

Как организовать работу по предотвращению суицида учащихся

В статье – алгоритм, образцы и план, чтобы вовремя выявить у учеников склонность к суициду и провести коррекционную работу с ней. Также предлагаем образец служебной записки об итогах работы и направления к психиатру, чтобы обезопасить себя от обвинений в случае суицида или его попытки. О специфике коррекционно-развивающей работы с учениками разных категорий суицидального риска читайте в следующем номере.

Дарья Соловьева, методист, педагог-психолог, победитель Всероссийского конкурса психолого-педагогических программ «Новые технологии для “Новой школы”»



Предлагаем алгоритм из 13 шагов, чтобы выявить учеников с суицидальным риском и организовать для них психолого-педагогическое сопровождение. Для каждого шага алгоритма подготовили образцы документов. Скачайте их на e.psihologsh.ru. По алгоритму проведите диагностику учеников, организуете консультации с родителями детей группы риска, направите ученика на ППк и составите план сопровождения.

Педагог-психолог выявляет детей с суицидальными склонностями с помощью скрининг-диагностики или информации из внешних источников. Если информация из внешнего источника – от родителей, педагогов, системы профилактики, самого ученика – не нужна скрининг-диагностика. Когда получите запрос, начинайте коррекционную работу по информации к шагу 3 в алгоритме.

1 шаг

Проведите скрининг-диагностику

Воспользуйтесь готовой «Картой суицидальных признаков» и инструкцией к ней на e.psihologsh.ru. Проведите диагностику самостоятельно или раздайте карты классным руководителям, учителям-предметникам.

2 шаг

Выявите учеников группы риска

Проанализируйте заполненные карты и составьте список учащихся, входящих в группу суицидального риска. Разделите учеников группы риска на три категории в зависимости от баллов в карте: 1) учащиеся с низким суицидальным риском – менее 5 баллов; 2) учащиеся со средним суицидальным риском – 5–14 баллов; 3) учащиеся с высоким суицидальным риском – более 14 баллов.

3 шаг

Проведите беседы с учениками группы риска

Пригласите учеников на индивидуальную беседу, чтобы подтвердить или опровергнуть риск суицида. В процессе беседы выясните, имеются ли у ребенка личностные и (или) эмоциональные проблемы, неблагоприятное эмоциональное состояние, нуждается ли он в помощи взрослых или конкретно в помощи психолога и т. п. Проанализируйте «Карту суицидальных признаков» ученика, задайте школьнику вопросы относительно тех индикаторов суицидального риска, которые отметил классный руководитель. Ориентируйтесь на перечень типичных кризисных ситуаций в разных возрастных периодах → 51.

Пример. Классный руководитель отметил, что у ребенка есть проблемы в семье. Выясните, как эти проблемы сказываются на эмоциональном и психологическом самочувствии подростка.

По результатам бесед с учениками группы риска обновите списки учащихся по категориям суицидального риска. Например, если выяснили, что ребенок со-

ответствует не первой, а второй или третьей категории. Определите, нуждается ли ребенок в углубленной диагностике. Проведите диагностику, если в процессе беседы у вас остались сомнения относительно психологического состояния подростка и риска суицидального поведения.

4 шаг

Проинформируйте родителей учащихся группы риска и получите их согласие на проведение углубленной диагностики

Если у школьника выявили риск суицида пригласите родителей по телефону на индивидуальную консультацию. Озвучьте важность темы разговора и проговорите, что данный разговор будет касаться безопасности ребенка. Пригласите прийти в школу лично. Обозначьте вашу личную обеспокоенность и профессиональную позицию по данному вопросу. Воспользуйтесь памяткой, чтобы провести консультацию с родителями ребенка группы риска → 52.

На консультации объясните родителям, что информация о суицидальном риске школьника конфиденциальная. Ее предоставляют родителям и тем субъектам образовательной организации, чьи должностные обязанности направлены на работу по профилактике суицидального поведения несовершеннолетних: дирек-



К СВЕДЕНИЮ

Как избежать в беседе с учеником слова «суицид»

Рекомендую на протяжении всей работы с учениками не употреблять слово «суицид», «суицидальные мысли», «самоубийство» и т. п. Такие фразы могут напугать подростка и способствовать фиксации на суицидальной тематике. Необходимо заменять данные высказывания на такие,

как «кризисные состояния», «личностные проблемы», «психологические трудности» и т. п. В общении со школьниками необходимо формировать установку на доверительное и открытое взаимодействие в целях оказания им психологической помощи.

