

Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение средняя
общеобразовательная школа № 9 им. М.Т. Бабыча станицы Советской
муниципального образования Новокубанский район

Утверждаю:
Директор МОБУСОШ № 9
им. М. Т. Бабыча станицы Советской

_____ А. А. Блохина

Программа
профилактики
аутоагрессивного поведения учащихся



Педагог-психолог Русанова О. Ю.

2021-2022 учебный год

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение

Цель и задачи программы

Нормативно-правовое обеспечение программы

Материально-техническое обеспечение программы

Словарь терминов

Содержание программы:

1.1. Работа педагогического состава школы по профилактике аутоагрессивного поведения среди детей и подростков

1.2. Работа педагогов школы и педагога-психолога с родителями

1.3. Работа психолога с педагогами

1.4. Работа педагога-психолога с учащимися

Механизм оценки эффективности программы

Ожидаемый результат

Список использованной литературы

Приложение № 1

Приложение № 2

Приложение № 3

«От того, что мы (взрослые) передаем в дар другому поколению
и как мы это делаем,
очень сильно зависит и физическое,
и душевное, и духовное здоровье наших воспитанников»
В. И. Слободчиков

ВВЕДЕНИЕ АКТУАЛЬНОСТЬ

Россия продолжает оставаться одной из стран, где процент совершения самоубийств наиболее высок. Количество детей и подростков, пытающихся свести счёты с жизнью, с каждым годом растёт примерно в полтора раза.

Исследования показывают, что вполне серьёзные мысли о том, чтобы покончить с собой, возникают у каждого пятого подростка. С годами суицид "молодеет": о нём думают, пытаются покончить с собой и кончают совсем ещё дети.

С точки зрения социологии, самоубийство - одна из моделей так называемого девиантного поведения, область социальной патологии - наряду с наркоманией, проституцией, преступностью и алкоголизмом. Убивая себя, человек отказывается признавать, что он часть окружающего мира, и тем самым привлекает к своей персоне, пусть посмертно, пристальное внимание того самого социума, которым столь решительно пренебрег.

По распространенности суицидов республика Саха занимает одно из первых мест. Так если в 2003 году в России произошло около двух с половиной тысяч случаев суицида среди подростков, то 37 из них в Якутии. По информации Республиканского центра психолого-медико-социального сопровождения 83,5 % суицидов в Якутии приходится на юношей 16-18 лет.

58% самоубийств совершаются в состоянии эмоционального аффекта, взрывного реагирования на нервно-психическое напряжение, когда в качестве орудия используется первое попавшееся под руку средство. (Т.Мартынова, зам.директора РЦПМСС).

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, внутрличностные конфликты и т.п. Проблема детских суицидов присуща как неблагополучным семьям, так и семьям с внешними признаками социального и финансового благополучия.

Суицидальные действия у детей часто бывают импульсивными, ситуативными и не планируются заранее. 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. Своевременная психологическая помощь, участливое отношение к подросткам, попавших в трудную жизненную ситуацию, помогли бы избежать трагедий.

Цель программы:

Организация профилактической работы по предупреждению аутоагрессивных действий среди подростков, развитие стрессоустойчивости, сохранение и укрепление психического здоровья обучающихся.

Задачи программы:

- 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» .

Принципы реализации программы:

- 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.

Нормативно-правовое обеспечение программы.

При разработке программы использовались следующие нормативные документы:

- конвенция ООН о правах ребенка;
- Конституция РФ;
- закон РФ "Об образовании";
- закон РФ "Об основных гарантиях прав ребенка" от 24.07. 1998г. № 124 Ф-3 (изменения и дополнения от 20.07.2000г.);
- федеральный Закон "Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних" от 24 июня 1999г. № 120 - Ф3 ;
- методические рекомендации по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся в учебно-воспитательном процессе в условиях модернизации образования;
- этический кодекс педагога-психолога службы практической психологии образования России (принят на Всероссийском съезде практических психологов образования, май 2003г., г. Москва).

Материально-техническое обеспечение программы.

При реализации программы необходимо использовать современные технические средства: аудио и видео оборудование, видеоматериалы, аудиоматериалы, мультимедийные презентации, разнообразный раздаточный материал для работы с обучающимися, их родителями и педагогическими работниками школы.

При групповой и индивидуальной работе следует использовать методический инструментарий: технические материалы (карандаши, краски, маркеры, пластилин и др.); вспомогательные материалы (плакаты, стенды, CD и DVD диски, мультимедийные презентации и др.)

Словарь терминов

Аутоагрессия - активность, нацеленная (осознанно или неосознанно) на причинение себе вреда в физической и психической сферах. Аутоагрессия проявляется в самообвинении, самоунижении, нанесении себе телесных повреждений различной степени тяжести вплоть до самоубийства, саморазрушительном поведении (пьянстве, алкоголизме, наркомании, рискованном сексуальном поведении, выборе экстремальных видов спорта, опасных профессий, провоцирующем поведении).

Девантное, или отклоняющееся, поведение — это устойчивое поведение личности, отклоняющееся от наиболее важных социальных норм, причиняющее реальный ущерб обществу или самой личности, а также сопровождающееся ее социальной дезадаптацией.

Принято выделять следующие формы отклоняющегося поведения: антисоциальное (делинквентное) поведение, асоциальное (аморальное) поведение, аутодеструктивное (саморазрушительное) поведение.

Кризисное состояние (психологический кризис) — это внутреннее состояние человека, реагирующего на стресс, когда все другие нормальные способы, позволяющие справиться с ситуацией, не помогают, сопровождающиеся патологической или непатологической ситуативной реакцией, психогенной, в том числе невротической реакцией, невротической депрессией, психопатической или патохарактерологической реакцией.

Суицид – самодеструктивное поведение человека, направленное на намеренное лишение себя жизни.

Суицидальная попытка – это целенаправленные действия по лишению себя жизни, не закончившиеся смертью.

Суицидальные замыслы – активная форма проявления суицидальности, т.е. тенденция к самоубийству, глубина которой нарастает параллельно степени разработки плана её реализации.

Суицидальный риск – склонность человека к совершению действий, направленных на собственное уничтожение.

Суицидент – человек, совершивший самоубийство или покушение на самоубийство.

Социальная среда – человеческое, духовное, предметное окружение ребенка, которое оказывает влияние на его личностное развитие, выступая реальным пространством его формирования и самореализации.

Толерантность – способность человека, принимать других людей такими, каковы они есть, сосуществовать и взаимодействовать с ними.

Содержание программы.

Исходя, из цели и задач программы работа проводится по следующим направлениям:

1. Выявление и реабилитация детей «группы риска» и семей, находящихся в социально опасном положении:

Статьей 14 Федерального закона РФ №120 «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» на образовательные учреждения возложена обязанность оказывать социально-психологическую и педагогическую помощь несовершеннолетним, имеющим отклонения в развитии или поведении, выявлять подростков и семьи, находящихся в социально-опасном положении. Усилить внимание педагогов на выявление случаев жестокого обращения к детям в семье, выявление детей, нуждающихся в психологической, социальной помощи.

