

Памятка
по организации мероприятий по профилактике
суицидального поведения обучающихся
(для администрации образовательных организаций)

Перечень мер по профилактике негативных проявлений среди обучающихся в образовательных организациях, подведомственных Департаменту образования города Москвы, на 2015-2016 учебный год, утвержденный руководителем Департамента образования города Москвы И.И. Калиной, в т.ч. содержит перечень мер, направленных на превенцию суицидального поведения обучающихся.

По данным Всемирной психиатрической ассоциации наиболее уязвимыми в отношении самоубийства являются старшие подростки в возрасте от 15 до 19 лет¹. Согласно данным Следственного комитета города Москвы в 2014-2015 гг. в городе Москве наблюдается рост количества суицидов несовершеннолетних², что делает задачу профилактики суицидального поведения обучающихся в городе Москве актуальнее, чем когда-либо ранее.

Всемирная организация здравоохранения выделяет первичный, вторичный, третичный уровни профилактики³, позволяющие снизить количество суицидов среди подростков и молодежи.

Применительно к системе образования **первичная профилактика или превенция** направлена на укрепление психического здоровья в целом и проводится со всеми субъектами образовательной среды (дети, родители, педагоги). Объектом первичной профилактики являются люди, не имеющие суицидальных мыслей и намерений; её цель – минимизация возможного риска возникновения суицидальных намерений в будущем у психологически благополучных субъектов.

Превенция включает работу в направлении общей и частной профилактики. *Общая профилактика* включает повышение уровня информированности специалистов образовательной организации о течении и проявлении возрастных кризисов, депрессий и др., о возможностях получения психологической и иной помощи (очной и дистанционной) в трудных жизненных ситуациях. *Частная профилактика* направлена на выявление людей, переживающих кризисные ситуации или находящихся в кризисном состоянии с риском развития суицидального поведения.

Согласно результатам исследований в области суицидологии, общей предпосылкой суицидального поведения является *социально-психологическая дезадаптация*, включающая как дезадаптирующие факторы среды, так и личные психологические особенности индивида⁴. Таким образом, одним из основных направлений первичной профилактики можно считать снижение уровня социально-психологической дезадаптации обучающихся.

¹ WHO Mortality database documentation: 1 May 2013 update. Geneva: World Health Organization; 2013 (http://www.who.int/healthinfo/statistics/mortality_rawdata/en/, accessed 19 may 2014).

² Козлова Н. Жесткая посадка // Российская газета, 14 мая 2015 г. [Электронный ресурс] URL: <http://www.rg.ru/2015/05/15/bastrykin.html> (дата обращения 07.09.2015 г.).

³ Diekstra, R. F. (1992). The prevention of suicidal behavior — evidence for the efficacy of clinical and community-based programs. *International Journal of Mental Health*, 21, 3, 69–87.

⁴ Амбрумова А.Г., Тихоненко В.А. Профилактика суицидального поведения: Методические рекомендации. – М., 1980. – 24 с.

Налаживание системы профилактики суицидального поведения у подростков в образовательной организации также предполагает формирование компетенций педагогических работников по распознаванию признаков суицидального риска обучающихся.

Вторичная профилактика или интервенция – это поддержка лиц, находящихся в кризисной ситуации. Основная цель вторичной профилактики – помочь человеку с выявленными суицидальными намерениями найти выход из сложившейся ситуации и стабилизировать его психологическое состояние. Главная роль при интервенции отводится специалистам узкого профиля, имеющим соответствующую квалификацию (психологам, психиатрам, социальным педагогам).

Третичная профилактика или поственция – это помощь, которая оказывается людям, уцелевшим после самоубийства, и их окружению; она также направлена на социально-психологическое сопровождение близких суицидента и предотвращение подражательных суицидов⁵.

Возможные ресурсы для организации мероприятий по профилактике суицидального поведения обучающихся

Для реализации плана профилактических мероприятий по снижению уровня социально-психологической дезадаптации обучающихся могут быть привлечены следующие специалисты:

Психолог-педагог образовательной организации – информационная работа с учителями и родителями, проведение групповых занятий с обучающимися, диагностические мероприятия, направление обучающихся и их родителей в профильные медико-психологические организации.

Социальный педагог образовательной организации – первичное выявление детей группы риска на основе имеющейся информации о семейной ситуации обучающихся, помощь педагогу-психологу в проведении диагностических мероприятий по выявлению детей с выраженной социально-психологической дезадаптацией, взаимодействие с родителями детей группы риска, профильными службами.

Классные руководители – проведение классных часов и/или групповых занятий для улучшения психологического климата в классе (при методической поддержке психолога), первичное выявление детей группы риска и направление их к психологу-педагогу и/или в профильные психолого-психиатрические организации (совместно с педагогом-психологом).

Специалисты ГБОУ города Москвы «Городской психолого-педагогический центр Департамента образования города Москвы» – индивидуальные и семейные консультации обучающихся и их родителей (по запросу), проведение мероприятий первичной, вторичной, третичной профилактики (по согласованию).

