

Алгоритм действий в ситуации выявления учащихся ОУ, склонных к самоповреждающему поведению или состоящих в интернет-сообществах, посвященных суициду.

I. Организационная работа.

1. Педагог, выявивший ситуацию, в тот же день сообщает директору школы.

2. По распоряжению директора в тот же день организуется антикризисная группа. Участники: директор и/или зам. директора по ВР, школьный психолог, соц. педагог, классный руководитель (руководители) класса, где учатся выявленные дети.

3. В течение суток группа максимально проясняет ситуацию.

а) Проясняют, сколько детей из школы вовлечено в ситуацию. Как называется интернет-группа, в которой они состоят, что делают её участники, на какой стадии вовлечения находятся выявленные дети (только что вступили в группу или уже давно выполняют задания, есть ли «счётчик» и какой срок на нем). В случае самоповреждений, выясняют их характер, способ нанесения.

б) анализируют имеющиеся данные диагностического обследования суицидального риска и результаты пед. наблюдения выявленных детей.

в) проводят оценку суицидального риска выявленных учащихся на основании полученной информации

4. На совещании при директоре группа представляет результаты анализа.

5. На основании анализа группа на совещании разрабатывает экстренный план реагирования с указанием ответственных и критериев эффективности. Директор издает приказ об экстренных мерах по профилактике суицидального поведения учащихся.

6. План должен включать системные мероприятия с учащимися, родителями, педагогами.

Для учащихся: выявление группы риска и оказание индивидуальной психологической помощи для детей из этой группы. Для остальных – определены мероприятия профилактического характера – например, уроки интернет-безопасности, программы по формированию навыков стрессоустойчивости.

Для педагогов: информационное совещание, обучение алгоритму беседы с ребенком.

I. Работа с выявленными детьми и их родителями.

Не позднее вторых суток с момента выявления проводится индивидуальная беседа с выявленными детьми и их родителями. Для этого:

1. Прояснить, присутствует ли выявленный учащийся в школе. Определить, кто будет проводить беседу с подростком по прояснению ситуации и

предложению помощи Рекомендуется, чтобы беседовал педагог, с которым у детей есть доверительный контакт. Алгоритм беседы – см. приложение 2. Поставить в известность родителей ребенка. Сообщить имеющиеся сведения, пригласить для беседы по прояснению ситуации и планирования дальнейших действий. (см. алгоритм беседы с родителем). В случае, если выявленного ребенка нет в школе, при телефонной беседе с родителем уточнить местонахождение ребенка. Если родитель не знает точно, попросить его прояснить и быть с ребенком в контакте. Пригласить для очной беседы родителя ребенка, разговаривать отдельно. Алгоритм беседы – см. приложение.

### III. Профилактическая работа.

1. После окончания анализа ситуации антикризисной группой, не позднее вторых суток после выявления ситуации, проводится информационное совещание педагогов, на котором определяется общая стратегия действий по профилактике суицидального поведения учащихся. Педагогам сообщают о фактах: выявлена группа учащихся с риском суицидального поведения. Предупреждают о необходимости соблюдения правил конфиденциальности и важности пресечения распространения слухов и домыслов. Рассказывают об алгоритме действий в случае выявления учащихся с риском суицидального поведения.

2. Школьным психологом проводится обучение классных руководителей алгоритму разговора с ребенком с риском суицидального поведения.

3. Родительское собрание по профилактике суицидального поведения. На собрании сообщается о факторах риска суицидального поведения. Необходимо подчеркнуть значимость внутрисемейных взаимоотношений. О влиянии соц. сетей: первично состояние ребенка, а не воздействие сети. Под влияние деструктивных интернет-групп попадают подростки, имеющие факторы суицидального риска в реальной жизни: семейные, личностные, биологические. Дать практические рекомендации по выстраиванию общения с подростками.

4. Работа с учащимися ОУ, находящимися вне зоны актуального риска Проведение уроков интернет-безопасности, программ по формированию навыков стрессоустойчивости, проведение иных мероприятий плана реагирования.

#### **Важно!**

1. При обнаружении учащихся с суицидальным риском важно сочетание оперативности действий и их согласованности и запланированности. Не допускать спонтанных действий и распространения слухов и домыслов.

