

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
школа № 203
Красносельского района Санкт-Петербурга
(ГБОУ школа № 203 Красносельского района Санкт-Петербурга)**

**УТВЕРЖДЕН
Приказом от «19» сентября 2025
№ 777-од**

**План мероприятий по профилактике
суицидального поведения несовершеннолетних
на 2025-2026 учебный год**

Санкт-Петербург

Пояснительная записка

План мероприятий по профилактике суицидального поведения несовершеннолетних в ГБОУ школа № 203 разработан в соответствии с Распоряжением Комитета по образованию от 22.08.2025 № 962-р «Об утверждении Плана мероприятий по профилактике суицидального поведения несовершеннолетних, обучающихся в государственных образовательных учреждениях, находящихся в ведении Комитета по образованию и администраций районов Санкт-Петербурга, на 2025-2026 учебный год».

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. Чаще всего самоубийства 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, внутриличностные конфликты и т.п. Проблема детских суицидов присуща как неблагополучным семьям, так и семьям с внешними признаками социального и финансового благополучия.

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.

Цель:

Повышение профилактического потенциала образовательного пространства, организация профилактической работы по предупреждению суицидальных действий

среди детей и подростков, развитие стрессоустойчивости, формирование позитивного мышления и мировосприятия, сохранение и укрепление психического здоровья обучающихся.

Задачи:

- выявление детей «группы риска», обучение данной группы методам релаксации и саморегуляции;
- межведомственное взаимодействие со специалистами различных учреждений и организаций;
- пропаганда здорового образа жизни, формирование у учащихся позитивного образа Я;
- формирование навыков жизнестойкости, позитивного мышления, мировосприятия и мотиваций у учащихся;

Принципы реализации:

- Принцип ценности личности, заключающийся в самоценности ребенка;
- Принцип уникальности личности, состоящий в признании индивидуальности ребенка;
- Принцип приоритета личностного развития, когда обучение выступает не как самоцель, а как средство развития личности каждого ребенка;
- Принцип ориентации на зону ближнего развития каждого ученика;
- Принцип эмоционально-ценностных ориентаций учебно-воспитательного процесса;

Ожидаемый результат:

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.

Содержание:

Исходя, из цели и задач плана работа проводится по следующим направлениям:

1. Выявление и реабилитация детей «группы риска» и семей, находящихся в социально-опасном положении:

- диагностика – тесты на определение личностной и реактивной тревожности, подверженности стрессу;
- создание базы данных по социально неблагополучным семьям, детям, склонным к суицидальному поведению;
- проведение профилактических мероприятий, направленных на снижение суицидального риска;

2. 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 школе:

Оптимизация учебной деятельности учащихся, вовлечение учащихся в социально-значимые виды деятельности, организация школьного самоуправления, формирование установок у учащихся на самореализацию в социально-одобряемых сферах жизнедеятельности (культуре, спорте, искусстве, науке и др.).

Словарь терминов:

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

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

Суицидальная попытка – это целенаправленное действия по лишению себя жизни, не закончившиеся смертью.

Суицид – самодеструктивное поведение человека, направленное на намеренное лишение себя жизни.

ПЛАН
мероприятий по профилактике суицида несовершеннолетних

Работа с учащимися			
№	Содержание работы	Сроки	Ответственный
1.	1-11 классы: Выявление несовершеннолетних и их семей, оказавшихся в сложной жизненной ситуации, в социально-опасном положении	С сентября по май	Классные руководители Социальные педагоги Педагоги-психологи
2.	1-11 классы: Исследования социального статуса семей учащихся. Составление социального паспорта класса и школы	Сентябрь	Классные руководители Социальные педагоги
3.	1-11 классы: Составление базы данных по социально-неблагополучным семьям	Сентябрь - октябрь	Зам. директора по ВР Социальные педагоги
4.	1-11 классы: Проведение индивидуальных профилактических мероприятий с семьями социального риска	С сентября по май	Социальные педагоги
5.	1-11 классы: Распространение информации о работе общероссийского Телефона доверия, службах экстренной психологической помощи, интернет-ресурсах, оказывающих психологическую помощь в кризисных ситуациях	С сентября по май	Социальные педагоги Педагоги-психологи Классные руководители Советник по воспитанию
6.	Беседы, информационные часы, занятия с элементами тренинга, направленные на формирование позитивного мышления, мировосприятия и мотиваций, принципов здорового образа жизни, навыков асертивного поведения, умения конструктивного разрешения конфликтов, развитие социальной уверенности: 1-4 классы: - Способы регуляции эмоциональными состояниями - Дружба – главное чудо - Общение и конфликты - Наши чувства и действия - Учимся понимать переживания родных и близких нам людей	С сентября по май	Классные руководители Социальные педагоги Педагоги-психологи

