**Программа по предупреждению аутодиструктивного поведения и вторичной профилактики суицидов среди несовершеннолетних.**

**Оглавление**

Введение…………………………………………………………………….…...3

1. Пояснительная записка……………………………………………………....5

2. Характеристика содержания программы…………………………….........8

3. Виды работ по вторичной профилактике аутодиструктивного

поведения……………………………………………………………………….11

4. Структура работы по вторичной профилактике аутодиструктивного поведения…………………………………………………………………….....12

5. План вторичной профилактики аутодиструктивного поведения……. ....13

Заключение…………………………………………………………………......19

Список литературы……………………………………………………............20

**Введение.**

В возрастной психологии подростковый период является сложным кризисным периодом. Основным новообразование подросткового возраста является «чувство взрослости» которое характеризуется появлением новых смыслов, ценностей, однако они не возникают моментально, что и составляет трудность возраста. Ведущей деятельностью этого периода является интимно – личностное общение со сверстниками. Для подростка в этот момент самым важным представляется быть принятым его окружением. Как следствие возможно появление не только внутреннего конфликта самим с собой, но и большого количества конфликтов с окружающими людьми. Часто ребенок не может решить такой конфликт самостоятельно, и не в силах объяснить его окружающим.

Самоубийство подростка может являться результатом того, что «крик о помощи» не был услышан окружающими вовремя, а также юноши и девушки прибегнув к такому поступку, могут пытаться привлечь к себе внимание. Почву для аутодиструктивного поведения составляет излишняя чувствительность и эмоциональность свойственная молодым людям в этот период, а также внушаемость и стремление подражать другим людям.

В соответствии с этим необходимым является не только профилактика аутодиструктивного поведения – предупреждение суицидальных тенденций, а также вторичная профилактика для окончательного устранения негативных признаков, предпосылок аутодиструктивного поведения.

**Ожидаемый результат:** Закрепление позитивной, уверенной модели поведения личности в подростковом возрасте в результате активизации ведущей деятельности периода, развитие эффективных коммуникативных навыков, повышение самооценки, а также прояснение и обсуждение возможных конфликтных ситуаций со сверстниками и взрослыми людьми.

**Цель:** Предотвращения аутодиструктивного поведения, снятие острого кризиса.

**Задачи:**

1. Осуществить психологическую диагностику для выявления ярко выраженных черт характера, возможной предрасположенности подростка – акцентуанта к отклоняющемуся поведению.

2. Провести психологическое консультирование учащихся, родителей, педагогов.

3. Осуществить тематические беседы, направленные на обсуждение «острых» социальных вопросов.

4. Развитие эффективных навыков общения

5. Повышение уровня самооценки

6. Прояснение и обсуждение возможных конфликтных ситуаций со сверстниками и взрослыми людьми.

**Методы:** психологическое тестирование; беседа; групповая дискуссия; мини – лекции; ролевые игры; игры на интенсивное физическое взаимодействие; работа участников в парах, тройках.

**1. Пояснительная записка**

В подростковом возрасте общение с родителями, учителями и другими взрослыми начинает складываться под влиянием основного новообразования периода «чувства взрослости». Эта «взрослость» часто вырисовывается для молодых людей в отрицательном плане как требование свободы и независимости от ограничении, что может переходить в явный «подростковый бунт» требующий выхода из конфликтной ситуации с окружением.

Суицид определяется как умышленное самоповреждение со смертельным исходом. Психологический смысл аутодиструктивного поведения заключается в отреагировании аффекта, снятии эмоционального напряжения, уход от травмирующей человека ситуации.

Уход из жизни в подростковом возрасте отличается от лишения себя жизни взрослыми людьми. А. Г. Амбрумовская рассматривает суицид как следствие социально- психологической дезадаптации личности в условиях переживаемого ею микросоциального конфликта.

О приближении суицида свидетельствует пресуицидальный период, который может продолжаться от нескольких секунд до нескольких лет. Он проявляется и у взрослых людей имеющих тенденцию к суицидальному поведению в трудных жизненных ситуациях. У подростка переживающего пресуицидальный период присутствуют недеференцированные мысли, рассуждения об отсутствии ценностей жизни, они могут сопровождаться формулировками типа – «Жить незачем», «Жить не стоит, я устал от такой жизни», «Мне все надоело» и т.п. Затем появляются суицидальные мысли, которые сводятся к фантазиям, представлениям о лишении себя жизни. Последствия таких фантазий и представлений могут привести подростка к осознанному желанию умереть. У него может появиться суицидальный замысел, ребенок начинает обдумывать план суицида, придумывать способ, а также время и место запланированного действия.

