Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение школа № 203 Красносельского района Санкт-Петербурга



Подписано цифровой подписью: Карягин Сергей Николаевич
DN: c=RU, st=г. Санкт-Петербург, l=г. Санкт-Петербург, title=Директор, o=ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА №203 КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, 1.2.643.100.3=120B303938363436393038343 1, 1.2.643.3.131.1.1=120C373832303130353630333430, email=ck.80@mail.ru, givenName=Сергей Николаевич, sn=Карягин, cn=Карягин Сергей Николаевич

Утверждено
Приказом № 811-од от 01.09.2026

План (дорожная карта)
по профилактике суицидального поведения несовершеннолетних
на 2026-2027 учебный год
в государственном бюджетном общеобразовательном учреждении школе № 203 Красносельского района Санкт-Петербурга
(начальное общее образование)

Санкт-Петербург
2026

Пояснительная записка

План мероприятий по профилактике суицидального поведения несовершеннолетних в ГБОУ школа № 203 разработан в соответствии с Распоряжением Комитета по образованию от 27.08.2026 № 1077-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 2026-2027 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.

Профилактика суицидального поведения подростков. Формирование жизнестойкости обучающихся					
1. Работа с учащимися					
№ п/п	**События**	**Классы**	**Сроки**	**Ответственные**	**Отметка о проведении (ссылки на публикации, аналитическая справка)**
1	Выявление несовершеннолетних и их семей, оказавшихся в сложной жизненной ситуации, в социально-опасном положении	1-4	1-4 в течение учебно	педагоги-психологи, социальные педагоги,классные руководители	
3	Исследования социального статуса семей учащихся. Составление социального паспорта класса и школы	1-4	сентябрь 2026	социальные педагоги,классные руководители	
4	Составление базы данных по социально-неблагополучным семьям	1-4	сентябрь 2026, актуализация базы ежемесячно	заместители директора по ВР, социальные педагоги	
5	Распространение информации о работе общероссийского Телефона доверия, службах экстренной психологической помощи, интернет-ресурсах, оказывающих психологическую помощь в кризисных ситуациях	1-4	1-4 в течение учебного года	педагоги-психологи, социальные педагоги,классные руководители, советник по воспитанию	
6	6Беседы, информационные часы, занятия с элементами тренинга, направленные на формирование позитивного мышления, мировосприятия и мотиваций, принци-пов здорового образа жизни, навыков ассертивного поведения, умения кон-структивного разрешения конфликтов, развитие социальной уверенности: - Выявление страхов - Безвыходных ситуаций нет	1-4	1-4 в течение учебного года	педагоги-психологи, социальные педагоги,классные руководители	

	- Обидчивость, несдержанность, раздражительность - Наша дружная семья - Мы и социальные сети - Я успешен - Ценность человеческой жизни - Цели и смысл жизни - Почему трудно признавать свою вину - Экзамены, профилактика деструктивного стресса - Почему возникает предэкзаменационная тревога - Скоро экзамен. Как лучше психологически подготовиться к нему				
7	Развивающие занятия, направленные на повышение уровня кибербезопасности и цифровой грамотности, безопасности в социальных сетях.	1-4	1-4 в течение учебно	педагоги-психологи, социальные педагоги,классные руководители	
8	Коррекционно-развивающая работа с дезадаптированными учащимися	1-4	1-4 в течение	педагоги-психологи, социальные педагоги	
9	Вовлечение учащихся, и учащихся «группы риска» в социально-значимую деятельность в соответствии с их способностями и интересами к внеурочной деятельности и мероприятиям школы: (Акции, проекты, выставки, игры, соревнования и т.д. согласно плану в разделе "Общешкольные мероприятия")	1-4	1-4 в течение учебного года	классные руководители, социальные педагоги, Советник по воспитанию	
11	Психолого-педагогическая поддержка учащихся - индивидуальные психологические консультации, направленные на профилактику суицидальных настроений и формирование позитивного мировоззрения, консультации детей ветеранов (участников) СВО.	1-4	1-4 в течение учебно	педагоги-психологи	
12	«10 сентября Всемирный день предотвращения самоубийств». Классный час: «Жизнь прекрасна», направленный на	1-4	сентябрь 2026	классные	

	жизнеутверждающих установок, оптимизма.			руководители	
13	Информирование несовершеннолетних о действующих службах экстренной психологической помощи и членам их семей в кризисных ситуациях.	1-4	1-4 сентябрь, ноябрь 2026/ март, май	педагоги-психологи, социальный педагоги, классные руководители	
14	Коррекционно-развивающая работа, направленная на формирование критического мышления, навыков жизнестойкости, стрессоустойчивости, ценностному отношению к жизни	1-4	1-4 в течени е	педагоги-психологи, социальный педагоги	
16	16Линия психологической помощи «Школа доверия»	1-4	1-4 в течени е учебно	педагоги-психологи, социальный педагоги, клвссные руководители	
17	Классный час «Телефон Доверия» «17 мая Международный день Детского телефона доверия»	1-4	май 2027	педагоги-психологи, социальный педагоги, клвссные руководители	
18	Проведение Советов по профилактике правонарушений несовершеннолетних по вопросам профилактике аутоагрес-сивного поведения учащихся, и заседа-ний Службы медиации по разрешению межличностных конфликтов	1-4	1-4 в течени е учебно го года	заместители по ВР, педагоги-психологи, социальный педагоги, клвссные руководители	
20	Индивидуальная работа с семьями, попавшими в трудную жизненную ситуацию, поддержка семей ветеранов (участников) СВО	1-4	1-4 в течени е учебно	заместители по ВР, педагоги-психологи, социальный педагоги, классные	

