



МГППУ

**Центр экстренной психологической помощи  
ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-  
педагогический университет»**



# **Профилактика в образовательных организациях суицидального поведения детей и подростков**



***Вихристюк О.В.,  
к.пс.н., руководитель Центра экстренной  
психологической помощи ФГБОУ ВО МГППУ***

# Масштаб проблемы

- По данным специалистов на каждую завершённую попытку суицида приходится от **10-40** незавершённых попыток.
- По данным Следственного комитета РФ зафиксировано **завершённых суицидов подростков в 2015 г. – 685; в 2016 г. – 720 случаев** (из них как минимум 15 активно участвовали в «группах смерти»).
- Фиксируется рост **самоповреждающего** поведения (чаще самопорезы): на фоне тревожно-депрессивных реакций, или как элемент «моды» у акцентуированных личностей.
- Возраст детей, на которых направлено подстрекательство к суициду (самоповреждениям) в сети Интернет, охватывает в т.ч. **младший подростковый возраст**.
- Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) - «с 2005 по 2015 год число случаев **депрессии** во всем мире выросло на **18 %**».
- ВОЗ - суицид является одной из **ведущих причин смерти** среди молодых людей в возрасте **15-29 лет** в глобальных масштабах.



# Предполагаемые мотивы суицидальных попыток\*

- Семейные конфликты при формально благополучной семье. Конфликты, связанные с *перфекционизмом родителей* по отношению к ребенку – ребенок не выполняет требований семьи/родителей – за этим следует реакция избегания наказания трансформирующаяся в суицидальные действия.
- Семейные конфликты с элементами *психологического/физического насилия*, сочетанные с трудностями, проблемами в школе. Нарастает внутреннее напряжение, за которым следует импульсивная разрядка (часто усиливающаяся на фоне употребления ПАВ) – суицидальные действия с мотивами протеста, мести.
- Хронические депрессивные состояния (часто не диагностированные) с переживаниями душевной боли, невыносимости, которая приводит к суицидальным действиям с мотивами самонаказания.
- Буллинг детей, имеющих хронические соматические (чаще эндокринные), психические заболевания, при недооценке тяжести психического состояния, со стороны родителей – мотив призыв.

\* по результатам анализа 20 случаев СК по г. Москве (2014-2015 гг.), 50 случаев – ЦЭПП МГППУ (2014-2016 гг.)



# Уровни профилактики суицидального поведения в образовательных организациях

## 1. ПЕРВИЧНАЯ ПРОФИЛАКТИКА

### 1.1 Информационно-просветительская работа с обучающимися, их родителями, педагогами

Проведение мероприятий в соответствии с профилактической программой – осуществляют педагоги-психологи, социальные педагоги ОО, классные руководители

### 1.2 Диагностика суицидального поведения обучающихся

Проведение мероприятий в соответствии с профилактической программой – осуществляют педагоги-психологи ОО

### 1.3 Создание и поддержание благоприятного психологического климата в ОО

Проведение мероприятий по мере необходимости – осуществляют педагоги-психологи, классные руководители и педагоги ОО

## 2. ВТОРИЧНАЯ ПРОФИЛАКТИКА

### 2.1 Психологическая помощь и сопровождение обучающихся «группы риска» по суицидальному поведению

Проведение антикризисных мероприятий по результатам диагностики, включающих направление к профильным специалистам, индивидуальное и групповое (в составе семьи) консультирование, групповую работу с классом – осуществляют педагоги-психологи, при необходимости привлекаются социальные педагоги, классные руководители, личный контроль – администрация ОО. Осуществляется внутриведомственное и межведомственное взаимодействие.

### 2.2 Экстренная помощь при попытке суицида/суицидальных намерениях

Оказание кризисной психологической помощи при попытке суицида на территории ОО до прибытия оперативных служб – осуществляют преимущественно специалисты психологической службы ОО, при необходимости привлекаются классный руководитель и др. специалисты ОО, личный контроль – администрация ОО.

