

Министерство образования и науки Чеченской Республики
Государственное бюджетное учреждение
«РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ,
МЕДИЦИНСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ»
(ГБУ ДПО «РЦППМСП»)

Нохчийн Республикин дешаран а, Илманан а министерство
Пачхьалкхан бюджетни учреждени
«РЕСПУБЛИКИН ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИ, МЕДИЦИНСКИ,
СОЦИАЛЬНИ ГЮБНАН ТУШ»
(ПБУ ДПО «РППМСГПТ»)

**Отчет о проведении вебинар на тему
«Проблема суицида в подростковой среде. Меры профилактики и
предупреждения.»**

Дата проведения: 18.04.2025 г.

Цель проведения вебинара: ознакомить специалистов с проблемой суицида и с мерами его профилактики и предупреждения.

Категория участников вебинара: педагоги-психологи, социальные педагоги образовательных организаций ЧР.

В вебинаре приняли участие 115 человека.

Суицид является одной из основных причин смерти у молодежи на сегодняшний день.

Суицидоопасные конфликтные ситуации для подростка могут складываться из незначительных, по мнению взрослых, неурядиц.

Однако, некоторый максимализм в оценках, неумение предвидеть истинные последствия своих поступков и прогнозировать исходы сложившейся ситуации, отсутствие жизненного опыта, создают ощущение безысходности, неразрешимости конфликта, порождают чувство отчаяния и одиночества.

Причины суицида:

1. *Лично-семейные конфликты;*
2. *Состояние психического здоровья;*
3. *Состояние физического здоровья;*
4. *Конфликты, связанные с антисоциальным поведением;*
5. *Конфликт в учебной сфере.*

Особенности поведения, свидетельствующие о наличие суицидальных намерений:

1. Смерть и самоубийство как постоянная тема разговоров.
2. Предпочтение траурной музыки.
3. Разговоры об отсутствии ценности жизни.
4. Фантазии на тему смерти.
5. Интерес к возможным средствам самоубийства.
6. Особый интерес к тому, что происходит с человеком после смерти
7. Уход в себя. Замкнутость, обособление становятся глубокими и длительными, когда человек уходит в себя, сторонится вчерашних друзей и товарищей
8. Капризность, привередливость.
9. Когда настроение человека чуть ли не ежедневно колеблется между возбуждением и упадком.