2. Чем меньше специалистов поговорит с выявленным ребенком и его семьей по прояснению ситуации, тем эффективнее может быть построена работа. Разговоры о подробностях ситуации с разными людьми, необходимость говорить несколько раз подряд одно и то же на неприятную

тему, значительно повышают сопротивление, агрессию и риск того, что подросток и его родители откажутся от получения необходимой помощи. Оптимальна ситуация, когда ребенок находится в близком контакте с одним специалистом.

## Приложение 1.

Беседа с ребенком.

1. Найти для разговора безопасное место – желательно, кабинет, где нет посторонних людей и куда никто не зайдет во время разговора.
2. Если выявленных детей несколько, разговаривать лучше с каждым по отдельности.
3. Пригласить ребенка для разговора. Во время приглашения обозначить, что хотите поговорить с ним на важную тему.
4. Обеспечить комфортные и безопасные условия для проведения разговора – никто из участников беседы не должен спешить по другому делу, заниматься параллельно чем-то ещё.
5. Ход разговора

*Прояснение ситуации.* Расскажите подростку, какие изменения в его поведении вы наблюдали в последнее время. В ваших словах должны присутствовать только факты и ваши искренние чувства. Затем сообщите, для чего важен ваш разговор с ним.

Например: «Петя, мне стало известно о том, что ты состоишь в социальной сети в группе, посвященной суициду. На своих уроках в последнее время я часто замечаю, что ты задумчив, на переменах меньше общаешься с ребятами. Я этим обеспокоена. Я учитель, а это значит, что я отвечаю за то, чтобы ученики школы были в безопасности и имели возможность получить помощь от взрослых, когда она требуется. Я пригласила тебя, не для того, чтобы осуждать и наказывать, а чтобы узнать, что происходит и вместе с тобой подумать, как тебе помочь. Я встревожена за тебя и считаю, что нам важно поговорить об этом. А что думаешь ты?»

*Выслушивание точки зрения подростка.* Дайте подростку возможность высказать свою точку зрения. Вы уже знаете, что неудачно сказанное слово может вызвать вспышку возмущения. Поэтому проявляйте осторожность и терпение в разговоре. Если молчит – держите паузу. Минуты через три можете напомнить, что вы ждете: «Я вижу, что ты молчишь, а мне хотелось бы услышать твое мнение по этому поводу». Подросток может говорить открыто, если чувствует, что вы на его стороне. Легализовать возможное раздражение: «Это разговор на трудную тему. Он может вызывать неприятные чувства. Но он важен».

*Проговаривание чувств и мыслей подростка о ситуации.* Уточните то, что сказал подросток: «Если я правильно тебя поняла, то ты считаешь...». Отметьте чувства и переживания подростка, уточните, с чем они связаны.

Если боится – что самое страшное в этом? Если злится – на что, на кого? Если о переживаниях не проговаривает, помочь их выразить, рассказав о том, что вы видите и слышите, когда разговариваете с ним. Избегайте оценочных высказываний, осуждения.

Оставайтесь спокойны и рассудительны независимо от реакции подростка на ваши слова. Если ребенок кричит, возмущается, обвиняет вас, кого-то ещё, возможно, это попытка перевести разговор на привычный способ. Примерьте на себя его чувства и назовите то чувство, которое испытывает подросток: «Ты сейчас разозлился (расстроился, испугался, огорчился)» — и стимулируйте подростка на откровенный разговор. Если подросток молчит, скажите ему: «Я понимаю, что это раздражает тебя. Тем не менее важно прояснить ситуацию». Можно повторить это несколько раз в разных видах, еще раз проговорить, что Вы не собираетесь обвинять его или наказывать за что-то, а хотите лучше понять, чтобы помочь.

*Прояснение фактов.* Узнайте, давно ли подросток в группе, как о ней узнал, как так случилось, что вступил в неё. Что он делает как участник группы. Каково эмоциональное состояние ребенка в среднем в течение обычного дня. Меняется ли оно при общении в группе и как меняется. Что происходит в реальной жизни подростка. Если у него есть самоповреждения – что за повреждения, чем наносит, когда начал. Насколько часто наносит самоповреждения. Что заставляет их наносить и меняется ли состояние после нанесения. Лучше задавать открытые вопросы, например: «Расскажи мне о том, как ты вступила в группу», а по ходу рассказа ребенка задавать уточняющие вопросы.