## 3. ТРЕТИЧНАЯ ПРОФИЛАКТИКА

### 3.1 Медико-психологическая реабилитация в период постсуицида

Разработка и реализация адресной программы психолого-педагогического сопровождения, адаптации и социализации обучающегося (в составе семьи), совершившего суицидальную попытку, членов его семьи и ближайшего окружения, а также психологическое сопровождение членов семьи и ближайшего окружения после завершенного суицида – осуществляется преимущественно специалистами Городского психолого-педагогического центра Департамента образования города Москвы, Центра экстренной психологической помощи ГБОУ ВПО МГППУ совместно со специалистами психологической службы ОО. Осуществляется внутриведомственное и межведомственное взаимодействие.

**При всех видах профилактической работы необходимо осуществлять внутриведомственное и межведомственное взаимодействие**



# Профилактика суицидальных рисков у обучающихся

## Первичная

- Силами образовательной организации: школьные психологические службы (педагогпсихологи), классные руководители (с привлечением профильных специалистов ведомств)

➤1

## Вторичная

- Силами отделений центров психолого-педагогического-медико-социального сопровождения (ЦППМС)
- Обучение, методическая поддержка, супервизия сложных случаев со стороны профильных центров

➤2

## Третичная

- Профильные центры (на этапе экстренной психологической помощи)
- ЦППМС (на этапе пролонгированной помощи)

➤3

**При всех видах профилактической работы необходимо межведомственное взаимодействие**



# Первичная профилактика суицидального поведения обучающихся

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 обучающиеся, не имеющие суицидальных мыслей и намерений; её цель – минимизация возможного риска возникновения суицидальных намерений в будущем у психологически благополучных подростков.

- **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, а также формирование компетенций педагогических работников по распознаванию признаков суицидального риска обучающихся.



# Мероприятия профилактики суицидального поведения на этапе первичной профилактики

Цель	Мероприятие	Направленность/	Исполнители
Первичное выявление детей из группы высокого суицидального риска и выраженной социально-психологической дезадаптации для своевременного направления их специалистам	Информирование обучающихся о возможностях получения психологической и иной помощи в трудных жизненных ситуациях		
	жизненных ситуаций; буллинга	профилактика	
Информирование родителей об особенностях протекания возрастных кризисов. Информирование о наличии организаций для получения психологической и иной помощи в трудных жизненных ситуациях	Сплочение классного коллектива через совместную деятельность. Поддержание благоприятной психологической атмосферы в классе		
	суицидального поведения и с года]	использованием информации о факторах суицидального риска	





# Основные мишени первичной профилактики суицидальных рисков (для подростков)

## Актуальное эмоциональное состояние подростка

- Чувство брошенности (**одинокчество**), восприятие себя как бремени для близких, тревожность, **безнадежность**, душевная боль.

## Когнитивная сфера

- **Когнитивная ригидность** (неспособность видеть разные пути решения проблем), чёрно-белое мышление, ошибки мышления (катастрофизация, персонализация, сверхобобщение)

## Поведенческие проявления

- Деадаптивные способы совладания с негативным аффектом, крайне узкий набор используемых копинг-стратегий.





# Вторичная профилактика суицидального поведения обучающихся

**Вторичная профилактика или интервенция** – это поддержка лиц, находящихся в кризисной ситуации. Основная цель вторичной профилактики – помочь ребенку 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 (кризисным психологам, психиатрам, суицидологам).

## Мероприятия профилактики суицидального поведения на этапе первичной профилактики (г. Москва)

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; Психологи ГБОУ города Москвы «Городской психолого-педагогический центр Департамента образования города Москвы» ГБОУ ГППЦ ДОгМ;
Психологическое сопровождение детей из группы риска, выявленной с помощью скрининга и методом наблюдения;	Углубленное психологическое обследование обучающихся «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]	ЦЭПГ ГБОУ ВПО МГППУ



## МЕЖВЕДОМСТВЕННОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ С АУТОАГРЕССИВНЫМИ ПЕРЕЖИВАНИЯМИ И СУИЦИДАЛЬНЫМИ НАМЕРЕНИЯМИ



1. Выявление подростков группы риска с последующим направлением в медико-психологические центры г. Москвы
2. Углубленная психологическая диагностика, коррекция, направление (при необходимости) в медицинские учреждения г. Москвы
3. Медицинское и психотерапевтическое вмешательство (НПЦ ПЗДП им. Г.Е. Сухаревой ДЗМ) с последующим направлением в медико-психологические центры г. Москвы
4. Психологическая и методическая помощь в сопровождение подростка в образовательной организации



# Третичная профилактика суицидального поведения обучающихся

**Третичная профилактика или поственция** – это помощь, которая оказывается обучающимся, совершившим суицидальную попытку, и их окружению; она также направлена на социально-психологическое сопровождение близких суицидента и предотвращение подражательных суицидов.