21	Размещение на сайте школы на странице педагогов-психологов памяток: - 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	1-4	сентябрь 2026	педагоги-психологи	
22	Психологическое просвещение родителей (законных представителей): - психологические особенности периода адаптации учащихся 5 классов - негативные стили воспитания в семье -способы распознания вступления несовершеннолетних в сообщества, где манипулируют его сознанием - профилактика суицидального поведения несовершеннолетних, необходимость своевременного обращения к психологам - взаимодействие школы и семьи как необходимое условие успешной социализации личности - уголовная ответственность родителей и несовершеннолетних	1-4	1-4 в течение учебного года	педагоги-психологи, социальные педагоги	
23	23Подготовка памяток для родителей под-ростков: -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 жизненой ситуации	1-4	1-4 октябрь 2026, апрель 2027	педагоги-психологи	
24	Индивидуальные консультации родителей (законных представителей) по вопросам выявления и профилактики суицидального поведения несовершеннолетних	1-4	1-4 в течение	педагоги-психологи, социальные педагоги	
26	26Информирование родителей о действующих службах экстренной психологической помощи детям и членам их семей, детском телефоне доверия, интернет-ресурсах, оказывающих психологическую помощь в кризисных	1-4	1-4 в течение учебного года	педагоги-психологи, социальные педагоги, классные руководители	

1.2.3 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	1-4	1-4 октябрь 2026, апрель 2027	педагоги-психологи, социальные педагоги	
2	2Индивидуальные консультации классных руководителей «Благоприятный психологический климат в классе», во вопросам наблюдения и мониторинга состояния детей ветеранов (участников) СВО	1-4	1-4 в течение учебного года	педагоги-психологи, социальные педагоги, заместители директора по ВР	
3	3Методическая работа с классными руководителями начального, среднего и старшего звена по проведению классных часов, направленных на формирование жизнеутверждающих установок у учащихся	1-4	1-4 в течение	педагоги-психологи, социальные педагоги	
4	4Лекторий 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 - Агрессия ее причины и последствия - Первые проблемы подросткового возраста - Помощь в кризисных ситуациях - Стрессовые состояния во время экзаменов - Травля, кибертравля как социально-педагогическая проблема - Проблема правонарушений. Социально-педагогическая деятельность в работе с детьми «группы риска»	1-4	1-4 в течение учебного года	педагоги-психологи, социальные педагоги, заместители директора по ВР	
5	5Организация работы с учащимися в каникулярное время	1-4	каникулярное время	педагоги-психологи, социальные педагоги, заместители	

				директора по ВР,советник по воспитанию, классные руководители	
6	Городской семинар для педагогов-психологов и педагогических работников образовательных учреждений на тему «Формирование благоприятного социально-психологического климата в учебных коллективах»	1-4	сентябрь 2026	педагоги-психологи, заместители директора по ВР,СПб АППО	
7	Городской семинар по психологическому просвещению педагогов о причинах кризисных состояний, в том числе суицидального поведения, факторах риска и алгоритме действий в этой ситуации	1-4	сентябрь 2026	педагоги-психологи, заместители директора по ВР,СПб АППО	
8	8Всероссийская научно-практическая конференция на тему «Помощь несовершеннолетним, находящимся в трудной жизненной ситуации»	1-4	октябрь 2026 года	педагоги-психологи, заместители директора по ВР,СПб АППО	
9	9Городские семинары для педагогов-психологов и педагогических работников образовательных учреждений, посвященные профилактике насилия, в том числе травли	1-4	октябрь 2026 года, март 2027 года	педагоги-психологи, заместители директора по ВР,СПб АППО	
10	10Городской семинар на тему «Информирование участников образовательных отношений о возможностях получения психолого-педагогической помощи в системе общего образования и среднего профессионального образования, в том числе в условиях инклюзивного образования, а также о возможностях получения	1-4	ноябрь 2026 года	педагоги-психологи, заместители директора по ВР,СПб АППО	
1.2.4 Диагностика учащихся					
11	Диагностика адаптации учащихся к новым условиям обучения	5	октябрь 2026	педагоги-психологи	

3	3Методики 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)	1-4	1-4 в течение учебного года	педагоги-психологи	
4	4Психологическая диагностика (наблюдение, анкетирование, тестирование) в конексте проблемы: • 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 классов	1-4	1-4 в течение учебного года	педагоги-психологи	
1.2.5 Межведомственное взаимодействие с учреждениями и организациями					
1	Взаимодействие с КДН и ЗП, ЦППМСП, КЦСОН, ОДН УМВД России по Красносельскому району	1-4	1-4 в течение	заместители по ВР, социальные педагоги	