Министерство образования России в информационном письме от 26 января 2000 г. №22-06-86 «О мерах по профилактике суицида среди детей и подростков» указывает, что жестокое обращение взрослых с детьми и подростками приводит их к отчаянию, безысходности, депрессиям и, как следствие, к самоубийству. За каждым таким случаем стоит личная трагедия, катастрофа, безысходность, когда страх перед жизнью побеждает страх смерти.

- диагностика – тесты на определение личностной и реактивной тревожности, подверженности стрессу, депрессии.
- создание электронной базы данных по социально неблагополучным семьям, детям, склонным к суицидальному поведению;
- проведение профилактических мероприятий, направленных на снижение суицидального риска.

2. Координация и межведомственное взаимодействие со специалистами различных учреждений.

- Осуществление межведомственного взаимодействия со специалистами различных учреждений и организаций поселка в организации работы по снижению случаев суицидальных действий среди подростков.

3. 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 мероприятия.

4. Оптимизация межличностных отношений в школе.

Поскольку причинами суицидов среди подростков являются также и нарушения межличностных отношений в школе, необходимо принять меры по формированию классных коллективов, нормализации стиля общения педагогов с учащимися.

Оптимизации учебной деятельности учащихся, вовлечению учащихся в социально-значимые виды деятельности, организации школьного самоуправления, формированию установок у учащихся на самореализацию в социально-одобряемых сферах жизнедеятельности (культуре, спорте, искусстве, науке и др.).

Взаимоотношения с учащимися должны строиться на основе уважения, убеждения, спокойном, доброжелательном тоне общения.

РАБОТА ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОЛЛЕКТИВА ШКОЛЫ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ АУТОАГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ СРЕДИ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ (Приложение 1)

В школе введен мониторинг психолого-педагогического и физического развития детей с целью выявления детей «группы риска», имеющих проблемы в обучении, поведении, здоровье, в том числе, имеющих суицидальные проявления.

У педагога-психолога на каждый класс и на каждого ученика заведена папка, где в каждом учебном году вносится информация о динамике развития классного коллектива и ученика. Также в индивидуальной папке учащегося есть карта-информация по психолого-педагогическому статусу, уровню воспитанности и другим показателям.

Классные руководители ведут «Дневник классного руководителя», где содержится информация об учащихся, их родителях, социально-педагогическая характеристика классного коллектива, план работы с классом. На каждого учащегося состоящего на внутришкольном учете по различным причинам, классный руководитель ведет дневник индивидуальной работы, где имеются данные об учащемся и родителях, его характеристика, акты обследования семьи, индивидуальная работа с учащимся.

Классные руководители школы проводят работу с учащимися, состоящими на внутришкольном учете, ведут документацию на каждого учащегося, посещают семьи.

Медик проводит мониторинг физического развития учащихся. Своевременно доводит до сведения кл. руководителей и физическом неблагополучии ребенка.

Работа педагогического коллектива школы проходит в тесном взаимодействии всех служб образовательного учреждения. Итоги мониторинга подводятся на ежегодном плановом школьном психолого-медико-педагогическом консилиуме по каждому классу и каждому ребенку класса. По результатам мониторинга психолого-педагогического и физического развития обучающихся на каждого ребенка разрабатывается индивидуальный план коррекционно-развивающей работы, направленный на создание социально-психологических условий для развития личности учащегося и его успешного обучения, а так же для оказания помощи ребенку, имеющему проблемы в психофизическом развитии и обучении. Такой план (или программа) разрабатывается совместно со всеми заинтересованными специалистами (директором, заместителем директора по УР, заместителем директора по ВР, классным руководителем, воспитателем, педагогом-психологом, социальным педагогом, медицинским работником, учителем-предметником), что позволяет обеспечить и систематизировать их взаимодействие. Любой план индивидуальной работы с ребенком и его семьей подлежит обязательному утверждению на педагогическом совете, школьном ПМПК или Совете профилактики. При необходимости в план вносятся коррективы.

Классный руководитель, социальный педагог, педагог-психолог, заместитель директора по ВР активно взаимодействуют при диагностической работе по выявлению кризисных состояний и агрессивного и аутоагрессивного поведения у обучающихся.

Одним из направлений деятельности школьного ППК является реальная помощь ребенку и его семье. Помимо разработки и утверждения плана индивидуальной работы с детьми «группы риска» и их семьями, председатель школьного ППК – отслеживает выполнение решений консилиума и на последующих заседаниях информирует членов о ходе выполнения решений.

РАБОТА ПЕДАГОГОВ ШКОЛЫ И ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА С РОДИТЕЛЯМИ

В школе используются разнообразные формы работы с семьей, способствующие активному взаимодействию детей и родителей. Проводятся родительские собрания с рассмотрением вопросов детско-родительских отношений, проблем и условий семейного воспитания, межличностных отношений со сверстниками и взаимоотношений полов, профилактики семейных конфликтов.

Классные руководители обращают особое внимание на индивидуальную работу с семьей. Общаются с родителями, посещают обучающихся на дому. Данная работа не сводится к простому информированию о успехах ребенка в учебе, пропусках школы, а проводится с целью изучения условий жизни и воспитания в семье и при необходимости помочь и проконсультировать родителей по выявленным проблемам. Анализ деятельности классных руководителей и социального педагога, отчеты о проделанной работе кроме количественных показателей, содержат качественный анализ и результативность по данному направлению.

Педагог-психолог при работе с родителями стремится к решению следующих задач:

- расширить знания родителей о причинах, признаках и характере детского и подросткового суицида;
- способствовать переоценке взаимоотношений с детьми;
- формировать уважение к личности ребенка и пониманию его проблем.

Формы работы с родителями:

- групповые – семинары, лекции; беседы, анкетирование;
- индивидуальные – консультации, беседы, анкетирование;
- особой формой работы с родителями является создание и распространение информационно-методических материалов.

РАБОТА ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА С ПЕДАГОГАМИ

Педагог-психолог при работе с педагогами стремится к решению следующих задач:

- ознакомление педагогов с теоретическими аспектами проблемы аутоагрессивного поведения детей и подростков и использование информации в работе;
- формирование представлений о методах своевременного выявления обучающихся, находящихся в трудной жизненной ситуации, нуждающихся в незамедлительной помощи (защите, экстренной помощи, обеспечении безопасности, снятии стрессового состояния);
- расширение знаний педагогов о возрастных особенностях обучающегося на разных ступенях обучения с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих в психическом состоянии, межличностном общении в классном коллективе и социуме, развитии и обучении;
- формирование компетенций педагогов, обеспечивающих деятельность по улучшению детско-родительских отношений.

Основными формами работы педагога-психолога с педагогами являются:

- групповые – лекции, теоретический семинар, семинар-практикум, беседы, анкетирование, тренинг, семинар-практикум с элементами психотерапевтических техник
- индивидуальные – консультации, беседы, анкетирование, элементы психотерапевтических техник, релаксация;
- особой формой работы с педагогами является создание и распространение информационно-методических материалов.

Работа педагога-психолога с учащимися

Работа педагога-психолога с учащимися состоит из нескольких этапов:

- *Информационный этап.*

Создание базы данных об учащихся, их окружении является необходимым условием для успешной работы. На ребенка и его семью составляется «карта учащегося», где отражаются психологические особенности ученика, его адаптированность в условиях учебного учреждения, социометрический статус в классном коллективе, психологический климат в семье и данные о родителях или законных представителях.

