



Руководителям
отделов (управлений) образования
исполнительных комитетов
муниципальных образований
Республики Татарстан

О дополнительных мерах по
профилактике суицидального
поведения обучающихся

Министерство образования и науки Республики Татарстан направляет письмо директора Департамента воспитания и социализации детей Министерства образования и науки Российской Федерации А.А. Левитской № 06-356 от 27.02.2012 г. «О мерах по профилактике суицидального поведения обучающихся».

Одновременно с этим направляем информационно-методические материалы для организации профилактической работы, которые размещены на тематической вкладке сайта министерства «Воспитание и дополнительное образование детей». Данные материалы необходимо донести до каждого образовательного учреждения.

О принятых дополнительных мерах необходимо проинформировать министерство до 15 мая 2012 г.

Приложение:

1. Письмо А.А. Левитской на 4 л. в 1 экз.;
2. Памятка для родителей на 3 л. в 1 экз.;
3. Критерии выявления несовершеннолетних, склонных к суицидальному поведению, и алгоритм действия педагогов в проблемных ситуациях на 6 л. в 1 экз.

Заместитель министра

А.К. Зиннуров

Ю.В. Пухова
292-61-68

Памятка родителям по профилактике суицида

Суицид- намеренное, умышленное лишение себя жизни, может иметь место, если проблема остается актуальной и нерешенной в течение нескольких месяцев и при этом ребенок ни с кем из своего окружения не делится личными переживаниями.

Будьте бдительны! Суждение, что люди решившиеся на суицид, никому не говорят о своих намерениях, неверно.

Большинство людей в той или иной форме предупреждают окружающих. А дети вообще не умеют скрывать своих планов. Разговоры вроде «никто и не мог предположить» означают лишь то, что окружающие не приняли или не поняли посылаемых сигналов.

Ребенок может прямо говорить о суициде, может рассуждать о бессмысленности жизни, что без него в этом мире будет лучше. Должны насторожить фразы типа «все надоело», «ненавижу всех и себя», «пора положить всему конец», «когда все это кончится», «так жить невозможно», вопросы «а что бы ты делал, если бы меня не стало?», рассуждения о похоронах. Тревожным сигналом является попытка раздать все долги, помириться с врагами, раздарить свои вещи, особенно с упоминанием о том, что они ему не понадобятся.

Кроме перечисленных, выделяются еще несколько признаков готовности ребенка к суициду, и при появлении 1-2 из которых следует обратить особое внимание:

- *утрата интереса к любимым занятиям, снижение активности, апатия, безволие;
- *пренебрежение собственным видом, неряшливость;
- *появление тяги к уединению, отдаление от близких людей;
- *резкие перепады настроения, неадекватная реакция на слова, беспричинные слезы, медленная и маловыразительная речь;
- *внезапное снижение успеваемости и рассеянность;
- *плохое поведение в школе, прогулы, нарушения дисциплины;
- *склонность к риску и неоправданным и опрометчивым поступкам;
- *проблемы со здоровьем: потеря аппетита, плохое самочувствие, бессонница, кошмары во сне;
- *безразличное расставание с вещами или деньгами, раздаривание их;
- *стремление привести дела в порядок, подвести итоги, просить прощение за все, что было;
- *самообвинения или наоборот - признание в зависимости от других;
- *шутки и иронические высказывания либо философские размышления на тему смерти.

Что делать? Как помочь?

Если вы заметили у ребенка суицидальные наклонности, постарайтесь поговорить с ним по душам. Только не задавайте вопроса о суициде внезапно, если человек сам не затрагивает эту тему. Попробуйте выяснить, что его волнует, не чувствует ли он себя одиноким, несчастным, загнанным в ловушку, никому не нужным или должником, кто его друзья и чем он увлечен. Можно попытаться найти выход из сложившейся ситуации, но чаще всего ребенку достаточно просто выговориться, снять накопившееся напряжение, и его готовность к суициду снижается. Всегда следует уяснить «Какая причина» и «Какова цель» совершаемого ребенком действия. Не бойтесь обращаться к специалистам-психологам.