	<ul style="list-style-type: none"> - Безопасность в сети Интернет - Почему трудно признавать свою вину - Я успешен - Я управляю стрессом 5-8 классы - Выявление страхов - Безвыходных ситуаций нет - Обидчивость, несдержанность, раздражительность - Наша дружная семья - Мы и социальные сети - Я успешен - Ценность человеческой жизни - Цели и смысл жизни - Почему трудно признавать свою вину 9-11 классы - Если чувствуешь себя одиноким - Как бороться с плохим настроением - Что делать, если тебя никто не хочет слушать и не понимает - Как научиться не ссориться с родителями - Конструктивные способы решения конфликтов - Безвыходных ситуаций нет - Стресс в жизни человека способы борьбы со стрессом - Способы саморегулирования эмоционального состояния - Как сказать НЕТ! - Буллинг, кибербуллинг, скулшутинг - Экзамены, профилактика деструктивного стресса - Почему возникает предэкзаменационная тревога - Скоро экзамен. Как лучше психологически подготовиться к нему 		
7.	<p>1-11 классы: Развивающие занятия, направленные на повышение уровня кибербезопасности и цифровой грамотности, безопасности в социальных сетях.</p>	С сентября по май	Классные руководители, Социальные педагоги, Педагоги-психологи
8.	<p>1-11 классы: Коррекционно-развивающая работа с дезадаптированными учащимися</p>	С сентября по май	Социальные педагоги, Педагоги-психологи

9.	1-11 классы: Вовлечение учащихся, и учащихся «группы риска» в социально-значимую деятельность в соответствии с их способностями и интересами к внеурочной деятельности и мероприятиям школы (деятельность волонтерских и добровольческих организаций, кружки, секции, акции, конкурсы, фестивали и т.п.)	С сентября по май	Классные руководители, Социальные педагоги, Советник по воспитанию
10.	7-11 классы: Правовые классные часы: - что ты должен знать об УК РФ - уголовная ответственность несовершеннолетних - знаешь ли ты свои права и обязанности	С сентября по май	Социальный педагог
11.	1-11 классы: Психолого-педагогическая поддержка учащихся - индивидуальные психологические консультации, направленные на профилактику суицидальных настроений и формирование позитивного мировоззрения, консультации детей ветеранов (участников) СВО.	С сентября по май	Педагоги - психологи
12.	1-4 классы: Выставка рисунков «Здоровым быть здорово!»	Ноябрь	Классные руководители
13.	5-6 классы: Выставка рисунков «Я счастлив, когда...»	Декабрь	Классные руководители
14.	1-11 классы: «10 сентября Всемирный день предотвращения самоубийств» Классный час: «Жизнь прекрасна», направленный на развитие жизнеутверждающих установок, оптимизма.	Сентябрь	Классные руководители
15.	1-11 классы: Классный час «Телефон Доверия» «17 мая Международный день Детского телефона доверия» Информирование несовершеннолетних о действующих службах экстренной психологической помощи и членам их семей в кризисных ситуациях.	Сентябрь, ноябрь, март, май	Педагоги-психологи, Классные руководители, Социальные педагоги
16.	1-11 классы: Коррекционно-развивающая работа,	С сентября по	Педагоги-психологи, Социальные педагоги

	направленная на формирование критического мышления, навыков жизнестойкости, стрессоустойчивости, ценностному отношению к жизни	май	
17.	1-11 классы: Проведение Советов по профилактике правонарушений несовершеннолетних по вопросам профилактики аутоагрессивного поведения учащихся, и заседаний Службы медиации по разрешению межличностных конфликтов	С сентября по май	Зам. по ВР, Социальные педагоги, Педагоги-психологи, Классные руководители
Работа с педагогами			
1.	Разработка памяток для педагогов по вопросам раннего выявления и профилактики деструктивного поведения детей и подростков: - Профилактика вовлеченности несовершеннолетних в деструктивные группы - Профилактика семейного неблагополучия и суицидального поведения несовершеннолетних - Телефон доверия – экстренная помощь - Некоторые причины и формы проявления невротических расстройств у подростков	Октябрь - апрель	Педагоги-психологи Социальные педагоги
2.	Индивидуальные консультации классных руководителей «Благоприятный психологический климат в классе», во вопросам наблюдения и мониторинга состояния детей ветеранов (участников) СВО	С сентября по май	Педагоги-психологи, Социальные педагоги, Зам. директора по ВР
3.	Методическая работа с классными руководителями начального, среднего и старшего звена по проведению классных часов, направленных на формирование жизнеутверждающих установок у учащихся	С сентября по май	Педагоги-психологи, Социальные педагоги
4.	Лекторий в рамках МО классных руководителей, Недели психологии: - Трудности адаптации пятиклассников - Как помочь детям справиться с горем - Как сформировать положительные привычки у подростков - Профилактика суицидального поведения среди школьников	С сентября по май	Педагоги-психологи, Социальные педагоги, Зам. директора по ВР