- *Диагностический этап.*

Диагностические мероприятия проводятся в соответствии с планом работы педагога-психолога. В случае возникновения проблем и по запросам педагогов, родителей проводится углубленная диагностика.

- *Организационный этап.*

На основании полученных данных и результатов психодиагностики разрабатывается индивидуальный план сопровождения ребенка и его семьи.

- *Реабилитационный этап.*

Осуществляются мероприятия в соответствии с индивидуальным планом сопровождения.

- *Завершающий этап.*

Проводится психодиагностика с целью определения результативности проделанной работы и получения прогноза на будущее.

«Психологическая Азбука»

По задачам и методам программа «Психологическая азбука» представляет собой развивающие групповые занятия, в ходе которых дети знакомятся с основными психологическими понятиями, получают возможность тренировать элементарные навыки рефлексии.

Главная цель программы – развитие личности ребенка, в частности, его самосознания и рефлексивных способностей в тех пределах, которые определяются возрастными возможностями и требованиями психологической безопасности, предохраняющими ребенка от излишней «боли самосознания».

Основной принцип, лежащий в основе обучения курсу, - принцип метафоризации психологических представлений, благодаря которому достигается единство общего материала психологии с психологическим материалом конкретной личности.

Курс рассчитан на 4 года обучения. Продолжительность занятия 35-45 минут. В программу каждого года обучения включено по пять разделов.

В первом классе программа призвана решить следующие основные задачи:

- ❖ Помочь детям быстрее и по возможности безболезненно адаптироваться к школьным условиям
- ❖ Познакомить детей с базовым понятийным аппаратом психологии
- ❖ Учить методам и приемам познания себя
- ❖ Учить осмысленно относиться к ресурсам человеческой психики, эффективно использовать их во всех основных видах и формах познания
- ❖ Помочь детям осознать ведущие каналы восприятия информации и ориентировать их на целенаправленное развитие всей системы восприятия окружающего мира
- ❖ Познакомить детей с понятиями «чувства и эмоции»
- ❖ Научить детей осознавать и называть собственные переживания
- ❖ Помочь детям осознать свои задатки и способности

Программа предполагает проведение одного занятия в неделю.

Тематический план (1 класс)

№	Название занятия	Колво часов	Дата
РАЗДЕЛ 1. Теперь я школьник			
1	Знакомство	1	
2	Я теперь школьник. Что значит быть школьником	1	

3	Знакомство с Пси-Магом	1	
РАЗДЕЛ 2. Введение в мир психологии			
4	Королевство Внутреннего Мира	1	
5	Сказка о волшебных зеркалах	1	
6	Что я знаю о себе?	1	
7	Что я знаю о себе и о других?	1	
8	Я – это кто?	1	
РАЗДЕЛ 3. Психика и познание мира			
9	Мои ощущения	1	
10	Мое восприятие мира	1	
11	Мое внимание	1	
12	Как быть внимательным? Развиваем внимание	1	
13	Я умею быть внимательным	1	
РАЗДЕЛ 4. Темперамент и характер			
14	Что такое темперамент	1	
15	Типы темперамента	1	
16	Разные люди – разные характеры	1	
17	Какой у меня характер	1	
18	Какой характер у других	1	
19	Мой характер: оценим недостатки	1	
РАЗДЕЛ 5. Я и мои эмоции			
20	Что такое эмоции?	1	
21	Какие бывают эмоции?	1	
22	Конкурс чувствоведов	1	
23	Что я знаю о своих эмоциях?	1	
24-25	Королевство внутреннего мира	2	

Программа *второго класса* направлена на раскрытие творческого потенциала личности ребенка, что реализуется через развитие его познавательной деятельности. Одной из важнейших задач начальной школы является формирование базового умения учиться, предполагающего развитие целого комплекса необходимых качеств. В этот комплекс входит:

- Умение наблюдать и замечать, воспринимать и понимать смысл учебных задач
- Осознание способов выполнения действий
- Сформированные навыки самоконтроля, самооценки и рефлексии
- Волевые качества, произвольность внимания, памяти и мышления
- Достаточно высокий уровень саморегуляции
- Творческое воображение
- Развитые мыслительные операции – анализ, синтез, сравнение, обобщение, абстрагирование и классификация.

Программы третьего и четвертого классов направлены на развитие соответствующих возрасту качеств личности учащихся.

Известно, что в подростковом возрасте на первый план выходят проблемы общения и самопознания. В этот возрастной период происходит и изменение условий обучения: дети переходят из начальной школы в среднюю, а это, как правило, сопровождается появлением разного рода трудностей. Для этого возраста характерно повышение тревожности, неуверенности, страхов. У детей с трудностями в развитии все эти проблемы проявляются гораздо острее.

Общение в жизни детей подросткового возраста играет важнейшую роль. Именно в общении дети усваивают систему нравственных принципов, типичных для общества и социальной среды.

В работе с подростками отдается предпочтение групповой форме проведения психологических занятий. Младший подростковый возраст является очень благоприятным временем для начала проведения подобной работы.

Общение со сверстниками воспринимается подростками как нечто очень важное и личностное, однако известно, что у ребят существует потребность и в благоприятном, доверительном общении со взрослыми.

Для большинства детей, испытывающих трудности в обучении и поведении, характерны частые конфликты с окружающими и агрессивность. Такие дети не желают и не умеют признавать свою вину, у них доминируют защитные формы поведения, они не способны конструктивно разрешать конфликты.

Программа работы с учащимися 5-6 классов составлена на основе авторской программы «Уроки общения для младших подростков». Она представлена несколькими разделами:

- **I** — развитие **самопознания и рефлексии**;
- **II** — обучение **навыкам позитивного общения**;
- **III** — разрешение **проблем общения**;
- **IV** — обучение **навыкам культуры поведения**.

Программа призвана способствовать гармонизации отношений детей с окружающей средой, их социализации.

Большое внимание на занятиях уделяется обсуждению различных ситуаций, групповым дискуссиям, ролевому проигрыванию, творческому самовыражению, самопроверке и групповому тестированию.

На психологических занятиях подросткам очень важно ощущать полную безопасность и доверие к ведущему. Поэтому психолог организует доброжелательную и доверительную атмосферу взаимного общения.

На занятиях используются известные большинству психологов игры и упражнения.

Структура занятий традиционна и состоит из вступления, основной части и заключения. Во вступлении ведущий может либо просто сообщить тему занятия, либо задать учащимся вопросы по обсуждаемой теме. Основная часть, как правило, содержит обсуждение и проигрывание ситуаций по предложенной теме, а заключительная направлена на анализ занятия, самопроверку и рефлексию.