Специалисты Центра экстренной психологической помощи ГБОУ ВПО «Московский городской психолого-педагогический университет» – методическая поддержка профилактических мероприятий, выезд в образовательные организации для оказания экстренной психологической помощи в случае завершённого суицида/попытки суицида/иной кризисной ситуации (по запросу).

⁵ При проведении профилактических мероприятий необходимо учитывать, что обучающиеся именно подросткового и юношеского возраста в большей степени склонны к подражанию деструктивным действиям людей, совершивших самоубийство или суицидальную попытку.

**Уровни профилактики социально-психологической дезадаптации и суицидального поведения обучающихся
(7-11 классы)**

Уровень профилактики	Цель	Мероприятие	Направленность/ периодичность	Исполнители
Первичная (Превенция)	Повышение уровня осведомленности о факторах социально-психологической дезадаптации в подростковом возрасте и возможностях снижения её уровня у обучающихся	Тематический педагогический совет Формирование плана профилактики по превенции суицидального поведения обучающихся	Администрация и педагоги [В начале учебного года]	Школьная психологическая служба ГБОУ города Москвы «Городской психолого-педагогический центр Департамента образования города Москвы» (ГБОУ ГППЦ ДОГМ)
		Родительское собрание Информирование родителей обучающихся о возможностях получения семьями психологической помощи (очной, дистанционной), иных видов помощи (медицинской, правовой, социальной)	Родители [В течение учебного года]	Специалисты других организаций, ведомств (по согласованию)
	Развитие жизнестойкости, повышение сплоченности, формирование сети социальной поддержки, повышение уровня психологической грамотности обучающихся	Групповые психологические занятия, направленные на сплочение обучающихся, формирование позитивного образа будущего, развитие навыков саморегуляции и формирование навыков эффективного преодоления негативных жизненных ситуаций; профилактика буллинга	Обучающиеся [Раз в полугодие]	
	Повышение уровня осведомленности о возможностях получения помощи в трудных жизненных ситуациях	Информирование об организациях, оказывающих психолого-медико-социальную и иные виды помощи (в т.ч. дистанционные) несовершеннолетним и их родителям; предоставление необходимой информации для	Обучающиеся Родители [В течение учебного года]	Классные руководители; школьная психологическая служба

		стендов, Интернет-сайтов и пр., находящихся в постоянном доступе	года]	
	Выявление детей с выраженной социально-психологической дезадаптацией	Скрининг, направленный на выявление детей с выраженной социально-психологической дезадаптацией	Обучающиеся [Второе полугодие/по мере необходимости]	Школьная психологическая служба При методической поддержке Центра экстренной психологической помощи ГБОУ ВПО «Московский городской психолого-педагогический университет» (ЦЭПП МГППУ); ГБОУ ГППЦ ДОГМ
		Наблюдение за психологическим состоянием обучающихся, выявление детей группы риска по маркерам суицидального поведения и с использованием информации о факторах суицидального риска	Обучающиеся [В течение всего учебного года]	Классный руководитель, учителя-предметники
Вторичная (Интервенция)	Психологическое сопровождение подростка, находящегося в кризисном состоянии	Решение актуальных проблем подростка, возникших в связи с кризисом	Обучающиеся [при развитии кризисных состояний/ситуаций]	Школьная психологическая служба; ГБОУ ГППЦ ДОГМ;
	Психологическое сопровождение детей из группы риска, выявленной с помощью скрининга и методом наблюдения	Углубленное психологическое обследование обучающихся из группы риска, индивидуальное консультирование семьи и классного руководителя; подготовка рекомендаций по дальнейшему сопровождению	Обучающиеся, их родители, педагогический состав, администрация [По результатам скрининга/по мере необходимости]	ЦЭПП МГППУ

<p>Третичная (Пост-венция)</p>	<p>Психологическое сопровождение и реабилитация после незавершенной попытки суицида</p> <p>Профилактика повторных суицидов при совершенном суициде обучающегося</p> <p>Профилактика развития стрессовых расстройств у пострадавших</p>	<p>Углубленное психологическое обследование подростка после совершенной суицидальной попытки, индивидуальное консультирование семьи</p> <p>Работа с классом с целью предотвращения синдрома «заражения», «романтизации» и других негативных поведенческих паттернов</p> <p>Оказание экстренной и кризисной психологической помощи</p>	<p>Обучающиеся, их родители, педагогический состав и администрация</p> <p>[Незамедлительно после инцидента/по мере необходимости]</p>	<p>Специалисты профильных организаций и ведомств; ЦЭПП МГППУ; ГБОУ ГППЦ ДОгМ; Школьная психологическая служба</p> <p>Другие специалисты профильных ведомств (МЧС, работники здравоохранения)</p>
---	--	---	---	--

Инфраструктура медицинских и психологических услуг, оказываемых населению бюджетными организациями города Москвы (в т.ч. в кризисных и чрезвычайных ситуациях)

Бесплатные анонимные Телефоны доверия

- **Всероссийский Детский телефон доверия** (бесплатно, круглосуточно) **8-800-2000-122**.