Обращение к психологу не означает постановки на учет и клейма психической неполноценности.

Большинство людей покушающихся на свою жизнь - психически здоровые люди, личности, творчески одаренные, просто оказавшиеся в сложной ситуации. Спасти ребенка от одиночества можно только любовью!

<i>Если Вы слышите</i>	<i>Обязательно скажите</i>	<i>Запрещено говорить</i>
«Ненавижу всех...»	«Чувствую, что что-то происходит. Давай поговорим об этом»	«Когда я был в твоём возрасте...да ты просто несешь чушь!»
«Все безнадежно и бессмысленно»	«Чувствую, что ты подавлен. Иногда мы все так чувствуем себя. Давай обсудим, какие у нас проблемы, как их можно разрешить»	«Подумай о тех, кому хуже, чем тебе»
«Всем было бы лучше без меня!»	«Ты много значишь для меня, для нас. Меня беспокоит твоё настроение. Поговорим об этом»	«Не говори глупостей. Поговорим о другом.»
«Вы не понимаете меня!»	«Расскажи мне, что ты чувствуешь. Я действительно хочу тебя понять»	«Где уж мне тебя понять!»
«Я совершил ужасный поступок»	«Я чувствую, что ты ощущаешь вину. Давай поговорим об этом»	«И что ты теперь хочешь? Выкладывай немедленно!»
«У меня никогда ничего не получается»	«Ты сейчас ощущаешь недостаток сил. Давай обсудим, как это изменить»	«Не получается – значит, не старался!»

Если замечена склонность несовершеннолетнего к суициду, следующие советы помогут изменить ситуацию.

1. Внимательно выслушайте подростка. В состоянии душевного кризиса любому из нас, прежде всего, необходим кто-нибудь, кто готов нас выслушать. Приложите все усилия, чтобы понять проблему, скрытую за словами.

2. Оцените серьезность намерений и чувств ребенка. Если он или она уже имеют конкретный план суицида, ситуация более острая, чем если эти планы расплывчаты и неопределенны.

3. Оцените глубину эмоционального кризиса. Подросток может испытывать серьезные трудности, но при этом не помышлять о самоубийстве. Часто человек, недавно находившийся в состоянии депрессии, вдруг начинает бурную, неустанную деятельность. Такое поведение также может служить основанием для тревоги.

4. Внимательно отнеситесь ко всем, даже самым незначительным обидам и жалобам. Не пренебрегайте ничем из сказанного. Он или она могут и не давать воли чувствам, скрывая свои проблемы, но в то же время находиться в состоянии глубокой депрессии.

5. Постарайтесь аккуратно спросить, не думают ли он или она о самоубийстве. Опыт показывает, что такой вопрос редко приносит вред. Часто подросток бывает рад возможности открыто высказать свои проблемы.

Важно соблюдать следующие правила:

- будьте уверены, что вы в состоянии помочь;
 - будьте терпеливы;
 - не старайтесь шокировать или угрожать человеку, говоря «пойди и сделай это»;
 - не анализируйте его поведенческие мотивы, говоря: «Ты так чувствуешь себя, потому, что...»;
 - не спорьте и не старайтесь образумить подростка, говоря: «Ты не можешь убить себя, потому что...»;
 - делайте все от вас зависящее.
- И, конечно же, обращайтесь к специалистам за помощью!