тор, заместитель директора по ВР, социальный педагог, классный руководитель.

Письменно зафиксируйте дату, тему встречи, а также все договоренности с родителями, чтобы иметь доказательства того, что родитель поставлен в известность о риске суицида ребенка. Заранее подготовьте письменный протокол консультации с e.psihologsh.ru. Включите в протокол рассматриваемые вопросы и рекомендации родителям. Попросите родителей школьника подписать протокол. Один экземпляр с подписью родителей оставьте себе, а другой отдайте родителям на руки.

Получите у родителей согласие на проведение углубленной диагностики в рамках подготовки к ППк. Объясните, что результаты диагностики помогут выявить причины и предпосылки суицидального поведения ребенка и разработать план индивидуального психолого-педагогического сопровождения.

5
шаг

Проведите углубленную диагностику

Углубленную диагностику рекомендую проводить, когда ребенок замкнут и старается не рассказывать о своих трудностях. Воспользуетесь перечнем основных методик, с которыми прямо или косвенно определите склонность подростка к суицидальному поведению с e.psihologsh.ru. Их можно разделить на три группы: методики диагностики актуального психологического состояния; методики оценки риска суицидального поведения; методики оценки личностных особенностей. Не существует универсальной диагностики для всех школьников, подбирайте методики с учетом возраста ребенка и его индивидуальных особенностей.

6
шаг

Проведите консультации учащихся и их родителей по результатам диагностики

Пригласите на повторную консультацию родителей учащегося группы риска. Обсудите результаты углуб-

ленной диагностики учащегося: наличие или отсутствие депрессивного, тревожного, подавленного состояния и причин его появления; суицидального поведения и риска его появления; выявленные особенности личности, которые привели или могут привести к суицидальному поведению. В зависимости от результатов углубленной диагностики алгоритм консультирования родителей смотрите на e.psihologsh.ru.

Если выявили у ученика острое кризисное состояние, например, суицидальные мысли, самоповреждающее поведение, высокий уровень депрессии или суицидального риска, то такого подростка необходимо в срочном порядке направить на консультацию к врачу-психиатру или психотерапевту. Рекомендации о направлении школьника к соответствующему специалисту следует зафиксировать в письменном уведомлении по образцу с e.psihologsh.ru. Так, вы сможете подтвердить факт того, что предупредили родителей. Обратите внимание родителей на необходимость обращения за специализированной помощью ребенку в кратчайшие сроки.

Попросите родителей подписать уведомление, предоставив им второй экземпляр на руки. В случае неявки родителей на консультацию, направьте уведомление по почте с отметкой о получении. Информацию о наличии у ребенка кризисного состояния также доведите до директора, заместителя директора по ВР, социального педагога, классного руководителя.

7
шаг

Подготовьтесь к ППК

Составьте по образцу, который есть на e.psihologsh.ru, заключение по результатам диагностического обследования, а также рекомендации. В заключении укажите, какие суицидальные признаки выявили у учащегося группы риска по «Карте суицидальных признаков», из личной беседы с учащимися, по результатам углубленной диагностики; к какой категории суицидального

риска можно отнести учащегося; какую работу рекомендуется провести с ребенком.

8

шаг

Примите участие в ППк

Обменяйтесь информацией с участниками консилиума относительно каждого ребенка группы риска. ППк принимает одно из следующих решений в отношении учащихся группы риска: нуждается или не нуждается в оказании психолого-педагогической помощи и организации индивидуального психолого-педагогического сопровождения. Если ППк принимает первое решение, то разрабатывают стратегию индивидуального психолого-педагогического сопровождения таких учащихся всеми специалистами сопровождения: классный руководитель, социальный педагог, педагог-психолог.

Решение об организации индивидуального психолого-педагогического сопровождения чаще всего принимается в отношении школьников второй и третьей категории суицидального риска. Работу с детьми первой категории суицидального риска проводят в рамках развивающей и профилактической деятельности.

9

шаг

Проинформируйте родителей учащихся о решении ППк и получите их согласие

Когда консилиум школьный закончится, родители учащихся группы риска знакомятся с решением и рекомендациями ППк, выражают свое согласие/несогласие с данным решением в письменной форме. В случае если родители против организации индивидуального психолого-педагогического сопровождения, необходимо убедить их не отказываться от помощи психолога. Если же родители высказали свой категоричный протест на оказание психолого-педагогической помощи ребенку, предложите им подписать отказ, а также проинформируйте о рисках неполучения ребенком своевременной психолого-педагогической помощи и об учреждениях, которые ее предоставляют.