► **Депрессия.**

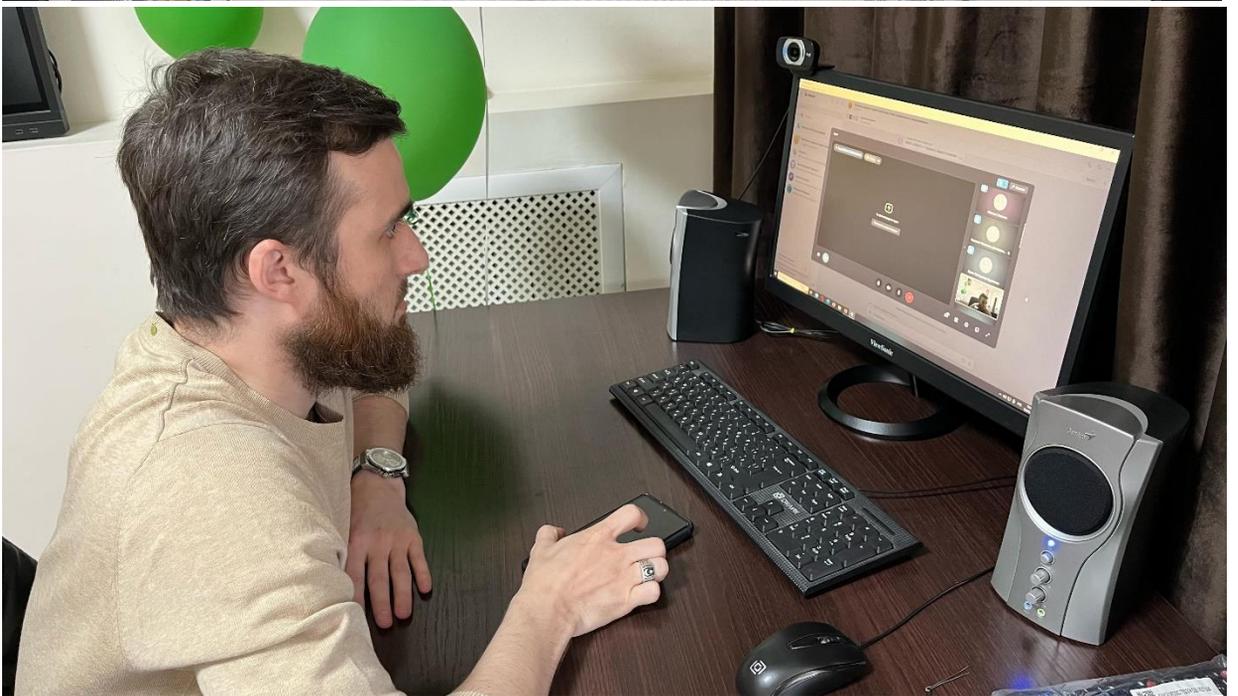
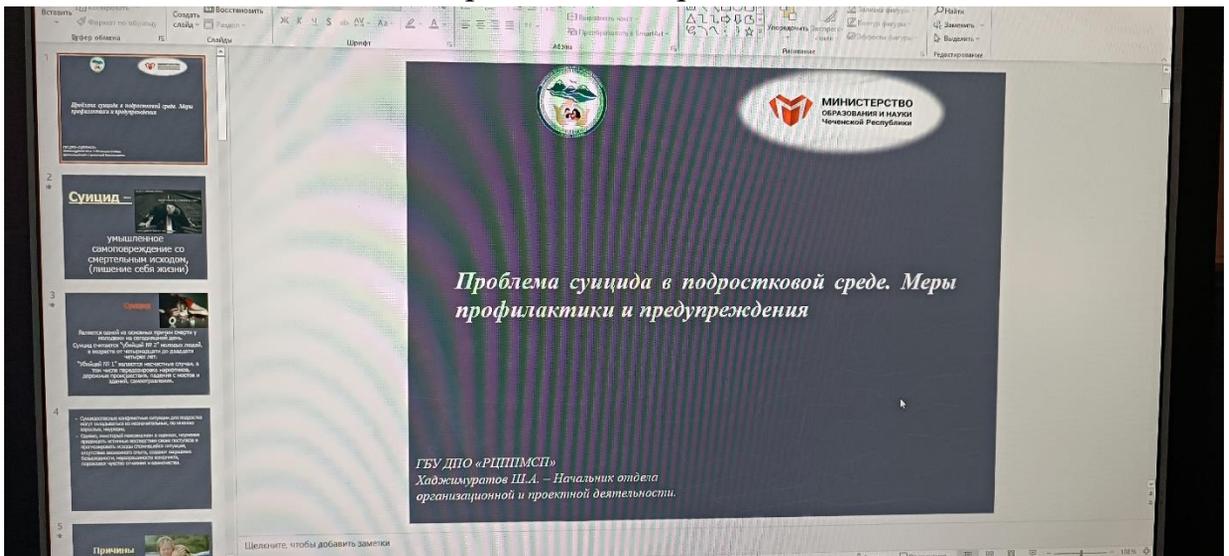
Признаки депрессии:

1. Понижение настроения, глубокая печаль;

2. Резкие перепады настроения, повышенная эмоциональная чувствительность, плаксивость, слабость;
3. Повышенная сонливость;
4. Недомогание;
5. Снижение внимания;
6. Нерешительность;
7. Социальная самоизоляция, отход от друзей, молчаливость;
8. Снижение эффективности труда, учебы.

Отношение подростков к смерти

- у детей и подростков еще недостаточно сформировано представление о ценности собственной жизни,
- часто не понимают непоправимости смертельного исхода,
- стремление быть свидетелем реакции окружающих на свою смерть или надежда на “второе рождение”.
- не осознают, что смерть – это не временное состояние



По завершению вебинара были даны рекомендации профилактики и предупреждению суицидального поведения в подростковой среде.

Информация о вебинаре представлена на официальной странице ГБУ ДПО «РЦППМСП» <https://cdkchr.ru/>

Министерство образования и науки Чеченской Республики
Государственное бюджетное учреждение дополнительного
профессионального образования
**«РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-
ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ, МЕДИЦИНСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ
ПОМОЩИ»**
(ГБУ ДПО «РЦППМСП»)

Нохчийн Республикин дешаран а, Илманан а министерство
Пачхьалкхан бюджетни учреждени тIетюьхначу корматаллин
дешаран
**«РЕСПУБЛИКИН ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИ,
МЕДИЦИНСКИ, СОЦИАЛЬНИ ГЮБНАН ТУШ»**
(ПБУ ТКД «РППМСПТ»)

Программа вебинара
**«Проблема суицида в подростковой среде. Меры профилактики и
предупреждения.»**

Дата проведения: 18.04.2025

Место проведения: ГБУ ДПО «РЦППМСП» ул. Х.Кишиевой, д.30

Формат проведения: Онлайн

Целевая аудитория: педагоги-психологи, социальные педагоги
образовательных организаций ЧР.