Психологическое консультирование, экстренная и кризисная психологическая помощь для детей и подростков в трудной жизненной ситуации и их родителей.

- **«Детский телефон доверия» Центра экстренной психологической помощи** Московского городского психолого-педагогического университета (бесплатно, круглосуточно) **8 (495) 624-60-01** или **8-800-2000-122**.

Психологическое консультирование, экстренная и кризисная психологическая помощь для детей и подростков в трудной жизненной ситуации и их родителей.

- **Телефон доверия неотложной психологической помощи** (Московская служба психологической помощи населению) (бесплатно, круглосуточно): **051** (с городского телефона); с мобильного телефона (МТС, Мегафон, Билайн) **8-495-051** - услуги оператора связи оплачиваются согласно тарифному плану.

Психологическое консультирование взрослых по различным вопросам: острые кризисные ситуации, вопросы личностного развития, семейные или профессиональные проблемы.

- **Горячая линия «Дети Онлайн»** (бесплатно, с 09-00 до 18-00 по рабочим дням) **8-800-250-00-15**.

Консультирование взрослых по вопросам: как оградить детей от негативного контента, преследования, шантажа, домогательства в Интернете.

- **Горячая линия Центра экстренной психологической помощи МЧС России** (бесплатно, круглосуточно): **8 (499) 216-50-50** (при звонке из другого города или страны оплачивается междугородняя связь).

Психологическое консультирование взрослых по различным вопросам: острые кризисные ситуации, вопросы личностного развития, семейные или профессиональные проблемы.

Департамент образования города Москвы

- ГБОУ города Москвы **«Городской психолого-педагогический центр Департамента образования города Москвы»** (ГБОУ ГППЦ ДОГМ).

тел.: **8 (499) 172-10-19; 8 (499) 613-52-14**

Оказание бесплатной очной психологической помощи детям и их родителям. Проведение мероприятий первого и второго уровней профилактики суицидального поведения обучающихся.

- **Центр экстренной психологической помощи** ГБОУ ВПО «Московский городской психолого-педагогический университет»

г. Москва, Шелепихинская набережная, д. 2А

тел.: **8 (499) 795-15-01; 8 (499) 795-15-07**

Оказание экстренной психологической помощи субъектам образовательной среды, психологическое консультирование детей, родителей, работников сферы образования в кризисных ситуациях.

Организация и предоставление учебно-методической помощи специалистам образовательных организаций (по направлениям деятельности центра).

Департамент социальной защиты населения города Москвы

· ГБУ «**Московская служба психологической помощи населению**» Департамента социальной защиты города Москвы (ГБУ МСППН)

г. Москва, 2-ой Саратовский проезд, д. 8, кор. 2

тел.: **8 (499) 173-09-09** и филиалы по округам (пон.-пят. с 9.00 до 21.00, суб. с 9.00 до 18.00).

Консультации по вопросам семьи и брака, детско-родительским взаимоотношениям, внутриличностным конфликтам, психологическому здоровью, профориентации (самостоятельное обращение с 14 лет; для детей от 10 до 14 лет – с родителями). Кризисное очное консультирование (на территории службы); выездная кризисная помощь (на дому), работа бригад быстрого реагирования в связи с ЧС.

Департамент здравоохранения города Москвы

· Городское консультативно-психиатрическое диспансерное отделение ГБУ здравоохранения города Москвы «**Научно-практический центр психического здоровья детей и подростков им. Г.Е. Сухаревой Департамента здравоохранения города Москвы**»

г. Москва, 5-й Донской проезд, д. 21А

тел.: **8 (495) 954-20-74** (пон.-пят. с 9.00 до 18.00, суб. с 9.00 до 14.00)

Стационар, включающий в себя 11 лечебно-диагностических отделений, в том числе отделения для лечения наиболее тяжелых форм психических расстройств (острые психозы, шизофрения, расстройства с выраженными нарушениями поведения и **суицидальными проявлениями**, умственная отсталость), отделение для комплексной лечебно-реабилитационной и педагогической работы с детьми и подростками с пограничными формами психических расстройств, отделение для совместного пребывания родителей с детьми, боксированное отделение. Особым направлением в работе НПЦ является коррекция нарушений пищевого поведения, в том числе нервной анорексии.

Условия:

- самостоятельное обращение с 15 лет; для детей до 15 лет с родителями;

- обращение по паспорту, полису;

- бесплатные консультации для москвичей; для иногородних: самостоятельное обращение – платно, по направлению Департамента здравоохранения - бесплатно.

МЧС России

Единый номер спасения: 112

· **Центр экстренной психологической помощи МЧС России**

г. Москва, Угловой переулок д. 27 стр. 2, тел: **8 (499) 216-50-53**

Оказание экстренной психологической помощи населению, пострадавшему при чрезвычайных ситуациях. Оказание экстренной психологической помощи осуществляется в ходе проведения эвакуации пострадавших, в пунктах временного размещения, при сопровождении массовых и траурных мероприятий, в том числе при проведении процедуры опознания.