Критерии выявления несовершеннолетних, склонных к суицидальному поведению

Более всего восприимчивы к суициду подростки, у которых присутствуют следующие **факторы**:

- ∞ Ранние попытки к суициду;
- ∞ Суицидальные угрозы, прямые или завуалированные;
- ∞ Суициды в семье или в окружении друзей;
- ∞ Алкоголизм;
- ∞ Хроническое употребление наркотиков и токсических препаратов;
- ∞ Аффективные расстройства, особенно тяжёлые депрессии;
- ∞ Хронические или смертельные болезни;
- ∞ Тяжёлые утраты, например, смерть любимого человека, особенно в течение первого года после потери;
- ∞ Семейные проблемы.
- ∞ **Психические заболевания**, а именно:
 - ∞ Депрессия;
 - ∞ Неврозы, характеризующиеся беспричинным страхом, внутренним напряжением и тревогой;
 - ∞ Маниакально-депрессивный психоз;
 - ∞ Шизофрения.

Большинство потенциальных самоубийц страдают от депрессии. Депрессия часто начинается постепенно, проявляясь в тревоге и унынии. Люди могут не осознать её начала. **Признаками эмоциональных нарушений являются:**

- ∞ Потеря аппетита или импульсивное обжорство, бессонница или повышенная сонливость в течение, по крайней мере, последних дней;
- ∞ Частые жалобы на соматические недомогания (на боли в животе, головные боли, постоянную усталость, частую сонливость);
- ∞ Необычно пренебрежительное отношение к своему внешнему виду;
- ∞ Постоянное чувство одиночества, бесполезности, вины или грусти;
- ∞ Ощущение скуки при проведении времени в привычном окружении или выполнении работы, которая раньше приносила удовольствие;
- ∞ Уход от контактов, изоляция от друзей и семьи, превращение в человека-одиночку;
- ∞ Нарушение внимания со снижением качества выполняемой работы;
- ∞ Погруженность в размышления о смерти;
- ∞ Отсутствие планов на будущее;
- ∞ Внезапные приступы гнева, зачастую возникающие из-за мелочей.

Признаки депрессии у детей и подростков

ДЕТИ

- ✓ Печальное настроение
- ✓ Потеря свойственной детям энергии
- ✓ Внешние проявление печали
- ✓ Нарушение сна
- ✓ Соматические жалобы
- ✓ Изменение аппетита или веса
- ✓ Ухудшение успеваемости
- ✓ Снижение интереса к обучению
- ✓ Страх неудачи
- ✓ Чувство неполноценности
- ✓ Самообман – негативная самооценка
- ✓ Чувство «заслуженной отвергнутости»
- ✓ Чрезмерная самокритичность
- ✓ Сниженная социализация, замкнутость
- ✓ Агрессивное поведение, отреагирование в действиях

ПОДРОСТКИ

- ✓ Печальное настроение
- ✓ Чувство скуки
- ✓ Чувство усталости

- ✓ Нарушение сна
- ✓ Соматические жалобы
- ✓ Неусидчивость, беспокойство
- ✓ Фиксация внимания на мелочах
- ✓ Чрезмерная эмоциональность
- ✓ Замкнутость
- ✓ Рассеянность внимания
- ✓ Агрессивное поведение
- ✓ Непослушание
- ✓ Склонность к бунту
- ✓ Злоупотребление алкоголем или наркотиками
- ✓ Плохая успеваемость
- ✓ Пропуски в школе

Алгоритм действий классного руководителя, социального педагога, педагога-психолога при работе с детьми, склонными к суицидальному и аддиктивному поведению.

1. Если педагог заметил у ребенка признаки суицидального/аддиктивного поведения, прежде всего не стоит бить тревогу. Можно попросить ребенка задержаться в классе и провести с ним спокойную, по возможности доверительную беседу. Далее стоит деликатно отправить ребенка на консультацию к школьному психологу, который сможет дать квалифицированную помощь, выяснить причины такого поведения, побеседовать с родителями и посодействовать в поиске квалифицированных врачей и психологов.

2. Если же психолога в школе нет, после беседы с ребенком следует провести беседу с родителями так же максимально спокойно. Родителям надо объяснить, что в данном случае возможно только спокойное поведение,

никаких обвинений и скандалов, и, тем более, игнорирования изменений в поведении ребенка.

3. Рассказать родителям «Алгоритм действий родителей детей, склонных к суицидальному и аддиктивному поведению».