№ п/п	Время проведения	Тема	Ответственный
1.	15:00-15:10	Приветствие участников вебинара	Хаджимуратов Ш.А.
2.	15:10-15:30	Суицид-как главная проблема современности.	Хаджимуратов Ш.А.
3.	15:30-15:50	Профилактика и предупреждение суицидального поведения.	Хаджимуратов Ш.А.
4.	16:50-16:00	Вопросы, обсуждение	Хаджимуратов Ш.А.



МИНИСТЕРСТВО
ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
Чеченской Республики

Проблема суицида в подростковой среде. Меры профилактики и предупреждения

ГБУ ДПО «РЦППМСП»

*Хаджимуратов Ш.А. – Начальник отдела
организационной и проектной деятельности.*

Суицид –



умышленное
самоповреждение со
смертельным исходом,
(лишение себя жизни)

Суицид



Является одной из основных причин смерти у молодежи на сегодняшний день.

Суицид считается “убийцей № 2” молодых людей, в возрасте от четырнадцати до двадцати четырех лет.

“Убийцей № 1” являются несчастные случаи, в том числе передозировка наркотиков, дорожные происшествия, падения с мостов и зданий, самоотравления.

- ▶ Суицидоопасные конфликтные ситуации для подростка могут складываться из незначительных, по мнению взрослых, неурядиц.
- ▶ Однако, некоторый максимализм в оценках, неумение предвидеть истинные последствия своих поступков и прогнозировать исходы сложившейся ситуации, отсутствие жизненного опыта, создают ощущение безысходности, неразрешимости конфликта, порождают чувство отчаяния и одиночества.

Причины суицида



1. Лично-семейные конфликты:

- ▶ несправедливое отношение со стороны родственников и окружающих;
- ▶ ревность, развод родителей;
- ▶ Ранняя потеря матери или обоих родителей, особенно в результате самоубийства;
- ▶ воспитание и пребывание в семье, где есть алкоголики, наркоманы и психические больные;
- ▶ одиночество;
- ▶ неразделенная любовь;
- ▶ недостаток внимания, заботы со стороны окружающих;
- ▶ Отверженность в детстве;
- ▶ Значительные материальные трудности.

2. Состояние психического здоровья:

- ▶ реальные конфликты у здоровых лиц;
- ▶ патологические мотивировки (обусловленные расстройствами психической деятельности);
- ▶ состояние переутомления;
- ▶ уязвленное чувство собственного достоинства;
- ▶ Психическая травма в результате насилия.

3. Состояние физического здоровья:

- ▶ соматические заболевания, физические страдания;
- ▶ Уродства;
- ▶ получение необратимых увечий и травм (потеря зрения, конечностей и т.д.)

4. Конфликты, связанные с антисоциальным поведением:

- ▶ Совершение уголовно-наказуемого поступка;
- ▶ боязнь иного наказания или позора;
- ▶ самоосуждение за неблаговидный поступок;
- ▶ Алкоголизм, наркомания.

5. Конфликт в учебной сфере:

- ▶ несостоятельность, неудачи в учебе, падение престижа;
- ▶ несправедливые требования к исполнению учебных обязанностей;
- ▶ конфликты с учителями и сверстниками.

Особенности поведения, свидетельствующие о наличии суицидальных намерений



- ▶ Смерть и самоубийство как постоянная тема разговоров.
- ▶ Предпочтение траурной музыки.
- ▶ Разговоры об отсутствии ценности жизни.
- ▶ Фантазии на тему смерти.
- ▶ Интерес к возможным средствам самоубийства.
- ▶ Особый интерес к тому, что происходит с человеком после смерти
- ▶ **Уход в себя.** Замкнутость, обособление становятся глубокими и длительными, когда человек уходит в себя, сторонится вчерашних друзей и товарищей
- ▶ **Капризность, привередливость.**

Когда настроение человека чуть ли не ежедневно колеблется между возбуждением и упадком.

