**Профилактика суицида среди несовершеннолетних и пути решения.**

Павлодарская область

КГУ «Школа-лицей города Аксу»

Педагог-психолог, Р.Р. Галиуллина

Почти каждый, кто всерьез думает о самоубийстве, так или иначе дает понять окружающим о своем намерении. Согласно исследованиям, самоубийство, как правило, не возникает внезапно, импульсивно, непредсказуемо или неизбежно. Мысль о нём является последней каплей в чаше постепенно ухудшающейся внутренней психологической ситуации человека.

В последнее время по статистике среди людей, совершивших самоубийство, есть, к сожалению, и несовершеннолетние. Поэтому необходимо проводить постоянную профилактику суицида именно с этой категорией.

Обращает внимание на себя тот факт, что среди тех молодых, кто намеревается совершить суицид, от 70% до 75% тем или иным образом раскрывают свои стремления. Иногда это едва уловимые намеки, чаще всего угрозы являются легко узнаваемыми. Очень важно, что ¾ тех, кто совершает самоубийства, до этого по какому-либо поводу в течение ближайших месяцев посещают врачей, общаются с любимыми, друзьями, психологом. Они ищут возможности высказаться и быть выслушанными.

В КГУ «Школа-лицей города Аксу» по профилактике суицида среди несовершеннолетних проводится определённая работа.

Для сохранения и укрепления психического, физического и эмоционального здоровья школьников в школе-лицее организована совместная работа ЗДВР, психолога, классных руководителей, учителей-предметников.

Традиционно в начале учебного года составляется социальный паспорт школы-лицея, определяются списки многодетных семей, семьи «мачеха, отчим», дети-инвалиды, уточнена занятость учащихся (посещение кружков, секций, занятий во внеурочное время).

С целью формирования у подростков сознательного и ответственного отношения к собственному здоровью как одной из важнейших жизненных ценностей в онлайн и офлайн режиме с учащимися проводятся беседы «Здоровье и подросток» «Мы - дети с планеты здоровья» и другие.

Учащиеся становятся активными участниками обсуждения по вопросам психического здоровья: росте суицидальной активности в подростковом возрасте, стрессе и стрессоустойчивости и буллинге среди подростков.

В Онлайн режиме проводятся также встречи психолога с родителями учащихся на тему: «Психическое здоровье детей и подростков». Родители получают полезную информацию о том, как сохранить психическое здоровье своё и ребенка, как взаимодействовать со своим ребенком, как найти ключи к пониманию друг друга.

Популярными среди учащихся стали тренинги под общей темой 'Учимся жить без конфликтов" и "За что я люблю эту жизнь!', целью которых является формирование и определение смысложизненных ориентаций учащихся и осознания ценности их жизни. На тренингах учим ребят воспринимать жизненные трудности как временные события, которые можно преодолеть и разрешить. Ориентируем учащихся на позитивные стороны жизни, успех и здоровые отношения.

Тренинги проводим и с другой целью: способствовать формированию ответственного отношения к своему здоровью, здоровому образу жизни и отрицательному отношению к вредным привычкам.

По программе психическое и физическое здоровье учащихся в школе с восьмиклассниками, которые наиболее подвержены негативному влиянию из вне, проводятся лекции на тему: «Повлияй на свое настроение и улучши его». Ребята знакомятся с такими понятиями как психическое здоровье, стресс и кризис, депрессия, суицид. Учатся улучшать свое психоэмоциональное состояние и развивать устойчивость к стрессовым ситуациям. Получают советы по самопомощи и к кому обратиться за помощью и советом в трудных ситуациях. Брошюры для учащихся в электронном варианте отправлены по ВАЦАПУ в группы восьмиклассников.

Ежегодно по плану в школе-лицее проходят Фестиваль здоровья, День здоровья, соревнования, конкурсы, беседы, викторины, классные часы на темы: «Мы выбираем здоровье!», «Безопасное детство», «Гигиена», «Правильное питание- основа здорового образа жизни» и другие.

Кроме этого совместно с классными руководителями разработаны и проводятся классные часы по профилактике суицидального поведения: «Как найти выход из трудной ситуации», «Жизнь прекрасна! Мы голосуем за жизнь!»

В профилактике суицида среди несовершеннолетних играет большую роль занятость учащихся. Лицеисты во внеурочное время посещают 20 кружков и секций с охватом 326 учащихся.

Приоритетным в школе-лицее является работа по взаимосвязи семьи и школы.

Школа-лицей участвует в реализации проекта «Family day», в рамках которого проводятся мероприятия такие, как «Семейный альбом», «Моя семейная реликвия», «Древо семьи», конкурс рисунков «Я и моя семья». Родители принимают активное участие во всех школьных мероприятиях, а именно: совместное участие в творческих конкурсах, защите научных проектов, конференциях, акциях, работе классных родительских комитетов. Популярными становятся лектории для детей и родителей «Безопасный интернет: что это такое?», «Жизненные цели подростков. Суицид среди подростков», «Как научить ребенка заботиться о своей безопасности» и другие.

Организованная совместная работа всего педагогического коллектива, активное участие учащихся в жизни класса, в школе-лицея, занятость в кружках, секциях позволит осуществлять социальную и психологическую защиту детей, снизить количество детей с девиантным поведением и избежать суицидальных попыток.