Программа работы с учащимися 7-8 классов составлена на основе авторской программы Микляевой А. "Я - подросток»

Тематический план курса «Мир эмоций» (7 класс)

№	Название занятия	Количество часов	дата
1	Что значит «Я-подросток»?	1	
2	Как узнать эмоцию?	1	
3	Я - наблюдатель	1	
4	Мои эмоции	1	
5	Эмоциональный словарь	1	
6	Чувства «полезные» и «вредные»	1	
7	Сказка «Страна чувств»	1	
8	Нужно ли управлять своими эмоциями	1	
9	Что такое «запретные» чувства	1	
10	Какие чувства мы скрываем?	1	
11	Маска	1	
12	Я в «бумажном зеркале»	1	
13	«Бумажное отражение»	1	
14	Что такое страх?	1	
15	Страхи и страшилки	1	
16	Страшная-страшная сказка	1	
17	Побеждаем все тревоги	1	
18	А что они об мне подумают?	1	
19	Страх оценки	1	
20	Злость и агрессия	1	
21	Как справиться со злостью	1	
22	Лист гнева	1	
23	Обида	1	
24	Как простить обиду?	1	
25	Ах, чем я виноват?	1	
26	Что такое эмпатия?	1	
27	Зачем мне нужна эмпатия	1	

28	Развиваем эмпатию	1	
29	Еще раз про эмпатию	1	
30	Эмпатия в действии	1	
31	Способы выражения чувств	1	
32	Тренировка «Я-высказываний»	1	
33	Комплименты	1	
34	Подведение итогов	1	

Тематический план курса «Встречи с самим собой» (8 класс)

№	Название занятия	Количество часов	дата
1	Наедине с собой	1	
2	Что я знаю о себе?	1	
3	Мое имя	1	
4	Мои имена	1	
5	Мое уникальное «я»	1	
6	Я глазами других	1	
7	Как меня видят другие?	1	
8	Мои достоинства и недостатки	1	
9	Мои «плюсы» и «минусы» со стороны	1	
10	Мои недостатки	1	
11	Как превратить недостатки в достоинства	1	
12	Мои ценности	1	
13	Наши ценности	1	
14	Я в бумажном зеркале	1	
15	«Отражение»	1	
16	Планирование времени	1	
17	Время взрослеть	1	
18	Моя будущая профессия	1	
19	Как я выгляжу?	1	
20	Как я выгляжу?	1	
21	Моя семья	1	
22	«Трудные дети» и «трудные родители»	1	
23	Мои права в семье	1	
24	Что такое дружба	1	
25	Мужчины и женщины	1	
26	Я -...	1	
27	Что такое любовь?	1	
28	Рисковать или не рисковать?	1	
29	Что такое уверенность в себе	1	
30	Тренируем уверенность в себе	1	
31	Уверенное выступление	1	
32	Умение сказать «нет»	1	
33	Чем уверенность отличается от самоуверенности	1	
34	Подведение итогов	1	

Учащиеся 9-11 классов входят в новый период возрастного развития. У учащихся этого возраста складывается потребность в развитии социального интеллекта. Учащимся важно получить оценку окружающих, сравнить ее с самооценкой.

Групповые занятия «Познавая себя и других» является своеобразным мостиком в личностном развитии учащихся, обеспечивает преемственность прошлого и будущего.

Цели занятий:

- Формирование психологической готовности старшеклассников к вступлению во взрослую жизнь
- Развитие социального интеллекта (овладение способами и приемами конструктивного взаимодействия с окружающими)

- Развитие рефлексии
- Развитие эрудиции

Задачи:

- Обеспечение участников теоретической психологической информацией
- Обеспечение участников средствами познания других людей и самопознания
- Развитие навыков групповой работы
- Формирование мотивов самоактуализации

Занятия проводятся 1 раз в неделю на протяжении всего учебного года.

Тематический план

№	Тема занятия	Количество часов
1	Введение к курсу занятий	1
2	Что такое тренинг.	1
3-4	Самопрезентация	2
5	Правила тренинговых занятий	1
6	Понятие о личности	1
7-8	Методы психологии	2
9-10	Ценностные ориентации личности	2
11-12	Воображение. Групповая оценка	2
13	Отношение к окружающим людям	1
14-15	Конструктивное взаимодействие	2
16-17	Темперамент	2
18-19	Характер	2
20	Характеристика человека	1
21	Потребности человека	1
22	Интеллект	1
23-24	Эмоции и мимика	2
25-26	Жесты и наблюдательность	2
27-28	Навыки распознавания эмоций и чувств	2
29-30	Умение понимать других	2
31-32	Безусловно позитивное отношение к окружающим	2
33	Итоговое занятие	1

ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ, РЕАЛИЗУЕМЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИМ СОСТАВОМ ШКОЛЫ ПО ВЫЯВЛЕНИЮ У УЧАЩИХСЯ СКЛОННОСТИ К АУТОАГРЕССИВНОМУ ПОВЕДЕНИЮ.

Диагностика обучающихся 7-11 классов проводится не реже двух раз в учебном году в соответствии с планом мероприятий по психолого-педагогическому сопровождению учащихся склонных к аутоагрессивному поведению. Диагностическая работа обеспечивает своевременное выявление негативных эмоциональных состояний и суицидального риска у учащихся, а так же позволяет оценить эффективность психолого-педагогического сопровождения и коррекции детей «группы риска».

В приложении № 3 представлены образцы используемых методик.

МЕХАНИЗМ ОЦЕНКИ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОГРАММЫ.

Качественные и количественные критерии оценки достижения планируемых результатов представлены в таблице.

Показатель эффективности	Диагностический инструментарий
Эффективность психолого – медико-педагогической поддержки и сопровождения обучающихся группы риска кризисных состояний, обучающихся с агрессивным и аутоагрессивным поведением и их семей.	Анкетирование родителей (анкета в приложение 2)
Снижение количества обучающихся, имеющих склонность к аутоагрессивному поведению.	Шкала депрессии Зунге Опросник Бека (Приложение 3)

Снижение количества обучающихся, имеющих высокий уровень агрессии, враждебности и склонности к девиантному поведению.	Методика самооценки психических состояний (по Айзенку) Тест «НВС-10» (Приложение 3)
Снижение количества обучающихся, с негативным психическим состоянием.	Методика самооценки психических состояний (приложение 3)

Список литературы

1. Акопов Г. В. и др. (ред.) Методы профилактики суицидального поведения. – Самара-Ульяновск, 1998.
2. Амбрумова А.Г., Бородин С.В., Михлин А.С. Предупреждение самоубийств. – М., 1980.
3. Амбрумова А. Г., Тихоненко В.А. Диагностика суицидального поведения. Методические рекомендации. – М., 1980.
4. Бек А., Раш А. И др. Когнитивная терапия депрессий. – СПб.: Питер, 2003.
5. Гишинский Я.И. Самоубийство как социальное явление. Проблемы борьбы с девиантным поведением. – М., 1989.
6. Голант М., Голант С. Если тот, кого вы любите, в депрессии. Помоги себе - помоги другому. – М.: Институт психотерапии, 2001.
7. Конанчук Н. В. Первый психотерапевтический контакт после суицида. Психогигиена и психопрофилактика. – Л., 1983.
8. Леонгард К. Акцентуированные личности. – Ростов-на-Дону: Феликс, 1997.
9. Литвак М.Е., Мирочич М.О. Как преодолеть острое горе. – Ростов-на-Дону: Феликс, 2000.
10. Лукас К., Сейден Г. Молчаливое горе: жизнь в тени самоубийства. – М.: Смысл, 2000.
11. Пурич-Пейякович Й., Дуныч Д. Й. Самоубийство подростков. – М.: Медицина, 2000.
12. Старшенбаум Г. В. Формы и методы кризисной психотерапии. Методические рекомендации. – М., 1987.