► Депрессия.

Признаки депрессии:

- ❖ Понижение настроения, глубокая печаль;
- ❖ Резкие перепады настроения, повышенная эмоциональная чувствительность, плаксивость, слабость;
- ❖ Повышенная сонливость;
- ❖ Недомогание;
- ❖ Снижение внимания;
- ❖ Нерешительность;
- ❖ Социальная самоизоляция, отход от друзей, молчаливость;
- ❖ Снижение эффективности труда, учебы.

► Агрессивность.

Многим актам самоубийства предшествуют вспышки раздражения, гнева, ярости, жестокости к окружающим. Нередко подобные явления оказываются призывом суицидента обратить на него внимание, помочь ему. Однако подобный призыв обычно дает противоположный результат - неприязнь окружающих, их отчуждение от суицидента. Вместо внимания человек добивается осуждения со стороны товарищей.

► **Нарушение аппетита.**

Отсутствие его или, наоборот, ненормально повышенный аппетит тесно связаны с саморазрушающими мыслями и должны всегда рассматриваться как опасный для жизни недуг.

- **Раздача подарков окружающим.** Некоторые люди, планирующие суицид, предварительно раздают близким, друзьям, сослуживцам свои вещи. Специалисты по суициду утверждают, что эта зловещая акция - прямой предвестник грядущего несчастья. В каждом таком случае рекомендуется серьезная и откровенная беседа с суицидентом для выяснения его намерений.

- ▶ **Психологическая травма.** Каждый человек имеет свой индивидуальный эмоциональный порог. К нему может привести *крупное эмоциональное потрясение*:
 - ▶ расставание с родными, домом, привычным укладом жизни,
 - ▶ столкновение со значительными физическими и моральными нагрузками;
 - ▶ развод родителей, смерть или несчастье с кем-либо из близких;
 - ▶ личные невзгоды, у него могут возникнуть мысли и настроения, чреватые суицидом.

► **Перемены в поведении.**

Внезапные, неожиданные изменения в поведении человека должны стать предметом внимательного наблюдения.

Когда сдержанный, немногословный, замкнутый человек (интраверт) неожиданно для окружающих начинает много шутить, смеяться, болтать (ведет себя, как экстраверт), стоит присмотреться к нему. Такая перемена скорее свидетельствует о глубоко переживаемом одиночестве, которое человек стремится скрыть под маской веселья и беззаботности.

- Снижение энергетического уровня, усиление пассивности, безразличия к учебе, общению, жизни.

▶ Угроза.

Наиболее часто оно выражается словами: "Вы будете виноваты в моей смерти", "Вы еще пожалеете обо мне", «Я не хочу жить среди вас», «Скоро вы отдохнете от меня» и т.п.

Необходимо проявить выдержку, спокойствие, сообщить об этом родителям, предложить помощь, консультацию у специалистов службы здравоохранения (психиатр, мед психолог).

▶ Активная предварительная подготовка.

- ❖ приобретение отравляющих веществ и лекарств, хранение боевых патронов,
- ❖ рисунки с гробами и крестами,
- ❖ разговоры о суициде как о легкой смерти,
- ❖ посещение кладбищ и красочные о них рассказы, частые разговоры о загробной жизни.

Отношение подростков к смерти

- ▶ у детей и подростков еще недостаточно сформировано представление о ценности собственной жизни,
- ▶ часто не понимают непоправимости смертельного исхода,
- ▶ стремление быть свидетелем реакции окружающих на свою смерть или надежда на "второе рождение".
- ▶ не осознают, что смерть – это не временное состояние;

Модель суицидальной превенции «Уровни профилактики суицида в образовательной среде»

Первый уровень – общая профилактика

Цель - повышение групповой сплоченности в школе.

Мероприятия:

- ▶ Создание общих школьных программ психического здоровья, здоровой среды в школе, так чтобы дети чувствовали заботу, уют, любовь.
- ▶ Организация внеклассной воспитательной работы.
- ▶ Разработка эффективной модели взаимодействия школы и семьи, а также школы и всего сообщества.

Задачи педагогического коллектива на данном этапе:

- ▶ Пропаганда здорового образа жизни среди учащихся.
- ▶ Изучение особенностей психолого-педагогического статуса каждого учащегося с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих в психическом состоянии, общении, развитии и обучении.
- ▶ 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).