Необходимо учитывать, что обучающиеся именно подросткового и юношеского возраста в большей степени склонны к подражанию деструктивным действиям людей, совершивших самоубийство или суицидальную попытку.

## Мероприятия профилактики суицидального поведения на этапе первичной профилактики (г. Москва)

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

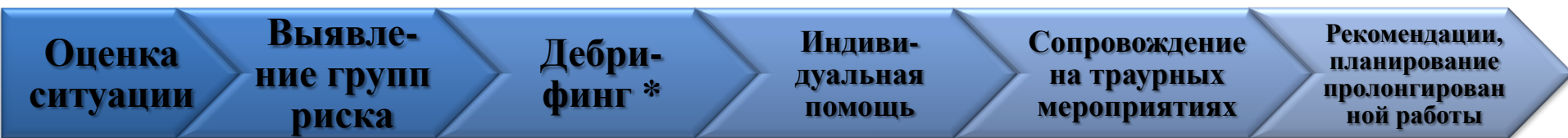


# Цели оказания экстренной и кризисной психологической помощи:

- снижение интенсивности острых стрессовых реакций у пострадавших (учащиеся и их родители, педагоги, администрация образовательного учреждения), оптимизация их актуального психического состояния;
- профилактика возникновения негативных эмоциональных реакций и повторных суицидов;
- профилактика возникновения у пострадавших отдаленных психических последствий в результате воздействия травмирующего события.