Если есть письменный отказ родителей, психологическое сопровождение в школе ведут опосредованно. Педагог-психолог – через просветительскую и профилактическую деятельность. Классный руководитель – через систему воспитательных мероприятий класса, индивидуальный педагогический подход на уроках, помощь в улучшении контактов в классе, в повышении статуса в классе. Социальный педагог проводит мониторинг социальной ситуации развития школьника.

10
шаг

Разработайте план индивидуального психолого-педагогического сопровождения учащегося группы риска

Когда получите согласие родителей, разработайте план индивидуального психолого-педагогического сопровождения ребенка. Образец плана смотрите на e.psihologsh.ru. План индивидуального сопровождения учащегося группы риска разрабатывают на основе результатов углубленной диагностики с учетом индивидуально-психологических особенностей учащегося, его семейной и жизненной ситуации, анализа факторов суицидального риска. В зависимости от выявленных проблем ребенка и его семьи педагог-психолог может включить в план сопровождения индивидуальные и семейные психологические консультации, индивидуальные занятия личностного развития, занятия по коррекции детско-родительских отношений, профилактические рекомендации участникам образовательных отношений.

11
шаг

Организируйте коррекционно-развивающую работу

Кризисные ситуации носят индивидуальный характер, поэтому универсальных приемов и механизмов коррекции нет. Воспользуйтесь схемой работы с учащимися разных категорий суицидального риска в таблице → 49.

Таблица. Направления работы с детьми разных категорий суицидального риска

№	Направления работы	Категория суицидального риска
1	Организация индивидуальных консультаций учащихся	1, 2, 3
2	Предоставление рекомендаций, памяток, буклетов учащимся	1, 2, 3
3	Организация индивидуальных коррекционно-развивающих занятий с учащимися	2, 3
4	Предоставление дополнительных заданий учащимся для самостоятельной работы дома	3
5	Организация групповых коррекционно-развивающих занятий с учащимися	3
6	Организация индивидуальной работы с родителями учащихся	3

В рамках организации коррекционно-развивающей работы к 3-й категории суицидального риска также относятся учащиеся с суицидальными попытками.

Для учеников 1-й и 2-й категорий проводите профилактические консультации, для учеников 3-й категории – поддерживающие. Цель профилактических консультаций – оказать учащемуся эмоциональную поддержку в период жизненных трудностей, снять эмоциональное напряжение и негативные убеждения.

Цель поддерживающих консультаций – помочь школьнику в преодолении кризисного состояния. В рамках таких бесед необходимо отслеживать «сигналы», оповещающие о наличии суицидальных мыслей или тенденций; оценивать степень опасности (летальности) ситуации; постараться выявить неадаптивные психологические установки подростка, мешающие преодолению кризисной ситуации; провести поиск и укрепление личностных

ресурсов; помочь в принятии решения в пользу образа действий, исключающего суицид, хотя бы на данный момент времени.

Рекомендую вести протоколы данных консультаций: на учащихся 2-й категории по необходимости, на учащихся 3-й категории в каждом случае. Протоколы с подписью школьника помогут подтвердить факт вашей работы со школьником.

12

шаг

Оцените эффективность своей работы с учеником

После завершения коррекционной работы проведите итоговую (контрольную) диагностику учащегося, позволяющую оценить эффективность реализации плана индивидуального психолого-педагогического сопровождения. Используйте те же методики, которыми проводили углубленную диагностику школьника, чтобы оценить динамику. По результатам контрольной диагностики составьте отчет об итогах реализации плана индивидуального психолого-педагогического сопровождения. В отчете проанализируйте динамику эмоционально-личностного развития учащегося, сделайте выводы об эффективности реализации плана индивидуального психолого-педагогического сопровождения по образцу на e.psihologsh.ru. По итогам анализа подготовьте информацию для ППк.

13

шаг

Примите участие в повторном ППк

Когда реализованы все мероприятия плана индивидуального сопровождения учащегося группы риска, вновь соберите заседание ППк, на котором примите одно из следующих решений: считать план индивидуального психолого-педагогического сопровождения учащегося выполненным, завершить оказание психолого-педагогической помощи или внести в план коррективы.