*Обобщение услышанного.* Подросток рассказал, что происходит, объяснил возможные причины. Если вы даже поверили не всему, нет смысла искать истину прямо сейчас. Подросток открылся настолько, насколько смог при первом разговоре. Задача педагога – мотивировать подростка к решению проблемы, последствия которой выглядят как самоповреждения, участие в суицидальной группе. Обобщить услышанное от подростка. Например: «Я услышала от тебя, что в твоей жизни сейчас происходят вещи, с которыми трудно справиться. Это и ссора с другом, и чувство, что никто не поймёт. А теперь ещё и тревога о том, что будет дальше, когда взрослые узнали о твоих трудностях. Есть ли у тебя предположения, что мы, взрослые, будем теперь делать с твоей ситуацией дальше?»

Выслушать предположения подростка. Обсудить с ним возможные опасения – «сообщат в полицию», «поставят на учёт», «будут лечить в психушке», «скажут родителям, а они накажут». Сказать о том, что в такой ситуации – совершенно нормально, что возникает много страха и тревоги.

*Обсуждение дальнейших действий.* Рассказать подростку понятным языком о том, что действительно будет сделано в дальнейшем.

Например, о разговоре с родителями «Я обязана буду сообщить родителям о ситуации, побеседую с ними так же, как с тобой, чтобы и от

родителей тоже была помощь для тебя. Обязательно скажу, что наказывать тебя не нужно, а нужно вам между собой общаться так, чтобы лучше понимать друг друга».

Об учёте: «Если мы в школе узнаём о ребятах в такой трудной ситуации, как твоя, мы ставим их на особый учет. Иногда ребята думают, что учет – это когда человек совершает преступление. Но такой учет значит, что человек не совершил преступления, а находится в такой ситуации, когда ему нужно помогать».

О помощи: «Мы будем помогать тебе. Может быть, ты сам уже знаешь, какой помощи хотел бы?» Выслушайте мнение подростка, обсудите, какие из его вопросов могут быть решены с помощью педагогов школы (например, вопросы успеваемости, проф. самоопределения). Если идей у самого подростка нет, обозначьте, что если они появятся, он всегда может рассказать об этом вам.

Про обращение за помощью в психологический центр: «В таких ситуациях, как твоя, мы рекомендуем родителям с подростком обратиться в городской психологический центр. Там вместе с психологом вы сможете поискать способы, как справиться с тем, что кажется трудным в твоей жизни». Обозначить, что заставлять ходить на занятия к психологу подростка никто не может. Есть возможность получить такую помощь, и он может ею воспользоваться.

*Укрепление доверительных отношений, подведение итога разговора.* Разговор с подростком важно закончить позитивным настроением и подтверждением, что педагог хорошо к нему относится и ценит. Подростку важно чувствовать поддержку педагога. Например: «Я доверяю тебе. Я верю, что ты примешь правильное решение. Я рада, что мы поговорили. Я рада, что ты меня выслушал». Расскажите ребенку о конкретном времени дальнейших действий, например, когда собираетесь поговорить с его родителями. Это способствует снятию тревоги. Договоритесь о том, как вы будете общаться с подростком в дальнейшем — о том, что он может подходить к вам, когда ему нужно, что вы периодически (например, раз в неделю) будете интересоваться, как его дела.

Разговор с родителем.

Принципы обеспечения комфорта и безопасности разговора — те же, что и для ребенка. Во время телефонного разговора с целью приглашения родителя, обозначить важность темы разговора и то, что он будет касаться безопасности ребенка. Настоятельно рекомендовать прийти в школу лично, не беседовать о ситуации по телефону. Например: «Вашему ребенку нужна помощь. Её оказание возможно только в случае Вашего участия. Для того, чтобы понимать, что происходит с ребенком, крайне важно Ваше мнение».

*Прояснение ситуации.*

Приведите основные известные Вам факты о ситуации. Обозначьте Вашу личную обеспокоенность и профессиональную позицию по данному вопросу. Подход аналогичен таковому в беседе с подростком. Подчеркните, что цель разговора — рассказать родителю о дальнейших действиях школы в данной ситуации и договоренность о сотрудничестве с родителем в деле помощи ребенку.