## Этапы оказания экстренной психологической помощи в образовательной организации

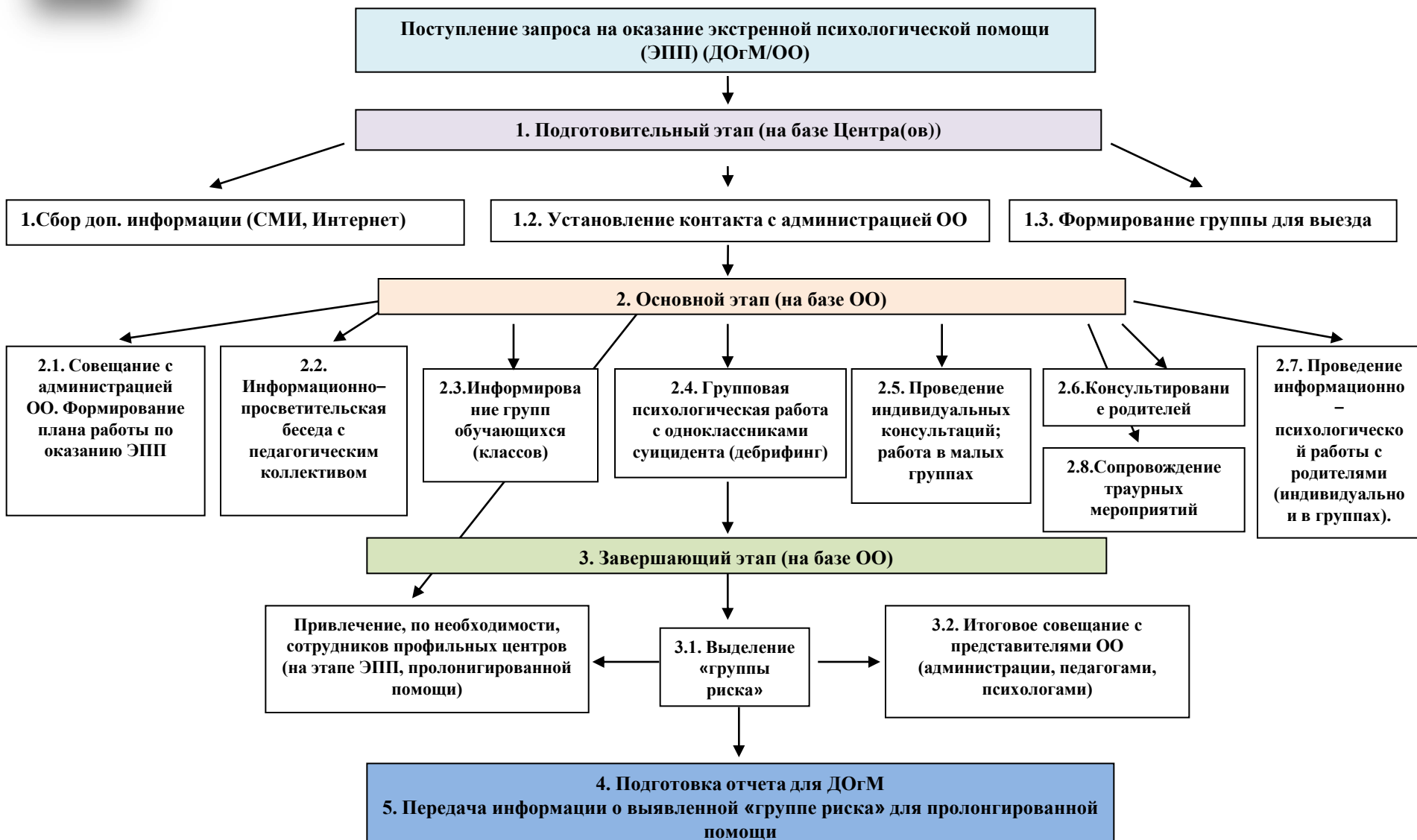


*\*Дебрифинг позволяет сформировать у учащихся правильную оценку произошедшего: с одной стороны, добрая память об однокласснике, а с другой – понимание неправильности, неправомерности подобного поступка, его неодобрение и порицание.*





# Алгоритм оказания экстренной психологической помощи после завершенной/незавершенной попытки суицида, обучающихся в образовательных организациях, подведомственных Департаменту образования города Москвы





# Основные проблемы:

- Отсутствие единой Национальной программы профилактики суицидального поведения подростков (систему суицидологической помощи).
- Кадровое обеспечение и профессиональная подготовка специалистов ОО.
- Проблемы при реализации индивидуальной профилактической работы с обучающимися по причине отказа многих родителей от консультаций специалистов.
- Отсутствие должного межведомственного взаимодействия при выявлении и сопровождении несовершеннолетнего «группы риска» (в т.ч. после суицидальных попыток).
- Отсутствие практики масштабного противодействия деструктивному контенту медиа ресурсов, направленному в т.ч. на несовершеннолетних.



# Зарубежный опыт профилактических программ: типы программ

## Программы повышения осведомленности в отношении знаков и симптомов суицида

- **Signs of Suicide (SOS) (СИША)** - в программу входит просмотр видео, групповые дискуссии, получение знаний о симптомах неблагополучия, формирование и отработка навыков поддержки и обращения за помощью; скрининг подростковой депрессии (**Brief Screen for Adolescent Depression (BSAD)**)

## Скрининговые программы

- Факторы риска: депрессия; злоупотребление ПАВ; прошлые попытки суицида; случаи самоповреждения. Ключевое требование: наличие системы реагирования и специализированных учреждений, куда можно было бы направить подростков по результатам скрининга. Иначе скрининг не имеет смысла.

## Тренинг специалистов «первой» помощи (учителя, школьный персонал, врачи)

- «Спроси, Убеди, Обратись за помощью» (**Question, Persuade, Refer (QPR)**)

## Сверстниковые программы

- **Источники Силы (Sources of Strength)** - универсальная программа, направленная на повышение восьми защитных факторов и снижение факторов риска (социальной изоляции и неэффективных навыков совладания).

## Тренинг навыков

- **CARE (Care, Assess, Respond, Empower)** – программа развития позитивных навыков у подростков группы риска.
- **CAST (Coping and Support Training)** – направлена на улучшение жизненных навыков и социальной поддержки.
- **Good Behavior Game (GBG)** - универсальная программа - направлена на формирование позитивного климата в классе, развитие взаимной поддержки, разрешение возникающих вопросов без агрессии.