**Рекомендации классному руководителю, социальному педагогу
по ведению беседы при работе с детьми,
склонными к суицидальному и аддиктивному поведению.**

- ∞ Разговор должен быть абсолютно спокойным, ни в коем случае нельзя повышать голос. Вы должны показать, что то, что происходит с ребенком для вас важно, и вы готовы помочь. Пример: «Мне кажется, что с тобой что-то происходит - ты не такой, как обычно - грустный, задумчивый, отрешенный... у тебя что-то случилось? Если ты позволишь, я буду рад/рада тебе помочь».
- ∞ В то же время разговор должен быть уверенным.
- ∞ К разговору стоит подготовиться.
- ∞ Следует показать ребенку, что не смотря ни на что, вы готовы помочь ему справиться с возникающими трудностями.
- ∞ Важной задачей такого разговора является уговорить ребенка обратиться за помощью - к школьному психологу либо родителям. Это должно так же происходить без сильного давления, но настойчиво.

**Алгоритм действий родителей детей, склонных к суицидальному
и аддиктивному поведению.**

1. Беседа с ребенком.
2. После спокойной беседы с ребенком следует отвести его к врачу (врач-нарколог, психиатр, врач-психотерапевт) для оказания адекватной в данном случае медицинской помощи.
3. Попросить у врача информацию о том, где можно найти квалифицированных психологов по данному вопросу в данной территории. В случае отсутствия информации, обратиться в отдел здравоохранения, образования, либо найти психолога самостоятельно.

4. Так же необходимо посетить психолога самому родителю, а при необходимости пройти курс психотерапии для избежания возникновения синдрома созависимости и формирования адекватного поведения родителей с проблемным ребенком.

Рекомендации родителям по ведению беседы с детьми, склонными к суицидальному и аддиктивному поведению

Первый разговор стоит проводить в случае, если вы уверены, что ваши подозрения не напрасны.

- Разговор должен быть абсолютно спокойным, ни в коем случае нельзя повышать голос - такой способ не будет иметь необходимого результата, так как ребенок, ощущая враждебность родителей, ничего не расскажет, или же родитель таким образом может попросту добиться рецидива.

- В то же время все ваши подозрения и претензии вы должны предъявлять ребенку уверенно, возможно даже жестко. Это даст ребенку понять, что его контролируют, и все, что с ним происходит, не остается без внимания родителей.

- К такому разговору стоит тщательно подготовиться. Можно заранее записать для себя на листе бумаги все происходящие события с указанием дат.

- Следует показать ребенку, что несмотря ни на что, вы готовы помочь ему справиться с возникающими трудностями.

- В случае, если вы подозреваете своего ребенка в употреблении ПАВ, то наиболее вероятно, что в результате первого разговора будет категорическое отрицание факта приема наркотиков. В этом случае следует сказать примерно следующее: «Я тебе верю, и все же ты понимаешь, что наркоманов вокруг очень много, и я беспокоюсь за тебя и твое будущее, тем более, что в последнее время ты начал вести себя необычно. Мы хотели бы, чтобы ты прошел экспертизу для того, чтобы убедить нас в нашей неправоте и успокоить. Это будет лучше, чем любые слова и обещания. Если тесты докажут, что мы неправы, то мы извинимся за наши подозрения и успокоимся».

- Важно, чтобы наркологическая экспертиза была проведена в течение трех суток после эпизода, который вы расцениваете как состояние наркотического опьянения.

•Если же у ребенка наблюдается суицидальное поведение, конечной целью разговора станет договоренность с ребенком о том, что он начнет посещать консультации психолога. Пример: «Мы готовы тебе помочь во всем, ты можешь обращаться к нам в любое время. И все же нам кажется, что тебе стоит так же обратиться за помощью к специалисту, который будет беспристрастен и опытен в решении таких вопросов».



