



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

пр. Перемоги, 10, м. Київ, 01135, тел. (044) 481- 32 -21, факс (044) 236-1049

E-mail: ministry@mon.gov.ua, код ЄДРПОУ 38621185

Від _28.03.14_ № _1/9-179_
На № _____ від _____

Міністерство освіти і науки, молоді та спорту
Автономної Республіки Крим, департаменти
(управління) освіти і науки обласних, Київської та
Севастопольської міських державних адміністрацій,

Щодо профілактики суїцидальних
тенденцій серед учнів

В Україні, як і в багатьох інших країнах, поширені самогубства серед дітей, підлітків та молоді.

Так, у 2013 році вчинено понад 130 самогубств. Тільки спочатку цього року 6 учнів загальноосвітніх та професійно - технічних навчальних закладів наклали на себе руки, із них 3 дітей - під час навчально-виховного процесу.

Надсилаємо інформаційно-методичні матеріали щодо профілактики суїцидальної поведінки для використання в роботі.

Додаток на 4 арк.

Заступник Міністра

П.Б.Полянський

Березіна Н.О. 491-32-31

Панок В.Г. 252-70-07

Гребницький Г.М.245-41-33

Система психологічної профілактики та корекції суїцидальної поведінки

Першочерговою умовою попередження самогубств серед учнів є ретельне психолого-педагогічне виявлення дітей, чиї особистісні риси створюють підвищений ризик суїциду, індивідуальна робота з цією категорією дітей, розробка системи профілактичних заходів, широка просвітницька робота з сім'ями (лист Міністерства освіти і науки України № 1/9-241 від 27.06.2001 р.).

Система роботи з профілактики суїциду має містити 7 компонентів:

1. Психологічна просвіта педагогів, батьків, учнів:

- створення у школі інформаційного куточка з методичною літературою, інформацією про телефон довіри, даними про адреси і режими роботи спеціалізованих лікарень, психологічних центрів допомоги, інших фахівців;
- проведення у школах психолого-педагогічних семінарів, консиліумів, майстер-класів запрошених фахівців на теми: «Емоційні розлади у дітей та підлітків», «Фактори, що впливають на суїцидальну поведінку підлітка», «Як підняти соціальний статус учня в групі», «Цінність особистості», «Як допомогти дитині при загрозі суїциду?», «Конфлікти між учителями і підлітками», «Вибір адекватних методів педагогічної дії»;
- під час підготовки до педрад проводиться вивчення психологічного клімату в учнівських колективах, виявлення соціального статусу учнів: лідерів чи відторгнутих;
- проведення індивідуальних консультацій з вчителями і батьками дітей із групи суїцидального ризику;
- організація роботи батьківського психологічного класу або Батьківського всеобучу з тем «У сім'ї – підліток», «Емоційні порушення у дітей», «Депресивні стани у підлітків», «Алкоголізм і наркоманія у підлітковому віці», «Психологія особистісних і міжособистісних конфліктів»;
- організація роботи груп зустрічей для батьків проблемних учнів (за потреби);
- проведення циклу бесід з учнями про цінність особистості й сенс життя; диспутів «Я – це Я», «Я маю право відчувати і висловлювати свої почуття», «Невпевненість у собі», «Конфлікти», «Підліток і дорослий», «Спілкування з дорослими», «Спілкування з однолітками протилежної статі», «Підліткові ініціації», «Основні проблеми підліткового віку», «Стрес і депресія».

2. Створення позитивного психологічного клімату в навчальному закладі й сім'ї - залучення учнів до громадської діяльності (спортивні змагання, клуби, товариства тощо), культурно-виховних заходів, які сприяють формуванню позитивних громадянських, естетичних почуттів, духовності учнів і педагогів.