Ожидаемый результат

Организованная, таким образом работа позволит осуществлять социальную и психологическую защиту детей, снизить количество детей с аутоагрессивным поведением и избежать суицидальных попыток. Также позволит организовать работу по оптимизации взаимоотношений в детско-родительской среде

Достоинства настоящей программы видятся:

- В имеющихся возможностях для психологического раскрепощения школьников, для формирования навыков и приемов, способствующих самовыражению каждого ученика;
- В имеющихся возможностях для оказания помощи классному руководителю, учителю-предметнику строить учебно-воспитательную работу в системе, с учетом психологических и возрастных особенностей учащихся;
- В создании условий для своевременной корректировки выявленных психологических проблем и совершенствования и оптимизации учебно-воспитательного процесса.
- Наибольший эффект программа может иметь, реализованная как целостная система совместной деятельности педагогов, психолога, администрации школы и родителей, направленная на активное приспособление ребенка к социальной среде, включающее в себя как успешное функционирование, так и перспективное психологическое здоровье.

Приложение 1

Планируемые мероприятия на 2021-2022 учебный год

Просвещение и профилактика		
Учащиеся		
Мероприятия	Сроки	Ответственные
Выявление и реабилитация несовершеннолетних и их семей, оказавшихся в сложной жизненной ситуации	В течение года	Классные руководители педагог-психолог
Составление базы данных по социально неблагополучным семьям.	Сентябрь	Классные руководители педагог-психолог
Проведение индивидуальных профилактических мероприятий с семьями социального риска.	В течение учебного года	Классные руководители педагог-психолог
Организация оздоровления и отдыха во внеурочное	В течение года по	Заместитель директора

время детей из неблагополучных и малообеспеченных семей.	отдельному плану	по УВР
Организация работы по профилактике профессионального выгорания.	В течение года	Педагог-психолог
Психологические классные часы	В течение года	Классные руководители Педагог-психолог
Правовые классные часы:	В течение года по плану	Классные руководители
Психолого-педагогическая поддержка обучающихся к выпускным экзаменам (9класс)	В течение года	Классный руководитель педагог-психолог
Уроки психологии для учащихся 1-9 классов	В течение года еженедельно	педагог-психолог
Месячники психологического здоровья (по отдельному плану)	Ноябрь, март	Педагог-психолог Заместитель директора по УВР Кл.руководители
Семинар классных руководителей «Психологический климат в классе».	В течение года	Педагог-психолог Заместитель директора по ВР
Семинар классных руководителей «Профилактика конфликтных ситуаций и работа с ними».	В течение года	Педагог-психолог Заместитель директора по ВР
Семинар-практикум «Методы разрешения педагогических конфликтов».	В течение года	Педагог-психолог Заместитель директора по ВР
Родительский лекторий: ➤ Возрастные психолого-педагогические особенности (младший школьник, подросток, старший школьник).	В течение года	Классные руководители
Диспут «Позитивное и негативное в поведении ребенка: как к этому относиться».	В течение года	Классные руководители
Диагностика		
Учащиеся		
Исследование социального статуса	В течение года	Педагог-психолог
Исследование уровня адаптации учащихся 1, 5 классов	I полугодие	Педагог-психолог
Методика самооценки психических состояний. Шкала депрессии Зунге. Тест Бека	Ноябрь, март	Педагог-психолог
Изучение уровня воспитанности учащихся 1-11 классов	октябрь	Педагог-психолог Кл.руководители
Оценка способов реагирования на конфликтные ситуации.	В течение года	Классные руководители педагог-психолог
Склонность к отклоняющемуся поведению.	В течение года	Классные руководители
Оценка уровня мотивации учащихся 5-7 классов	Первое полугодие	Педагог-психолог

Приложение 2

Анкета для родителей

Вопросы	Ответы		
	да	нет	Трудно сказать
1. Считаете ли Вы, что специалисты школы в достаточном объеме информируют о факторах способствующих агрессивному, аутоагрессивному поведению и кризисным состояниям ребенка (тематические стенды, родительские собрания, индивидуальные консультации, общие родительские собрания, распространение информационно-методических материалов)?			
2. Получаете ли Вы достаточную информацию о результатах психологического исследования Вашего ребёнка?			
3. Проводятся ли с вашим ребенком профилактические и коррекционно-развивающие занятия в школе?			

4. Удовлетворены ли Вы результатами психолого-медико-педагогического сопровождения вашего ребенка?			
5. Удовлетворены ли Вы тематическими родительскими собраниями, психологическими семинарами по психолого-педагогическому просвещению с участием узких специалистов школы: педагогом-психологом, социальным педагогом, логопедом?			
6. Считаете ли Вы необходимым проведение тематических родительских собраний, психологических семинаров, тренингов?			

Приложение 3

Комплекс психодиагностических методик для выявления группы риска по суицидальному поведению

Предлагаемый комплекс психодиагностического инструментария представляет собой комплекс психологических методик и тестов, используемых педагогом-психологом для выявления детей группы риска по суицидальному поведению.

Методика самооценки психических состояний (по Г. Айзенку)

Инструкция. Предлагаем вам описание различных психических состояний. Если это состояние очень подходит вам, то за ответ ставится 2 балла; если подходит, но не очень, то — 1 балл; если совсем не подходит — то 0 баллов.

Психическое состояние	Подходит	Подходит, но не очень	Не подходит
1 Не чувствую в себе уверенности	2	1	0
2 Часто из-за пустяков краснею	2	1	0
3 Мой сон беспокоен	2	1	0
4 Легко впадаю в уныние	2	1	0
5 Беспокоюсь о только воображаемых еще неприятностях	2	1	0
6 Меня пугают трудности	2	1	0
7 Люблю копаться в своих недостатках	2	1	0
8 Меня легко убедить	2	1	0
9 Я мнительный	2	1	0
10 С трудом переношу время ожидания	2	1	0
11 Нередко мне кажутся безвыходными положения, из которых можно найти выход	2	1	0
12 Неприятности меня сильно расстраивают, я падаю духом	2	1	0
13 При больших неприятностях я склонен без достаточных оснований винить себя	2	1	0
14 Несчастья и неудачи ничему меня не учат	2	1	0
15 Я часто отказываюсь от борьбы, считая ее бесплодной	2	1	0
16 Я нередко чувствую себя беззащитным	2	1	0
17 Иногда у меня бывает состояние отчаяния	2	1	0
18 Чувствую растерянность перед трудностями	2	1	0
19 В трудные минуты жизни иногда веду себя по-детски, хочу, чтобы меня пожалели	2	1	0
20 Считаю недостатки своего характера неисправимыми	2	1	0
21 Оставляю за собой последнее слово	2	1	0
22 Нередко в разговоре перебиваю собеседника	2	1	0
23 Меня легко рассердить	2	1	0
24 Люблю делать замечаний другим	2	1	0
25 Хочу быть авторитетом для окружающих	2	1	0
26 Не довольствуюсь малым, хочу наибольшего	2	1	0
27 Когда разгневаюсь, плохо себя сдерживаю	2	1	0
28 Предпочитаю лучше руководить, чем подчиняться	2	1	0
29 У меня резкая, грубовата» жестикуляция	2	1	0
30 Я мстителен	2	1	0
31 Мне трудно менять привычки	2	1	0

32	Нелегко переключаю внимание	2	1	0
33	Очень настороженно отношусь ко всему новому	2	1	0
34	Меня трудно переубедить	2	1	0
35	Нередко у меня не выходят из головы мысли, от которых следовало бы освободиться	2	1	0
36	Нелегко сближаюсь с людьми	2	1	0
37	Меня расстраивают даже незначительные нарушения плана	2	1	0
38	Нередко я проявляю упрямство	2	1	0
39	Неохотно иду на риск	2	1	0
40	Резко переживаю отклонения от принятого мною режима	2	1	0

Интерпретация тестирования

Подсчитайте сумму баллов за каждую из 4 групп вопросов.

