта

Вид Ресурса	Содержание деятельности
Нормативно-правовое обеспечение	Разработка пакета нормативных документов, необходимых для реализации проекта профилактики девиантного поведения
Кадровое обеспечение	Администрация, педагогический коллектив, социальный педагог, педагог-психолог, учителя биологии, географии, классные руководители
Методическое обеспечение	Пакет диагностических методик, анкет, дидактических материалов.
Информационное обеспечение	Освещение хода реализации проекта и достигнутых результатов на педагогических советах, заседаниях МО, родительских собраниях.
Материально-техническое обеспечение	Рассада. Семена. Материал для строительства малых архитектурных форм, декоративных элементов.
Финансовое обеспечение	Бюджетное обеспечение

Перспективы развития проекта

1. Возможно расширение географии проекта за счет создания сети среди школ района в рамках конкурса «Лучший школьный двор».
2. Создание сети информационного взаимодействия по вопросам сопровождения детей с девиантным поведением.
3. Повышение профессионального уровня педагогов.
4. Расширение зоны деятельности.

Перечень законодательных и нормативных правовых актов, регулирующих профилактику девиантного поведения обучающихся

- Конституция Российской Федерации (статьей 20 устанавливается общеконституционное право любого человека на жизнь).
- Федеральный Закон Российской Федерации от 24 июня 1999 г. № 120-ФЗ "Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних".
- Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2010 г. № 436-ФЗ "О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию".
- Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ.
- Постановление Правительства Российской Федерации от 26.10.2012 г. № 1101 "О единой автоматизированной информационной системе "Единый реестр доменных имен, указателей страниц сайтов в информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" и сетевых адресов, позволяющих идентифицировать сайты в информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", содержащие информацию, распространение которой в Российской Федерации запрещено". Согласно данному постановлению в соответствии с критериями оценки информации, утвержденными межведомственным приказом Роскомнадзора, ФСКН России и Роспотребнадзора от 11.09.2013 г. № 1022/368/666 проводится экспертиза ссылок в сети Интернет. При наличии запрещенной информации о способах совершения самоубийства и (или) призывов к их совершению принимается решение о блокировании данных ссылок;
- Концепция демографической политики Российской Федерации на период до 2025 г., утвержденная Указом Президента Российской Федерации от 9 октября 2007 г. № 1351. В Концепции предусмотрено сокращение уровня смертности от самоубийств за счет повышения эффективности профилактической работы;
- Национальная стратегия действий в интересах детей на 2012-2017 годы, утвержденная Указом Президента Российской Федерации от 01.06.2012 г. № 761
- "План реализации первоочередных мероприятий до 2014 года по реализации важнейших положений Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012-2017 годы", утвержденный распоряжением Правительства Российской Федерации от 15.10.2012 г. № 1916-р и "План мероприятий на 2015-2017 годы по реализации важнейших положений Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012-2017 годы", утвержденный распоряжением Правительства Российской Федерации от 05.02.2015 г. № 167-р. В числе мер по развитию политики формирования здорового образа жизни детей и подростков указана разработка системы первоочередных мер по предотвращению подросткового суицида, включая подготовку психологов в системе здравоохранения для работы с детьми и подростками с суицидальными наклонностями, а также организацию проведения психологическими службами образовательных учреждений профилактической работы с детьми, родителями, социальным окружением ребенка.
- Кодекс об административных правонарушениях Российской Федерации. За жестокое обращение с детьми (физическое, сексуальное, психическое (эмоционально дурное обращение) насилие, отсутствие заботы (пренебрежение основными потребностями ребенка)) в зависимости от его тяжести предусмотрено привлечение родителей к административной ответственности (ст. 5.35 КоАП РФ в виде штрафа);
- Уголовный кодекс Российской Федерации. Так как нанесение вреда здоровью может быть причиной суицидального поведения среди детей и подростков, предусмотрена уголовная ответственность (статьи 110, 115 - 118, 125, 156).

- Семейный кодекс Российской Федерации. За ненадлежащее исполнение родителями своих обязанностей предусмотрена гражданско-правовая ответственность в виде лишения родительских прав (ст. 69), ограничения (ст. 73), отобрания ребенка при угрозе его жизни и здоровья (ст. 77).
- Информационное письмо Минобрнауки России от 26.01.2000 г. № 22-06-86 "О мерах по профилактике суицида среди детей и подростков".
- Информационное письмо Минобрнауки России от 29.05.2003 г. № 03-51- 102ин/22-03 "О мерах по усилению профилактики суицида среди детей и подростков".
- Письмо Рособрнадзора от 20.09.2004 г. № 01-130/07-01 "О мерах по профилактике суицида среди детей и подростков".
- Рекомендации по ограничению доступа обучающихся к видам информации, распространяемой посредством сети "Интернет", причиняющей вред здоровью и (или) развитию детей, а также не соответствующей задачам образования. - М: Министерство образования и науки РФ, Министерство связи и массовых коммуникаций РФ, 2014.
- Письмо Департамента воспитания и социализации детей Министерства образования и науки РФ от 27.02.2012 г. № 06-356 «О мерах по профилактике суицидального поведения обучающихся».
- Письмо Департамента государственной политики в сфере защиты прав детей от 18.01.2016 г. № 07-149 "О направлении методических рекомендаций по профилактике суицида".
- Письмо Департамента государственной политики в сфере защиты прав детей «О принятии дополнительных мер в области психолого-педагогического сопровождения несовершеннолетних по профилактике суицидального поведения» от 25.05.2016 г. № 07-2284.
- Медицинская технология "Способ профилактики эмоциональных нарушений у учащихся образовательных учреждений Республики Алтай / Сост. Семенова Н.Б., Лаптева Л.В. - Красноярск, 2015.
- Типовая модель психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса, направленного на профилактику суицидального поведения обучающихся, включающего общественно-профессиональное обсуждение /Под руководством д.псих.н., профессора Н.Ю. Синягиной и к.псих.н., доцента О.И. Ефимовой. - М.: ФГБНУ «ЦПВиСППДМ», 2012.

Рисуем, обсуждаем проект:



Мы начинаем работать...



Наше богатство



Начинаем сажать цветы



Минутка отдыха



Возим чернозём





Садим гортензию



Делаем малые архитектурные изделия из цемента



Заготавливаем лозу





Плетём корзины



Наши результаты