**МИНИСТЕРСТВО
ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
(МИНОБРНАУКИ РОССИИ)**

**Департамент воспитания и
социализации детей**

Люсиновская ул., д. 51, Москва, 117997.
Тел./факс 237-58-74.
E-mail: d06@mon.gov.ru

27.02.2012 № 06-356

Органы исполнительной власти
субъектов Российской Федерации,
осуществляющие управление в сфере
образования

**О мерах по профилактике
суицидального поведения обучающихся**

В настоящее время сохраняет свою актуальность проблема самоубийств среди несовершеннолетних, которые по-прежнему являются одной из основных внешних причин смертности детей и подростков.

В связи с этим одним из важных направлений деятельности органов, осуществляющих управление в сфере образования, образовательных учреждений в области охраны здоровья, формирования здорового и безопасного образа жизни обучающихся, воспитанников (далее – обучающиеся) является профилактика суицидального поведения.

Результаты проведенного федеральными органами исполнительной власти и подведомственными им организациями мониторинга состояния работы по профилактике детского суицида в субъектах Российской Федерации, в том числе среди обучающихся образовательных учреждений, свидетельствуют о существовании следующих проблем в этой сфере.

В ряде случаев администрация и педагогический коллектив образовательных учреждений не уделяют достаточного внимания указанным вопросам, что связано, в первую очередь, с дефицитом подготовленных кадров, владеющих технологиями оказания психолого-педагогической помощи обучающимся, оказавшимся в трудной жизненной ситуации, технологиями профилактики суицидального поведения. При этом в некоторых общеобразовательных учреждениях сокращаются ставки педагогов-психологов, социальных педагогов, либо в рамках оптимизации финансирования учреждения их должностные обязанности исполняются по совместительству учителями-предметниками.



В ряде случаев недостаточно целенаправленно и эффективно осуществляется сотрудничество педагогического коллектива с родителями обучающихся образовательных учреждений, в том числе в части организации совместной деятельности по профилактике суицидального поведения детей.

Нуждается в совершенствовании система межведомственного взаимодействия в решении вопросов организации профилактической работы, а также взаимодействия в этом направлении с общественными и религиозными организациями.

Как следствие, не обеспечивается или обеспечивается не в полной мере соблюдение предусмотренных федеральными государственными образовательными стандартами начального общего и основного общего образования (приказы Минобрнауки России от 6 октября 2009 г. № 373 и от 17 декабря 2010 г. № 1897) требований к кадровым и психолого-педагогическим условиям реализации основных образовательных программ начального общего и основного общего образования, предполагающих в том числе укомплектованность образовательного учреждения кадрами, имеющими соответствующий уровень квалификации, учет специфики возрастного психофизического развития обучающихся, формирование и развитие психолого-педагогической компетентности обучающихся, педагогических и административных работников, родительской общественности, вариативность направлений психолого-педагогического сопровождения участников образовательного процесса, а также федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников, утвержденных приказом Минобрнауки России от 28 декабря 2010 г. № 2106.

Для преодоления сложившейся ситуации необходимо осуществить комплекс дополнительных мер, направленных на повышение эффективности деятельности по профилактике суицидального поведения среди обучающихся.

В соответствии с пунктом 1.2 протокола заседания Правительственной комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав от 16 августа 2011 г. № 1 по вопросу «О реализации мер, направленных на снижение смертности детей от внешних причин» и планом мероприятий Министерства образования и науки Российской Федерации по профилактике суицидального поведения среди обучающихся образовательных учреждений на 2011-2015 годы, утвержденным приказом Минобрнауки России от 26 октября 2011 г. № 2537, реализуется ряд мероприятий в этом направлении.

В 2011 г. по заказу Минобрнауки России в рамках реализации Федеральной целевой программы развития образования на 2011-2015 годы разработаны и размещены в сети Интернет (www.rospsy.ru; www.vgrupperiska.ru) примерная образовательная программа повышения квалификации по профилактике суицидального поведения среди обучающихся образовательных учреждений и учебно-методические материалы

к указанной программе для работников образовательных учреждений для детей, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи.