I. Тревожность (вопросы 1-10)

- 0-7 баллов Низкая тревожность
 8-14 баллов Тревожность средняя, допустимого уровня
 15-20 баллов Высокая тревожность

II. Фрустрация (вопросы 11 –20)

- 0-7 баллов Вы имеете высокую самооценку, устойчивы к неудачам и не боитесь трудностей
 8-14 баллов Средний уровень, фрустрация имеет место
 15-20 баллов У вас низкая самооценка, вы избегаете трудностей, боитесь неудач

III. Агрессивность (вопросы 21-30)

- 0-7 баллов Вы спокойны, выдержанны
 8-14 баллов Средний уровень
 15-20 баллов Вы агрессивны, невыдержанны. Есть трудности в работе с людьми

IV. Ригидность (вопросы 31-40)

- 0-7 баллов Ригидности нет, легкая переключаемость
 8-14 баллов Средний уровень
 15-20 баллов Сильно выраженная ригидность, вам противопоказаны резкие изменения в жизни (учебе, работе, семье)

Шкала депрессии Зунге (Т.И.Балашовой)

№	Утверждения	Никогда	Иногда	Часто	Постоянно
1.	Я чувствую подавленность	1	2	3	4
2.	Утром я чувствую себя лучше всего	4	3	2	1
3.	У меня бывают периоды плача или близости к слезам	1	2	3	4
4.	У меня плохой ночной сон	1	2	3	4
5.	Аппетит у меня не хуже обычного	4	3	2	1
6.	Мне приятно общаться с привлекательными лицами противоположного пола	4	3	2	1
7.	Я замечаю, что теряю вес	1	2	3	4
8.	Меня беспокоят запоры	1	2	3	4
9.	Сердце бьется быстрее, чем обычно	1	2	3	4
10.	Я устаю без всяких причин	1	2	3	4
11.	Я мыслю так же ясно, как всегда	4	3	2	1
12.	Мне легко делать то, что я умею	4	3	2	1
13.	Чувствую беспокойство и не могу усидеть на месте	1	2	3	4
14.	У меня есть надежды на будущее	4	3	2	1
15.	Я более раздражителен, чем обычно	1	2	3	4
16.	Мне легко принимать решения	4	3	2	1
17.	Я чувствую, что полезен и необходим людям	4	3	2	1
18.	Я живу достаточно полной жизнью	4	3	2	1
19.	Я чувствую, что другим людям станет лучше, если я умру	1	2	3	4
20.	Меня до сих пор радует то, что радовало всегда	4	3	2	1

Обработка и интерпретация результатов теста

Уровень депрессии (УД) рассчитывается как сумма всех зачеркнутых цифр:

- Если УД не более 50 баллов, то диагностируется состояние без депрессии.

- Если УД от 50 до 59 баллов, то делается вывод о легкой депрессии ситуативного или невротического генеза.
- Показатель УД от 60 до 69 баллов – субдепрессивное состояние или маскированная депрессия.
- Истинное депрессивное состояние диагностируется при УД более 70 баллов
-

Шкала депрессии Э. Бека

(для старшеклассников 9 класс)

** Тестирование проводится среди учащихся, у которых отмечается высокий уровень личностной тревожности*

ИНСТРУКЦИЯ. Вам предлагается ряд утверждений. Выберите одно утверждение в каждой группе, которое лучше всего описывает Ваше состояние за прошедшую неделю, включая сегодняшний день. Обведите кружком соответствующую букву (номер) утверждения, которое Вы выбрали. Если в группе несколько утверждений в равной мере хорошо описывают Ваше состояние, обведите каждое из них. Прежде чем сделать выбор, внимательно прочтите все утверждения в каждой группе.

1	<p>а. - я чувствую себя хорошо;</p> <p>б. - мне плохо;</p> <p>в. - мне все время грустно, и я ничего не могу с собой поделать;</p> <p>г. - мне так скучно и грустно, что я не в силах больше терпеть.</p>
2	<p>а. - будущее не пугает меня;</p> <p>б. - я боюсь будущего;</p> <p>в. - меня ничто не радует;</p> <p>г. - мое будущее беспроблемно.</p>
3	<p>а. - в жизни мне большей частью везло</p> <p>б. - неудач и провалов было у меня больше, чем у кого-либо другого;</p> <p>в. - я ничего не добился в жизни;</p> <p>г. - я потерпел полное фиаско – как родитель, партнер, ребенок, на профессиональном уровне – словом, всюду.</p>
4	<p>а. - не могу сказать, что я неудовлетворен;</p> <p>б. - как правило, я скучаю;</p> <p>в. - что бы я ни делал, ничто меня не радует, я как заведенная машина;</p> <p>г. - меня не удовлетворяет абсолютно все;</p>
5	<p>а. - у меня нет ощущения, будто я кого-то обидел;</p> <p>б. - может, я и обидел кого-то, сам того не желая, но мне об этом ничего не известно;</p> <p>в. - у меня такое чувство, будто я всем приношу только несчастья;</p> <p>г. - я плохой человек, слишком часто я обижал других людей.</p>
6	<p>а. - я доволен собой;</p> <p>б. - иногда я чувствую себя несносным;</p> <p>в. - порой я испытываю комплекс неполноценности;</p> <p>г. - я совершенно никчемный человек.</p>
7	<p>а. - у меня не складывается впечатление, будто я совершил нечто такое, что заслуживает наказания;</p> <p>б. - я чувствую, что наказан или буду наказан за нечто такое, чему стал виной;</p> <p>в. - я знаю, что заслуживаю наказания;</p> <p>г. - я хочу, чтобы жизнь меня наказала.</p>
8	<p>а. - я никогда не разочаровывался в себе;</p> <p>б. - я много раз испытывал разочарование в самом себе;</p> <p>в. - я не люблю себя;</p> <p>г. - я себя ненавижу.</p>
9	<p>а. - я ничем не хуже других;</p> <p>б. - порой я допускаю ошибки;</p> <p>в. - просто ужасно, как мне не везет;</p> <p>г. - я сею вокруг себя одни несчастья.</p>
10	<p>а. - я люблю себя и не обижаю себя;</p> <p>б. - иногда я испытываю желание сделать решительный шаг, но не отваживаюсь;</p> <p>в. - лучше было бы вовсе не жить;</p> <p>г. - я подумываю о том, чтобы покончить жизнь самоубийством.</p>
11	<p>а. - у меня нет причин плакать;</p> <p>б. - бывает, что я и поплачу;</p>