- ▶ Организация мероприятий с детьми, направленных:
 - ❖ На привитие существующих в обществе социальных норм поведения, формирование детского милосердия, развитие ценностных отношений в социуме;
 - ❖ На формирование стрессоустойчивости, отработку техник принятия верного решения в ситуациях жизненного выбора, правил поведения в конфликтных ситуациях;
 - ❖ Формирование позитивного образа Я, уникальности и неповторимости не только собственной личности, но и других людей;
 - ❖ На формирование ценности жизни;
 - ❖ На разработку позитивного прогноза будущего, формирование умения программировать свой успех.
- ▶ Выявление социально неблагополучных семей и работа с ними.

Второй уровень – первичная профилактика

Цель - выделение групп суицидального риска; сопровождение детей, подростков и их семей группы риска с целью предупреждения самоубийств.

Мероприятия

- ▶ Диагностика суицидального поведения
- ▶ Индивидуальные и групповые занятия по обучению проблем-разрешающего поведения, поиска социальной поддержки, ее восприятия и оказания, повышению самооценки, развитию адекватного отношения к собственной личности, эмпатии.

- ▶ Классные часы, круглые столы, стендовая информация о признаках возможного суицида, факторах риска и путях действий в этой ситуации.
- ▶ Разработка плана действий в случае самоубийства, в котором должны быть процедуры действия при выявлении учащегося группы риска, действия при угрозе самоубийства и после самоубийства.
- ▶ Выявление и коррекция эмоционально - волевых расстройств у учащихся.
- ▶ Выявление случаев физического и психологического насилия по отношению к детям и информирование об этом комиссий по делам несовершеннолетних и защите их прав.

Третий уровень – вторичная профилактика

Цель - Предотвращение самоубийства

Мероприятия:

- ▶ Оценка риска самоубийства.
Оценка риска самоубийства происходит по схеме: крайняя (учащийся имеет средство совершения самоубийства, выработан четкий план), серьезная (есть план, но нет орудия осуществления) и умеренная (вербализация намерения, но нет плана и орудий).
- ▶ При выявлении суицидального поведения у несовершеннолетнего направление его для получения специализированной помощи в учреждениях здравоохранения (психиатр, мед. психолог).
- ▶ Оповещение родителей.

- ▶ Разбор случая со школьным персоналом, который был включен в работу, так чтобы он мог выразить свои чувства, переживания, внести предложения относительно стратегий и плана работы.
- ▶ Если самоубийство официально признается причиной смерти учащегося, тогда в уведомлении о причине смерти в среде учащихся должно звучать слово «самоубийство», а не «несчастный случай» или «неизвестная причина смерти». Однако ни в коем случае не должно быть упоминания средств совершения самоубийства.

- ▶ **Собрать близких друзей и дать возможность работы со специалистом в области психического здоровья.**
- ▶ **Друзьям и учащимся должно быть разрешено посещение похорон. Но они не должны нести гроб.**
- ▶ **Будьте готовы сказать «нет» на все просьбы о проведении вечера памяти в честь погибшего учащегося. Это может увеличить возможность эпидемии самоубийств.**

Четвертый уровень – третичная профилактика

Цель - Снижение последствий и уменьшение вероятности дальнейших случаев, социальная и психологическая реабилитация суицидентов.

Мероприятия

- ▶ Оповещение, возможность проконсультироваться с мед. психологом, внимание к эмоциональному климату в школе и его изменению.
- ▶ Глубинная психотерапевтическая коррекция, обеспечивающая профилактику образования конфликтно-стрессовых переживаний в дальнейшем

Литература

- ▶ Бурмистрова Е.В.. Психологическая помощь в кризисных ситуациях (предупреждение кризисных ситуаций в образовательной среде). Методические рекомендации для специалистов системы образования. М.: МГППУ, 2006.
- ▶ Вроно Е.М. Предотвращение самоубийства. Руководство для подростков.
- ▶ Овчарова Р.В. Практическая психология образования.- М., 2003.
- ▶ Суицид. О мерах профилактики суицида среди детей и подростков. Официальный сайт ФППМ ВШК (факультет Психолого-педагогического менеджмента Высшей Школы Социально-управленческого консалтинга).
- ▶ Черепанова Е. «Психологический стресс. Помоги себе и своему ребенку». М. 2006.
- ▶ Чернова Г.В. Программа профилактики суицидального поведения "Перекресток". Сайт фестиваля "Открытый урок": <http://festival.1september>