3. Психологічна та педагогічна діагностика суїцидальних тенденцій:

- у процесі спостереження – звернення уваги педагогів на фактори ризику: спадковість; вербальна і фізична агресія; висока конфліктність у спілкуванні; прагнення до домінування або орієнтація на залежність; ізоляція або неприйняття однолітками; різкі зміни в

поведінці; низький або високий IQ; неадекватна самооцінка; несприятливе сімейне оточення; психотравматичні події (смерть близької людини, міжособистісний конфлікт, поганий вчинок, погані стосунки у сім'ї тощо); алкоголізм і наркоманія, асоціальний спосіб життя;

- **виявлення ознак емоційних порушень** – втрата апетиту або імпульсивне ненажерство, безсоння або підвищення сонливості впродовж останніх декількох днів; часті скарги на соматичні хвороби; незвичне неохайне ставлення до своєї зовнішності; постійне почуття самотності, непотрібності або суму; нудьга у звичайному оточенні або під час виконання роботи, яка раніше подобалася; втеча від контактів або ізоляція від друзів і сім'ї; порушення уваги із зниженням якості роботи; занурення у роздуми про смерть; відсутність планів на майбутнє; раптові напади гніву, навіть через дрібниці;

- **використання спеціальних психодіагностичних методик:**

1. Соціометрія і референтометрія.
2. Малюнкові тести ДДЛ і «Моя сім'я».
3. Методика Шуберта «Діагностика ступеня готовності до ризику».
4. Методика визначення нервово-психічної стійкості та ризику дезадаптації у стресі «Прогноз».
5. Багаторівневий особистісний опитувальник «АДАПТИВНІСТЬ» (МЛО-АМ).
6. Опитувальник депресивності Бека (Beck Depression Inventory – BDI).
7. Опитувальник оцінки душевного болю (автор Е.Шнейдман).
8. Модифікований опитувальний для ідентифікації типів акцентуацій характеру в підлітків (О. Лічко, С. Подмазін).
9. Карта виявлення ризику суїцидальності В. Прийменко.
10. Об'єктивна методика визначення типу темпераменту за Б. Цукатовим.
11. Тест на виявлення суїцидального ризику СР-45.
12. Тест на виявлення суїцидальних намірів (Н. Шваровська, О.Гончаренко, І. Мельникова).
13. Методика вивчення схильності до суїцидальної поведінки (М. Горська).
14. Методика діагностики соціально-психологічної адаптації (К. Роджерс і Р. Раймонд) та методика «Наскільки адаптований ти до життя?» (А. Фурман).
15. Шкала депресії (адаптація Г.Балашова).
16. Методика діагностики рівня суб'єктивного відчуття самотності (Д.Расел і М. Фергюсон).

Даний банк методик має бути наявний у кожного практичного психолога навчального закладу.

- Психологічне консультування учнів.
- Психолого-педагогічна корекція суїцидальних тенденцій:
- навчання технік керування емоціями, зняття м'язового й емоційного напруження;
- навчання конструктивних поведінкових реакцій у проблемних ситуаціях (тренінг проблемно-вирішальної поведінки (Д. Романовська);
- розвиток позитивної самооцінки цінності особистості, її соціального статусу в групі, тренінги особистісного зростання;

- консультативна робота з батьками, педагогами, учнями, спрямована на зняття факторів, що спонукають чи провокують суїцид.

6. Систематичний контроль і врахування динаміки змін в особистості та поведінці учнів - постійний моніторинг ознак, тенденцій, ризиків суїцидальної поведінки на всіх етапах роботи психолога.

7. При потребі – переадресування суїцидальної справи спеціалістам медичного профілю - рекомендація відвідати дитячого психоневролога, психотерапевта, психіатра.

Десять кроків із запобігання самогубства у шкільному середовищі (поради дорослому)

Якщо ви виявили дитину із ознаками суїцидальної поведінки:

Крок 1-й: Повідомити органи управління освітою та обласний науково-методичний центр практичної психології і соціальної роботи.