В 2012 году Министерство осуществляет разработку примерных образовательных программ повышения квалификации по вопросам профилактики суицидального поведения обучающихся для работников общеобразовательных учреждений, образовательных учреждений начального профессионального, среднего профессионального, высшего профессионального образования, а также программы родительского всеобуча.

Кроме того, будет продолжена разработка и апробация критериев и инструментария оценки эффективности деятельности образовательных учреждений по профилактике суицидального поведения обучающихся, а также программы мониторинга профилактики суицидального поведения обучающихся в образовательных учреждениях. Указанный мониторинг будет осуществляться Министерством ежегодно.

В связи с изложенным Департамент предлагает органам исполнительной власти субъектов Российской Федерации, осуществляющим управление в сфере образования:

1. Принять ряд дополнительных мер, направленных на профилактику суицидального поведения обучающихся образовательных учреждений, в том числе:

организовать работу по профилактике суицидального поведения обучающихся в рамках реализации основных и дополнительных образовательных программ общего образования;

обеспечить проведение родительского всеобуча (в рамках родительских собраний, «горячих линий», посредством размещения соответствующих материалов на теле- и радиоканалах, в печатных средствах массовой информации, в сети Интернет), включая психолого-педагогическую и социально-правовую помощь родителям в воспитании и обеспечении безопасности детей, а также обучение родителей навыкам раннего выявления признаков суицидальных намерений;

систематически осуществлять повышение квалификации педагогических работников (в том числе педагогов-психологов, социальных педагогов) и руководителей образовательных учреждений по вопросам оказания психолого-педагогической помощи обучающимся, оказавшимся в трудной жизненной ситуации, психолого-педагогического сопровождения участников образовательного процесса в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами, а также профилактики суицидального поведения обучающихся;

принять меры по обеспечению образовательных учреждений квалифицированными кадрами, в том числе педагогами-психологами и социальными педагогами, в соответствии с кадровыми и психолого-педагогическими условиями реализации основных образовательных программ начального общего и основного общего образования;

при проведении профилактической работы использовать ресурсы региональных и муниципальных образовательных учреждений для детей, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи;

активизировать взаимодействие образовательных учреждений с учреждениями здравоохранения (центрами здоровья детей) в части профилактики суицидального поведения обучающихся;

при проведении плановых проверок деятельности образовательных учреждений учитывать состояние работы по профилактике суицидального поведения обучающихся;

организовать в субъектах Российской Федерации проведение межведомственных совещаний по вопросам профилактики суицидального поведения несовершеннолетних с участием руководителей органов исполнительной власти, осуществляющих управление в сфере образования, руководителей образовательных учреждений, руководителей заинтересованных органов и учреждений системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних, уполномоченных по правам ребенка.

О принятых мерах проинформировать Департамент по электронной почте kotelnikova@mon.gov.ru и в установленном порядке в срок до 25 марта 2012 года.

2. Провести во исполнение пункта 1.4 протокола заседания Правительственной комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав от 16 августа 2011 г. № 1 по вопросу «О реализации мер, направленных на снижение смертности детей от внешних причин» проверки выполнения в субъектах Российской Федерации федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников, утвержденных приказом Минобрнауки России от 28 декабря 2010 г. № 2106.

О результатах проведенных проверок проинформировать Департамент по электронной почте taranin-ab@mon.gov.ru и в установленном порядке в срок до 25 апреля 2012 года.

Директор Департамента



А.А. Левитская

Котельникова М.П.
(499) 237-89-83

Лист согласования к документу 3015/12 от 16.03.2012

Инициатор согласования: Сафина Э.Р. Начальник отдела воспитания и дополнительного образования детей

Согласование инициировано: 17.03.2012 18:35

Лист согласования

Тип согласования: -

№	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Зиннуров А.К.	-	Подписано 19.03.2012 08:36	-