Перечень типичных кризисных ситуаций в разных возрастных периодах

Типичные кризисные ситуации у школьников 7-10 лет

- Адаптация к процессу обучения в школе
- Неспособность справиться с учебной нагрузкой
- Невозможность соответствовать ожиданиям семьи
- Враждебное отношение со стороны родителей, педагогов или сверстников

Типичные кризисные ситуации у подростков 11-14 лет

- Ограничения общения со сверстниками
- Реакции отвержения членов значимой для ребенка микро-группы
- Неудачный опыт первой влюбленности
- Ссоры в семье
- Переоценка прежних ценностей и неуспешность в учебе
- Публичные неудачи

Типичные кризисные ситуации у подростков 15-18 лет

- Определение жизненного маршрута
- Выбор внутренней позиции – «рефлексивные страдания»
- Выбор истинных ценностей

Как рассказать родителям о риске суицида у ребенка

Подтверждайте слова данными

Сообщите родителям о том, что по результатам скрининг-диагностики их ребенок попал в группу суицидального риска.

Говорите только факты

Не пугайте родителей, сообщите информацию в спокойной форме. Сообщение должно быть сделано корректно, без упреков родителей в допущении происходящего. Сформулируйте ваше сообщение так, чтобы оно не прозвучало, как диагноз или приговор. Скажите о том, что вам не все равно и вы обязаны сообщить об этом родителям.

Выслушайте позицию родителя

Спросите, как родитель относится к услышанному. Оцените, насколько адекватно его отношение к сообщению о риске суицида ребенка: не поверили, считают, что вы преувеличиваете, или, напротив, информация повергла их в шок, выражают крайнюю озабоченность, растеряны, неспособны принять решение.

Не игнорируйте сопротивление родителя

В случае сопротивления дайте понять родителю, что вы видите то, что с ним происходит, и что в его ситуации его чувства нормальны. Выслушайте родителя, проясните, что именно заставляет не верить в происходящее, что вызывает ощущение беспомощности

если родитель злится, то на что или на кого именно. За злостью в такой ситуации часто скрывается страх. Когда человек видит, что его переживания приняты, не осуждаются, то сопротивление уменьшается. Равнодушным родителям важно объяснить серьезность последствий.

Расскажите о результатах диагностики

Расскажите о том, какие признаки суицидального риска выявлены у школьника. Не используйте термины «маркеры суицидального поведения», «ситуации-катализаторы» и т. д. Эта терминология понятна психологу, но для родителей создает еще больше проблем в понимании и пугает их.

Пригласите на консультацию


Расскажите родителям, что вы очень озабочены и пригласили их, чтобы обсудить план помощи ребенку: составление плана коррекции, с которым родитель будет ознакомлен, мониторинг состояния ребенка, индивидуальная работа с ребенком и т. д.

Поговорите с родителями о причинах риска

Задайте вопросы о ситуации, проясняющие, как и когда ситуация началась, что необычного замечали в поведении ребенка, а что является обычным для него. Расспросите их о том, замечали ли они ранее признаки суицидального поведения, высказывал ли ребенок мысли о нежелании жить, предпринимал ли попытки, угрожал ли родителям и т. д. Уточните, что именно было родителю известно о ситуации, а что оказалось новостью.

Оцените поведение родителя

Проясните, как родитель реагирует на разные варианты поведения ребенка, что обычно говорит ему в таких случаях. Исследуйте отношение родителя к проблеме суицидального поведения.



Попросите помочь в диагностике. Предложите родителям вместе с вами наблюдать за ребенком и отмечать все происходящие с ним изменения. Расскажите, на что нужно обратить внимание. Предложите родителям одновременно с наблюдением изменить манеру общения с ребенком, больше с ним разговаривать, интересоваться его делами более подробно, по возможности снизить нагрузку на психику ребенка, переключить ребенка с негативных мыслей на позитивные (спланировать совместную поездку или выходные вместе и т. д.), не оставлять его надолго в одиночестве.

Предложите план

Определите с родителями конкретные действия, меры, которые предпримут они и вы (школа), определите сроки, когда вы это сделаете, договоритесь быть на связи (если ситуация сложная) или периодически общаться до момента решения проблемы.

Не принимайте решение за родителей

Не обещайте помогать ребенку без их участия - важно продолжать диалог до тех пор, пока не станет ясно, какие конкретные шаги они планируют предпринять или уже предприняли. В то же время дайте понять родителям, что вы (школа) не оставляете их один на один с проблемой.

Спросите, остались ли непроясненные моменты

Если да - проясните. Если нет - попросите родителя рассказать, как он понял для себя ситуацию с ребенком. Предоставьте родителям рекомендации, дайте пару конкретных советов, как правильно себя вести в экстренной ситуации, что говорить ребенку, как реагировать.