	<p>в. - я плачу теперь постоянно, так что не могу выплакаться;</p> <p>г. - раньше я плакал, а теперь как-то не выходит, даже когда хочется.</p>
12	<p>а. - я спокоен;</p> <p>б. - я легко раздражаюсь;</p> <p>в. - я нахожусь в постоянном напряжении, как готовый взорваться паровой котел;</p> <p>г. - мне теперь все безразлично; то, что раньше раздражало меня, сейчас будто бы меня не касается.</p>
13	<p>а. - принятие решения не доставляет мне особых проблем;</p> <p>б. - иногда я откладываю решение на потом;</p> <p>в. - принимать решение для меня проблематично;</p> <p>г. - я вообще никогда ничего не решаю.</p>
14	<p>а. - бывать на людях для меня так же приятно, как и раньше;</p> <p>б. - мне приходится заставлять себя встречаться с людьми;</p> <p>в. - у меня нет никакого желания бывать в обществе;</p> <p>г. - я нигде не бываю, люди не интересуют меня, меня вообще не волнует ничто постороннее.</p>
15	<p>а. - мне не кажется, будто я выгляжу плохо или хуже, чем прежде;</p> <p>б. - меня волнует, что я неважно выгляжу;</p> <p>в. - я выгляжу плохо;</p> <p>г. - я безобразен, у меня просто отталкивающая внешность.</p>
16	<p>а. - совершить поступок – для меня не проблема;</p> <p>б. - мне приходится заставлять себя, чтобы сделать какой-либо важный в жизни шаг;</p> <p>в. - чтобы решиться на что-либо я должен очень много поработать над собой;</p> <p>г. - я вообще не способен что-либо реализовать.</p>
17	<p>а. - я сплю спокойно и хорошо высыпаюсь;</p> <p>б. - по утрам я просыпаюсь более утомленным, чем был до того, как заснул;</p> <p>в. - я просыпаюсь рано и чувствую себя невыспавшимся;</p> <p>г. - иногда я страдаю бессонницей, иногда просыпаюсь по несколько раз за ночь, в общей сложности я сплю не более пяти часов в сутки.</p>
18	<p>а. - у меня сохранилась прежняя работоспособность;</p> <p>б. - я быстро устаю;</p> <p>в. - я чувствую себя уставшим, даже если почти ничего не делаю;</p> <p>г. - я настолько устал, что ничего не могу делать.</p>
19	<p>а. - аппетит у меня такой же, каким он был всегда;</p> <p>б. - у меня пропал аппетит;</p> <p>в. - аппетит у меня гораздо хуже, чем прежде;</p> <p>г. - у меня вообще нет аппетита.</p>
20	<p>а. - мои эротико-сексуальные интересы сохранились на прежнем уровне;</p> <p>б. - секс уже не интересует меня так, как прежде;</p> <p>в. - сейчас я мог бы спокойно обходиться без секса;</p> <p>г. - секс вообще не интересует меня, я совершенно потерял к нему влечение.</p>
21	<p>а. - я чувствую себя вполне здоровым и забочусь о своем здоровье так же, как и раньше;</p> <p>б. - у меня постоянно что-то болит;</p> <p>в. - со здоровьем дело обстоит серьезно, я все время об этом думаю;</p> <p>г. - мое физическое самочувствие ужасно, болячки просто изводят меня.</p>

ОПРОСНЫЙ ЛИСТ К ТЕСТУ БЕКА

Ф.И.О. _____

Дата « ___ » _____ 200__ г.

№ графы	№ утверждения	№ графы	№ утверждения
1.		12.	
2.		13.	
3.		14.	
4.		15.	
5.		16.	
6.		17.	
7.		18.	
8.		19.	

9.		20.	
10.		21.	
11.		Суммарный балл:	

Обработка и интерпретация результатов теста

Пункты опросника:

- 1) печаль,
 - 2) пессимизм,
 - 3) ощущение невезучести,
 - 4) неудовлетворенность собой,
 - 5) чувство вины,
 - 6) не любовь к себе,
 - 7) ощущение наказания,
 - 8) самоотрицание,
 - 9) самообвинение,
 - 10) наличие суицидальных мыслей,
 - 11) плаксивость,
 - 12) раздражительность,
 - 13) нерешительность,
 - 14) чувство социальной отчужденности,
 - 15) дисморфофобия,
 - 16) трудности в работе,
 - 17) бессонница,
 - 18) утомляемость,
 - 19) потеря аппетита,
 - 20) потеря сексуального влечения
 - 21) озабоченность состоянием здоровья
 - 22)
- 1-14 пункты – когнитивно-аффективная субшкала

15-21 пункты – субшкала соматизации.

Ключ к тесту

Баллы за ответы начисляются по следующей схеме:

Ответ:

- «а» – 0 баллов,
- «б» – 1 балл,
- «в» – 2 балла,
- «г» – 3 балла.

Суммарный балл:

Менее 9 – отсутствие депрессивных симптомов.

10-18 – легкая депрессия, астено-субдепрессивная симптоматика, может быть у соматических больных или невротический уровень.

19-29 – умеренная депрессия, критический уровень

30-63 – явно выраженная депрессивная симптоматика, не исключена эндогенность.

Тест НСВ – 10

Инструкция: Написанные слова являются началом предложений, которые вам нужно продолжить. Дописывая предложения помните: нет правильных и неправильных ответов. Разрешается допускать грамматические ошибки. Не переживайте если предложения будут получаться не очень складные, это не важно.

№	Допишите окончание предложений
1	Никто _____
2	Все против _____
3	Нет _____
4	Я _____
5	Мне не _____
6	Никогда _____
7	Никогда _____
8	Всё _____
9	Это _____
	Допишите окончания предложений, повторять ответы не обязательно
1	Многие меня _____
2	Все за _____
3	Есть силы _____
4	Я многим _____
5	Мне _____
6	Часто _____
7	Всегда _____
8	Всё _____
9	Это _____
	Дополните окончания предложений на своё усмотрение
1	Мне надоело _____
2	Когда мне плохо, я _____
3	Я не хочу _____
4	Моя жизнь – это _____
5	Настроение у меня _____
6	Мое терпение _____
7	Впереди у меня _____

Обработка результатов теста “НСВ-10”.

Анализируется содержание произвольно законченных предложений с целью определения наличия суицидальных высказываний. Наличие трех и более суицидальных высказываний в предложениях показывает, что у респондента есть суицидальные намерения, и он нуждается в более тщательном изучении и в соответствующей воспитательной работе, коррекции и контроле.

В случае выявления суицидального состояния рекомендованы консультации с другими специалистами в рамках подтверждения диагностических выводов и обследование другим методом.

Для проведения анализа предлагаются примеры суицидальных высказываний. Экспериментатор может сравнивать образцы выполнения тестовых заданий обследуемых с предлагаемыми вариантами суицидных ответов в примерах 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11. В случае установления идентичности ответов (три и более) в ответах обследуемого и предлагаемых примерах констатируется предварительное диагностическое заключение о наличии суицидного состояния на момент обследования.