#### *Выслушивание точки зрения родителя.*

Легализуйте чувства, вызываемые разговором. Спросите, как родитель относится к услышанному: «У нас с Вами разговор на непростую тему. Это может вызывать тревогу, раздражение, беспокойство. Как Вы относитесь к тому, что услышали сейчас от меня?» Выслушайте родителя. Проговорите о тех чувствах, которые заметили у него. Будьте готовы к возможной агрессии или проявлению беспомощности.

#### *Работа с сопротивлением*

Сохраняйте спокойствие. Важно понимать, что перед вами человек, который только что узнал пугающую информацию о своем ребенке. Естественная реакция на это — сопротивление: человек может начать отрицать правдивость услышанного или степень серьезности последствий для ребенка, злиться на вас за то, что вы ему об этом сказали, оправдываться или обвинять окружающих, формально соглашаться со всем, оставаясь безучастным, впадать в беспомощное состояние.

1 шаг — проявление уважения к сопротивлению. Важно дать понять родителю, что вы видите то, что с ним происходит, и что в его ситуации его чувства — нормальны. Например: «Похоже, что Вам не хочется верить, что такое может быть. Думаю, любой на вашем месте предпочел бы, чтобы услышанное не было правдой».

2 шаг -исследование сопротивления. Выслушайте отклик 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.

3 шаг — разъяснение. После прояснения причин сопротивления, расскажите родителю о том, что предполагается делать дальше для помощи ребенку: постановка в группу риска, составление плана коррекции, с которым родитель будет ознакомлен. Особо останавливайтесь на тех моментах, которые вызвали сопротивление. Если есть тревога о безопасности — то о том, что цель работы с ребенком и его семьей — помощь, а не наказание. О постановке на учет — это не то же самое, что учет за хулиганство. Такой вид учета означает, что ребенок находится в трудной ситуации и нуждается в педагогической и психологической помощи. А значит, школа, психологический центр и другие ведомства должны будут эту помощь ребенку оказывать.

4 шаг — проверка. Спросите у родителя, остались ли непроясненные

моменты. Если да — проясните. Если нет, попросите родителя рассказать о своем видении ситуации с ребенком.

### *Сбор фактов.*

Задавайте вопросы о ситуации, проясняющие, как и когда ситуация началась, что необычного замечали в поведении ребенка, а что является обычным для него. Так же, как в разговоре с подростком, лучше задавать открытые вопросы, а по ходу рассказа уточнять информацию. Например: «Расскажите, пожалуйста, как вы заметили, что на руках Тани есть порезы?» Проясните, что именно было родителю известно о ситуации, а что оказалось новостью.

### *Прояснение отношения*

Проясните, как родитель реагирует на поведенческие проявления ребенка, что обычно говорит ему в таких случаях. Например: «Что вы ему обычно отвечаете, если он говорит, что у жизни смысла нет?». Прояснить отношение родителя к проблеме суицидального поведения. Бывает, что родители считают суицидальные высказывания, самоповреждения, нормальными для подростков или просто способом привлечения внимания.

Если родитель преуменьшает значение происходящего, необходимо сказать ему о том, что в случае, если подросток говорит о суициде, в любом случае необходимо прояснять, что скрывается за этими высказываниями. Даже если он в действительности не хочет умереть, под действием импульса он может не рассчитать силы при нанесении самоповреждений. А если привлекает внимание, то тем более это повод понять, как так случилось, что из всех способов ребенок использует для этого именно разговоры о смерти.

### *Рекомендации родителю по общению с ребенком*

Дайте родителю рекомендации, как общаться с ребенком в ближайшее время. Пусть те основные правила, которые существуют в семье, остаются неизменными, привычными для ребенка. По возможности исключить чрезмерные нагрузки — учебные, психологические. Не нужно ребенка осуждать или наказывать за то, что он наносит самоповреждения. Пусть родитель скажет ребенку о том, что был в школе и беседовал со специалистом о ситуации. Если ребенок захочет обсудить случившееся, родитель должен быть готов выслушать ребенка, не осуждая. Если нет — сказать, что в любом случае, родитель всегда рядом и если ребенок захочет поговорить потом, то он всегда может это сделать. Отношения должны быть эмоционально теплыми, поддерживающими ребенка. Обсудить с ним возможность обращения за психологической помощью.

### *Обобщение услышанного.*

Резюмируйте услышанное от родителя. Подчеркните важность полученной информации — она нужна для того, чтобы лучше понять, как помочь ребенку.