Крок 2-й: Практичному психологу (у разі його відсутності соціальному педагогу) спільно з класним керівником створити безпечну, особистісно-орієнтовану і довірливу ситуацію навколо дитини і розпочати постійний щоденний контакт з дитиною (спілкування з використанням запитань «Що трапилося?, Я помітив, що у тебе щось відбувається негаразд, Які проблеми тебе турбують – я хочу тобі допомогти, Що у тебе на душі? Що тебе турбує? Твоя душа болить?» тощо). Знайдіть час слухати про все, що буде говорити дитина. Якщо вона замкнулася – знайдіть ключик до неї, але не чиніть тиску на дитину.

Крок 3-й: Переможіть страх над собою і поговоріть з дитиною, чи думала вона про смерть, як давно і які були її фантазії, думки, плани.

Крок 4-й: Спробуйте визначити ту складну кризову ситуацію, яка спричинила думки про власну смерть.

Крок 5-й: З'ясуйте, чи є в родині підлітка дорослий, якого він поважає і любить, який є авторитетом або соціально близькою людиною. Знайдіть її і залучіть до постійної підтримки на певний час.

Крок 6-й: Практичному психологу, на основі своїх робочих даних, описати «Психологічний портрет школяра» та спільно з індивідуальною карткою подати для експертного прогностичного висновку в обласний науково-методичний центр практичної психології і соціальної роботи по факту виявлення ознак суїцидальної поведінки.

Крок 7-й: У випадку наявних випадків суїцидів у родині, попередніх суїцидальних спроб, вживання наркотиків і інших токсичних речовин, наявних психопатичних або депресивних розладів особистості, патології психічного розладу – обґрунтовано і толерантно рекомендувати батькам звернутися до психіатра, або психотерапевта, або психоневролога.

Крок 8-й: Практичному психологу школи організувати щоденне постійне підтримуюче спілкування з дитиною, вчителями та сім'єю. Розробити індивідуальну програму психологічної допомоги та формування захисних антисуїцидальних факторів. У випадку відсутності відповідних вмінь і навичок у працівника психологічної служби – його обов'язок знайти кваліфікованого фахівця і залучити до роботи аж до повного зникнення суїцидальних ознак в поведінці.

Крок 9-й: Виявити фактори ризику у сім'ї та школі для конкретної дитини. Розробити рекомендації для педагогів та родини – як організувати підтримуюче спілкування з дитиною та що змінити у взаємостосунках «дорослий – дитина».

Крок 10-й: Організувати психопрофілактичну роботу у школі за 7-ми компонентною схемою (вказана вище). Затвердити план дій наказом по школі.

P.S. У випадку завершеного суїциду організувати системну групову роботу (40-годин) з класом, де навчалася дитина, для уникнення ефекту Вертера – наслідування суїцидальної поведінки у проблемних ситуаціях.

Література:

1. Жезлова Л.Я. К вопросу о самоубийствах детей и подростков //Актуальные проблемы суицидологии. – М., 1978.
2. Исаев Д.Н. Предупреждение реакций дезадаптации (кризисных ситуаций) //Психология детей с нарушениями и отклонениями психологических реакций. – СПб: Питер, 2001.
3. Личко А.Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков. – М.: Медицина., 1983.
4. Максимова Н.Ю., Мілютіна К.Л., Піскун В.М. Основи дитячої патопсихології. – К.: Перун, 1996.
5. Подмазин С.И. Как помочь подростку с «трудным характером». – К.. 1996.
6. Рибалка В.В. Психологічна профілактика суїцидальних тенденцій проблемної особистості. – К.: Шкільний світ, 2009. – 128 с. – (Бібліотека «Шкільного світу»).
7. Романовська Д. Д. Технології роботи з батьками. – К.: Главник, 2007 – 128с. – (Бібліотечка соціального працівника).
8. Трусова С.М. Соціально-психологічні передумови та профілактика суїцидальної поведінки підлітків та юнацтва. – К., 2000.
9. Шебанова С.Г. Мотивація суїцидальної поведінки неповнолітніх як об'єкт комплексного соціо-психологічного обстеження //Актуальні проблеми суїцидології: Збірн. наук. праць. – К., 2002. – Ч. I. – 156 с.