По мнению Э. Шнеймана существуют общие черты, которые свойственны подросткам принявшим решение уйти из жизни:

1.Общая цель – поиск решения проблемной ситуации;

2.Общий стимул – невыносимая душевная боль;

3. Общая негативная эмоция – беспомощность, безнадежность;

4. Общее двойственное отношение к суициду – каждый подросток, желая умереть, хочет, что бы его спасли;

5. Общие действия – бегство, агрессия.

 Общей закономерностью является проявление в некоторой степени этих параметров в стиле поведения человека.

Следует отметить, что на разных этапах подросткового возраста формирование и проявление аутодиструктивного поведения является различным, и определяется физиологией, спецификой личностных и поведенческих качеств молодых людей.

В младшем подростковом возрасте попытка ухода из жизни часто является предлогом избежать конфликта, выйти, таким образом, из конфликтной ситуации. Суицидальная попытка не планируется заранее, ребенок может воспользоваться первым, попавшимся под руку предметом. Все это совершается младшим школьником под угрозой наказания, которого он стремится избежать любым способом. Подростки среднего возраста являются наиболее импульсивными, эмоционально неустойчивыми их попытки обычно демонстративные, преследующие цель во что бы то не стало наказать своего обидчика или всех окружающих его людей. Часто попытки подростков среднего возраста могут иметь тяжелые медицинские последствия. Для младших подростков наиболее опасными являются проблемы в семье, для средних более рискованны конфликты со сверстниками.

В сложившийся ситуации необходимым является своевременно выявление признаков суицида в подростковом возрасте, введение обязательной профилактической работы, а также вторичной профилактике аутодиструктивного поведения.

**2. Характеристика содержания программы**

Программа разработана в связи с необходимость вторичной профилактики аутодиструктивного поведения. Контроль за реализацией программы возложен на администрацию школы, связующим звеном является педагог – психолог. В качестве отчета о проделанной работе предоставляется анализ результатов вторичной профилактики.

В реализации программы психолого – педагогического сопровождения задействованы:

- администрация школы;

- педагог – психолог;

- социальный педагог;

- классный руководитель.

Продолжительность программы – 1 год.

**Ожидаемый результат:**

Закрепление позитивной, уверенной модели поведения личности в подростковом возрасте в результате активизации ведущей деятельности периода, развитие эффективных коммуникативных навыков, повышение самооценки, а также прояснение и обсуждение возможных конфликтных ситуаций со сверстниками и взрослыми людьми.

**Задачи:**

1. Осуществить психологическую диагностику для выявления ярко выраженных черт характера, возможной предрасположенности подростка – акцентуанта к отклоняющемуся поведению.

2. Провести психологическое консультирование учащихся, родителей, педагогов.

3. Осуществить тематические беседы, направленные на обсуждение «острых» социальных вопросов.

4. Развитие эффективных навыков общения

5. Повышение уровня самооценки

6. Прояснение и обсуждение возможных конфликтных ситуаций со сверстниками и взрослыми людьми.

**Принципы программы:**

1. Неукоснительное соблюдение психолого- педагогической этики;

2. Владение необходимым минимумом знаний по психологии развития, в области подросткового суицида, владение соответствующими приемами индивидуальной психокоррекционной работы, лечебной педагогики и психотерапии;

3. Активный патронаж семьи, где проживает ребенок;

4. Формирование у подростков таких понятий как «ценность человеческой жизни», «цели и смысл жизни», а также индивидуальных приемов психологической защиты в сложных жизненных ситуациях;

5. Повышение стрессоустойчивости путем «проигрывания» подростками сложных жизненных ситуаций, формирование готовности к преодолению жизненных сложностей;

6. Психологическая помощь семье и ребенку в случае повторного возникновения признаков аутодиструктивного поведения.

**3. Виды работ по вторичной профилактике аутодиструктивного поведения**

1. Психологическая диагностика (индивидуальная)

2. Психологическое консультирование (групповое, для учащихся восьмых классов, родителей, педагогов)

3. Психолого-педагогическое просвещение (развитие психолого- педагогической компетентности учащихся восьмых классов)

4. Коррекционно – развивающая работа (групповая работа, проведение занятий с элементами тренинга)

5. Аналитическая работа (предоставление отчета о результатах работы)

**4. Структура работы по психолого – педагогическому сопровождению.**

В сентябре проводиться индивидуальная диагностика выраженных черт характера по методике «Акцентуации характера» К. Леонгарда, методика «Индивидуально – типологический детский опросник» Л. Н. Собчик направленная на выявление выраженности индивидуально – типологических свойств личности.

Проведение психологических консультаций для учащихся восьмых классов, педагогов задействованных в работе с ними.

Просветительско – профилактическая работа представлена тематическими беседами с учащимися восьмых классов общеобразовательной школы в рамках единого антинаркотического урока «Умей сказать нет». В рамках Международного дня телефона доверия запланирована беседа «Меня услышат».