Для подтверждения предварительного диагностического заключения проводится повторное обследование с помощью данной методики. Временной интервал между обследованиями может быть не менее часа.

Идентификация в ответах при повторном обследовании суицидальных высказываний (от трех и более) позволяет выставить оценку, характеризующую развитие (или отсутствие развития) суицидального поведения. Для этого используется девятибалльная шкала оценивания от 1 до 9. Каждому выявленному суицидальному высказыванию соответствует одно значение оценочной шкалы. Чем больше дифференцировано суицидных высказываний, тем большее значение имеет оценка.

Пример 1 1) “Никто меня не любит”; 2) “Все против меня”; 3) “Нет сил терпеть все это”; 4) “Я никому не нужен”; 5) “Мне не хочется “Настроение у меня отвратительное”; 6) “Мое терпение лопнуло”; 7) “Впереди у меня пустота (спокойствие, успокоение, конец, смерть)”.

Пример 2 1) “Мне надоело это”; 2) “Когда мне плохо, я хочу убить “Сидорова”; 3) “Я не хочу туда идти, возвращаться (в школу, домой)”; 4) “Моя жизнь - это ад”; 5) “Настроение у меня паршивое”; 6) “Мое терпение закончилось”; 7) “Впереди у меня ничего хорошего”.

Следует также отметить, что многие высказывания могут быть в нецензурной форме. Их также надлежит подвергнуть анализу на предмет идентификации аутоагрессивных, суицидных фраз.

В случае выявления суицидального поведения формируется соответствующее заключение о его наличии с указанием методики получения данных выводов (тест “НСВ-10”), а также рекомендаций психолого-педагогических мер учителям, психологам, социальным педагогам, несущим прямую ответственность за обследуемого. Их суть может состоять в применении методов психологической и педагогической коррекции антисуицидальных установок, активизации резервных возможностей личности и других мер, способствующих недопущению реализации суицидальных намерений, сохранению не только жизни, но и потенциала ребенка.

Проективный тест “Рисунок семьи”

Инструкция: Нарисуйте свою семью. При этом не рекомендуется объяснять, что означает слово “семья”, а если возникают вопросы “что нарисовать?”, следует лишь еще раз повторить инструкцию. При групповом выполнении теста время ограничивают 15-30 минутами.

Примечание: Для работы необходимо использовать лист белой бумаги, ручку, карандаш, ластик.

Обработка результатов теста “Рисунок семьи”.

Для интерпретации надо знать:

- а) возраст исследуемого ребенка;
- б) состав его семьи, возраст братьев и сестер;
- в) если возможно, иметь сведения о поведении ребенка в семье или школе.

Обработка проводится по следующей схеме:

№	Выделяемые признаки	Отметки о наличии признаков
1	Общий размер рисунка (его площадь)	
2	Количество членов семьи	
3	Соответствующие размеры членов семьи Мать Отец сестра Брат дедушка бабушка и т.д.	
4	Расстояние между членами семьи Наличие каких-либо предметов между ними	
5	Наличие животных	
6	О виде изображения: схематическое изображение реалистическое изображение эстетическое изображение в интерьере, на фоне пейзажа и т.д. метафорическое изображение в движении, действии	
7	Степень проявления положительных эмоций (в баллах 1, 2, 3...) Степень проявления негативных эмоций (в баллах 1, 2, 3) Степень аккуратности исполнения (1,2,3)	

Тест направлен на исследование межличностных отношений ребенка с родителями и другими членами семьи.

Интерпретируя тест “Рисунок семьи”, на основании особенностей изображения можно определить:

- 1) Особенности состояния ребенка во время рисования. Наличие сильной штриховки, маленькие размеры часто свидетельствуют о неблагоприятном физическом состоянии ребенка, степени напряженности, скованности, низкой самооценки, чувстве неполноценности и т.п., тогда как большие размеры часто говорят об обратном: хорошем расположении духа, раскованности, отсутствии напряженности и утомления, значимости изображенного;
- 2) особенности внутрисемейных отношений и эмоциональное самочувствие ребенка в семье можно определить по степени выраженности положительных эмоций у членов семьи, степени их близости (стоят

рядом, взявшись за руки, делают что-то вместе или хаотично изображены).

Проективная методика «Человек и дерево»

Использование психографических методик П.И.Юнацкевича «Человек» и «Дерево» в выявлении группы риска.

Использование психографических методик «Человек» и «Дерево» предполагает владение общей методикой психографологического и проективного исследования личности. Применение этого диагностического аппарата в выявлении группы риска (лиц, склонных к суицидным реакциям) основано на определении адекватного суицидному состоянию критерию-признаку. Он был выведен из опыта использования данных методик на экспериментальной (105 суицидентов) и контрольной группе (525 человек). Суть данного признака состоит в незавершенном рисунке нижних конечностей «Человека» и корневой основы «Дерева». Выявление этого признака дает основание утверждать о недостаточно развитых способностях обследуемого адаптироваться в среде и склонностях к различного рода срывам в поведении, в том числе и суицидным поступкам.

Инструкция: Перед вами чистый лист бумаги. Возьмите ручку или карандаш, как вам удобнее и нарисуйте картинку. На рисунке обязательно должны присутствовать человек, дерево.

Интерпретация

Особенности изображения «суицидного человека»

Изображение одной головы или лица без прорисовки тела (фигуры) свидетельствует об опасениях, напряжении обследуемого во время контактов с окружающими. Опущенные глаза, подбородок говорят о депрессивных переживаниях.

Укороченные верхние конечности (руки) говорят об избегании контактов, затрудненность их установления. Отсутствие изображения кистей рук – замкнутость характера.

Изображение людей в торжественной, парадной, театральной или сказочной одежде говорит о склонности к демонстративно-шантажному типу суицидального поведения.

Расположение фигуры, отклоненной от вертикали, характерно для лиц с неуравновешенным характером, резким преобладанием эмоций над интеллектом.

Разорванные (разомкнутые) линии рисунка показывают снижение психической энергии, неуверенность, депрессию и суицидные мысли.

Нечеткие (небрежные) линии рисунка показывают неуравновешенность психоэмоциональной сферы личности, легкое возникновение психопатизации. Кроме того, можно предполагать наличие у обследуемого изменчивости настроения.

Очень слабые линии рисунка могут указывать на подавленность обследуемого и равнодушие к себе.

Зачеркивания, затушевки, заштриховки изображений указывают на нервозность, беспокойство, напряжение и боязливость обследуемого.

Маленький рисунок (до 4 см) - сниженное настроение, подавленность, низкая и неустойчивая самооценка, ущербное представление о себе.

Рисунки, расположенные менее чем на 1 см. от края листа – повышенное психическое напряжение.

Основания для предварительного заключения о выявленном суицидальном состоянии обследуемого:

- повышенное психическое напряжение;
- оно не связано с обследованием, имеет длительный характер течения;
- повышенный уровень агрессивности (определяется по наличию угловатых частей рисунка или сильном нажиме на карандаш);
- упадок сил и настроения;
- штриховка и затушевка рисунка;
- самооценка завышена или занижена.