	<ul style="list-style-type: none"> - Агрессия ее причины и последствия - Первые проблемы подросткового возраста - Помощь в кризисных ситуациях - Стрессовые состояния во время экзаменов - Буллинг, кибербуллинг как социально-педагогическая проблема - Проблема правонарушений. Социально-педагогическая деятельность в работе с детьми «группы риска» 		
5.	Организация работы с учащимися в каникулярное время	Каникулярное время	Зам. директора по ВР, Советник по Воспитанию, Социальные педагоги, Классные руководители
6.			
Работа с родителями (законными представителями)			
1.	Индивидуальная работа с семьями, попавшими в трудную жизненную ситуацию, поддержка семей ветеранов (участников) СВО	С сентября по май	Классные руководители, Социальные педагоги, Педагоги-психологи, Зам. по ВР
2.	Размещение на сайте школы на странице педагогов-психологов памяток: <ul style="list-style-type: none"> - телефон доверия для детей и родителей - по вопросам выявления ранних признаков суицидального поведения у несовершеннолетних - признаки депрессии у подростков - как защитить ребенка от интернет-рисков 	Сентябрь	Педагоги-психологи
3.	Психологическое просвещение родителей (законных представителей): <ul style="list-style-type: none"> - психологические особенности периода адаптации учащихся 1, 5, 10 классов - негативные стили воспитания в семье - способы распознавания вступления несовершеннолетних в сообщества, где манипулируют его сознанием - профилактика суицидального поведения несовершеннолетних, необходимость своевременного обращения к психологам 	С сентября по май	Педагоги-психологи Социальные педагоги

	<ul style="list-style-type: none"> - взаимодействие школы и семьи как необходимое условие успешной социализации личности - уголовная ответственность родителей и несовершеннолетних 		
4.	<p>Подготовка памяток для родителей учащихся начальной школы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - стили семейного воспитания - родительский авторитет - особенности общения с ребенком в семье - конструктивные детско-родительские отношения 	Октябрь-апрель	Педагоги-психологи начальной школы
5.	<p>Подготовка памяток для родителей подростков:</p> <ul style="list-style-type: none"> - успешное прохождение конфликтов с подростками - психологические рекомендации родителям при сдаче ОГЭ и ЕГЭ - как помочь ребенку при подготовке к экзаменам - как помочь ребенку в трудной жизненной ситуации 	Октябрь-апрель	Педагоги-психологи средней и старшей школы
6.	Индивидуальные консультации родителей (законных представителей) по вопросам выявления и профилактики суицидального поведения несовершеннолетних	С сентября по май	Педагоги-психологи, Социальные педагоги
7.	Информирование родителей о действующих службах экстренной психологической помощи детям и членам их семей, детском телефоне доверия, интернет-ресурсах, оказывающих психологическую помощь в кризисных ситуациях	С сентября по май	Педагоги-психологи, Социальные педагоги, Классные руководители
Диагностика учащихся			
1.	1, 5, 10 классы: Диагностика адаптации учащихся к новым условиям обучения	Октябрь	Педагоги-психологи

2.	7-11 классы: Социально-психологическое тестирование учащихся	Октябрь	Социальный педагог, Педагоги -психологи
3.	5-11 классы: Методики определения степени риска совершения суицида: Опросник для подростков (от 11 лет и старше) (переработанный опросник Columbia DISC Depression Scale) либо Опросник суицидального риска в модификации Т.Н. Разуваевой (по запросу)	С сентября по май	Педагог-психолог средней и старшей школы
4.	1-11 классы: Психологическая диагностика (наблюдение, анкетирование, тестирование) в контексте проблемы: <ul style="list-style-type: none"> • взаимоотношения в классе (социометрия); • изучение личностного развития обучающихся с целью профилактики нарушений в развитии личности (толерантность, самооценка и уровень притязаний, тревожности, мотивация, психоэмоциональная уязвимость) • исследование уровня стрессоустойчивости и тревожности учащихся 9-11 классов 	С сентября по май	Педагоги-психологи
Межведомственное взаимодействие с учреждениями и организациями			
1.	Взаимодействие с КДН, ЦПМСС, КЦСОН и пр. Красносельского района	С сентября по май	Социальные педагоги