Коррекционно – развивающая работа осуществляется по программе А. Г. Лидерса « Развитие навыков общения в подростковом возрасте». Занятия с элементами тренинга направлены на развитие и укрепление навыков общения, обсуждение возможных проблем возникающих в отношениях со сверстниками, а также взрослыми людьми.

Аналитическая работа заключается в предоставлении отчета по всем видам вторичной профилактики аутодиструктивного поведения.

**5. План вторичной профилактики аутодиструктивного поведения.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Мероприятие | Предполагаемый результат | Сроки проведения | Ответственный |
| 1. | Психологическая диагностика |
| 1.1 | Диагностика выраженных черт характера по методике «Акцентуации характера» К. Леонгарда;  | Диагностика выраженных черт характера для общего психологического портрета учащегося, а также предрасположенности подростка – акцентуанта к отклоняющемуся поведению. | Сентябрь | Педагог – психолог «МБОУ СОШ № 70» Скорых А. Д. |
| 1.2 | Диагностика выявления выраженности индивидуально – типологических свойств личности по методике Л. Н. Собчик «ИТДО»  | Диагностика выявления выраженности индивидуально – типологических свойств личности, их возможной предрасположенности к отклоняющемуся поведению. |
| 2 | Психологическое консультирование |
| 2.1 | Психологическая консультация для учащихся | Прояснение необходимости вторичной профилактики аутодиструктивного поведения, консультирование по появившимся вопросам.  | Октябрь / Ноябрь |
| 2.2 | Психологическая консультация для родителей | Обучение родителей умению определять риски аутодиструктивного поведения у детей и оказывать семейную поддержку ребенку в трудной жизненной ситуации. |
| 2.3 | Психологическая консультация для педагогов | Необходимость оптимизации межличностных отношений в детском коллективе. Опора на ценностное воспитание обучающихся. |
| 3. | Просветительско – профилактическая работа |
| 3.1 | Тематическая беседа с обучающимися восьмых классов «Умей сказать нет» в рамках единого антинаркотического урока. | Закрепление позитивной, уверенной модели поведения в ситуации выбора по программе А. Г. Лидерса «Развитие навыков общения в подростковом возрасте» | Октябрь |
| 3.2 | Тематическая беседа с обучающимися восьмых классов «Меня услышат» в рамках Международного дня телефона доверия. | Появление чувства защищенности, осознание того что тебя понимают для профилактики закрепления негативных предпосылок аутодиструктивного поведения. | Май |  |
| 4 | Коррекционно - развивающая работа |
| 4.1 | Занятия с элементами тренинга по программе А. Г. Лидерса «Развитие навыков общения в подростковом возрасте» | Профилактика аутодиструктивного поведения в подростковом возрасте через активизацию ведущей деятельности – общения. Занятия с элементами тренинга направлены на развитие и укрепления навыков общения, обсуждение возможных проблем со сверстниками, а также взрослыми людьми. | Октябрь / Ноябрь |

**Заключение**

Подростковый возраст является сложным периодом развития человека. При переходе из детства на новую ступень, у молодых людей еще нет наиболее определенных представлений о ценностях жизни, ее смысле. В связи с проявлением в периоде излишней чувствительности и эмоциональности, наличии недостаточно эффективных для построения полноценного межличностного взаимодействия навыков общения молодые люди могут столкнуться с «неразрешимыми» по их мнению, ситуациями, которые могут привести к обострению кризиса - появлению предпосылок, признаков аутодиструктивного поведения в подростковом возрасте.

Наиболее важным при проведении психологической работы является психологическая диагностика характера ребенка, его личностных свойств, своевременная профилактика, а также вторичная профилактика аутодиструктивного поведения. Программа А. Г. Лидерса направленная на развитие и укрепление навыков общения, повышение самооценки, а также позволяет в ролевой игре «пережить» различные ситуации межличностных конфликтов, ситуации, где необходимо умение «сказать нет» внешнему давлению сверстников или сложившимся обстоятельствам. Проведение тематических бесед способствует появлению чувства защищенности, осознание того что тебя понимают необходимое для ребенка подросткового возраста.

**Список литературы**

1. Алимова М. А. Суицидальное поведение подростков: диагностика, профилактика, коррекция // М. А. Алимова. – Барнаул: «Моя книга» 2014.- 100 С.

2. Обухова Л. Ф. Детская психология // Л. Ф. Обухова – М.: «Российское педагогическое агентство» 1996. – С.175 – 257.

 3. Лидерс А. Г. Психологический тренинг с подростками // А. Г. Лидерс. – М.: «Академия» 2001. – 256 С.