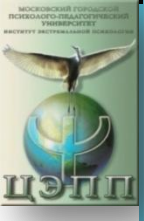


# Пример профилактической программы

Проект Saving and Empowering Young Lives in Europe (SEYLE) - 11 000 подростков из 11 европейских стран (контрольная группа 2750 подростков)

- **работа со школьным персоналом** – «Спроси, Убеди, Свяжи с профессиональной помощью» (Question, Persuade, Refer (QPR))
- **тренинг для подростков** (улучшение психического здоровья). На базе лонгитюдного проекта SEYLE - использовался тренинг повышения осведомленности и осознанности. 6 основных тем: психическое здоровье, методы самопомощи, стресс и кризис, депрессия и суицидальные мысли, помощь другу, обращение за помощью (к кому обратиться).
- **Скрининг (диагностика):** Общая школьная шкала здоровья Global School-Based Pupil Health Survey (GSHS) (оценка стиля жизни и рискованного поведения); Индекс хорошего самочувствия; Шкала депрессии; Paykel Suicide Scale (PSS) шкала суицидального поведения и мыслей; Опросник сильных сторон и трудностей the Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ) — информация об эмоциональных симптомах, поведенческих проблемах, гиперактивности, нарушениях внимания, проблемах в отношениях со сверстниками, про-социальному поведению; Опросник намеренного причинения себе вреда the Deliberate Self-Harm Inventory (DSHI); Диагностический Опросник интернет зависимости у подростков the Young's Diagnostic Questionnaire (YDQ); Вопросы из Европейского Исследования Ценностей European Values Study (EVS) — информация о ценностях семьи, работы, дружбы, религии и пр.; Вопросы о совладании, травматическом опыте и буллинге, стрессовых событий, отношений со сверстниками и родителями, физического здоровья, употребления ПАВ, планов на будущее.





# Методические ресурсы:

<http://минобрнауки.рф/> Департамент государственной политики в сфере защиты прав детей/ Сборник памяток для ОО (ЦЭПП ФГБОУ ВО МГППУ), Книга «Что должен знать родитель о подростковых суицидах? (ЦЭПП ФГБОУ ВО МГППУ); памятки для детей, родителей (ЦЭПП ФГБОУ ВО МГППУ)

<http://childhelpline.ru/> сайт «Детский телефон доверия» ЦЭПП ФГБОУ ВО МГППУ – вкладки – детям/специалистам/родителям/

<http://ya-roditel.ru/> - проект Фонда поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации

<http://preemstvennost.ru/> - виртуальное сообщество педагогов России

[«Педагогическая компетентность в области обеспечения психологической безопасности детей в сети Интернет» \(Камин А.А.\) вебинар 14.04.2017 \(запись\)](#)

[«Организация и проведение в образовательной организации профилактической работы, направленной на предотвращение суицидов среди обучающихся» \(Павлова Т.С.\) вебинар 24.04.2017](#)



# Противодействие пропаганде или вовлечению детей в деструктивные сообщества в сети Интернет

**Общественная палата РФ:** <https://www.oprf.ru/1449/2133/1474/2465/>

С помощью этой формы вы можете прислать ссылку на группу или аккаунт ВКонтакте, Facebook или Twitter, где идет пропаганда или вовлечение детей в группы для самоубийств.

**Роскомнадзор:** <http://eais.rkn.gov.ru/feedback/>

Принимает сообщения от граждан, юридических лиц, индивидуальных предпринимателей, органов государственной власти, органов местного самоуправления о наличии на страницах сайтов в сети Интернет противоправной информации.

**Лига безопасного интернета:** <http://ligainternet.ru/hotline/>

На этой странице Вы можете оставить свое сообщение о противоправном Интернет-контенте. У Вас есть возможность сообщить анонимно или оставить свой адрес электронной почты.

**Центр безопасного интернета России** <http://www.saferunet.org/>, на сайте открыта горячая линия для электронного обращения за помощью

**РОЦИТ** - общественная организация, объединяющая активных интернет-пользователей России <http://www.hotline.rocit.ru/>, на сайте открыта горячая линия для электронного обращения за помощью.









Воспитывать сложно.  
Позвонить легко!



**8-800-2000-122**

**ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ для ПОДРОСТКОВ**

АНОНИМНО | БЕСПЛАТНО





[www.childhelpline.ru](http://www.childhelpline.ru)

***СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!***

***ЦЕНТР ЭКСТРЕННОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ***

***тел.: 8 (499) 795-15-07***

***8 (499) 795-15-01***

***Вихристюк Олеся Валентиновна***

***e-mail: vihristukov@mgppu.ru***



**ЦЕНТР ЭКСТРЕННОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ ФГБОУ ВО МГППУ**