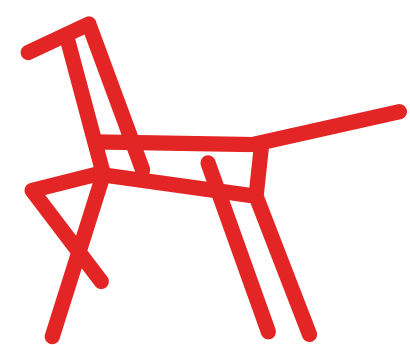
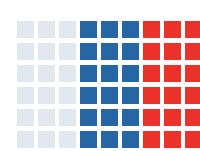




ИНСТИТУТ ИЗУЧЕНИЯ
ДЕТСТВА, СЕМЬИ
И ВОСПИТАНИЯ



ПРОФИЛАКТИКА
федеральный центр



МОСКОВСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПСИХОЛОГО-
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ

ФКЦ МГППУ



ОРГАНИЗАЦИЯ ЭКСТРЕННОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ ПОСЛЕ ЗАВЕРШЕННОГО СУИЦИДА В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ



Ермолаева Анна Валериевна

- заместитель руководителя Федерального координационного центра по обеспечению психологической службы в системе образования Российской Федерации МГППУ

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ СУИЦИД ПРОИЗОШЕЛ НА ГЛАЗАХ У СВЕРСТНИКОВ?



ЕСЛИ СУИЦИД ПРОИЗОШЕЛ НА ГЛАЗАХ У СВЕРСТНИКОВ

- **Сообщить в 112.** Полиция и скорая приедут на место. Важно предоставить любые данные, как бы абсурдно это ни звучало, которые могли бы быть связаны с возможным случаем кибербуллинга или школьной травли.
- Вывести остальных детей из места, где находится тело погибшего.
- Не трогать тело.
- Как только это станет возможным, воспитатели или учителя каждой группы должны сообщить детям, что произошло.
- Помочь им показать, что они чувствуют, и предложить помощь.
- Снизить эмоциональное напряжение и проявить внимание к тем детям, которые находятся в состоянии острой тревоги.
- Постараться избежать того, чтобы они чувствовали себя виноватыми. Поговорить об этом.
- Запросить помощь профессионалов.
- В ситуации общения с родителями ребенка, совершившего самоубийство, важнее всего не делать поспешных выводов, не судить родителей и других людей за произошедшее. Общаться с человеком, незадолго до того потерявшим близкого, очень тяжело. Лучшее, что можно сделать в этой ситуации, — слушать и поддерживать намерения обращаться за помощью.
- В ситуации общения с родителями других детей нужно избегать поспешных и оценочных суждений. Важно обратить внимание родителей на естественность их переживаний в сложившейся ситуации, возможность своевременного обращения за помощью для себя и своих детей. Подсказать родителям, куда можно обратиться за этой помощью.



ВОЗМОЖНЫЕ РЕАКЦИИ НА СУИЦИД:

- **Шоковые состояния с тревогой, растерянностью**
- **Тревожно-фобические реакции** (содержательно связанные и не связанные с событием)
- **Подавленность, тоска, чувство вины**
- **Агрессия, раздражение**
- **Актуализация старых, непроработанных проблем**
- **Усиление антивитальных переживаний и аутоагрессивного поведения**
- **Психосоматические реакции** (вегетативные реакции, нарушения работы желудочно-кишечного тракта, сердечно-сосудистой системы, проблемы с дыханием)



АЛГОРИТМ ДЕЙСТВИЙ ПРИ РАБОТЕ С КЛАССОМ, В КОТОРОМ ПРОИЗОШЕЛ СЛУЧАЙ ЗАВЕРШЕННОГО СУИЦИДА

- 1 Сказать правду без подробностей (как очень печальный факт), не оценивая поступок погибшего ребенка, не выясняя, кто из одноклассников что видел или слышал. Сказать, никого ни к чему не призывая, но и не скрывая своего горя.
- 2 Развенчать романтический ореол вокруг суицидента, представить произошедшее как непоправимую ошибку.
- 3 Дать возможность детям, если есть такая потребность, сказать, что они чувствуют и думают по этому поводу. Поговорить о чувствах каждого из присутствующих, если дети хотят высказаться.
- 4 Поговорить о чувствах родных и близких погибшего.
- 5 Снять чувство вины у детей.
- 6 Прояснить, какие существуют конструктивные способы решения проблемных ситуаций (желательно на примерах).



АЛГОРИТМ ДЕЙСТВИЙ ПРИ РАБОТЕ С КЛАССОМ, В КОТОРОМ ПРОИЗОШЕЛ СЛУЧАЙ ЗАВЕРШЕННОГО СУИЦИДА

7

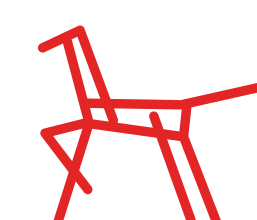
Сказать, что из каждой «безвыходной ситуации» есть выход, что иногда кажется, на первый взгляд, невозможным. В таких ситуациях важно обращаться за помощью — это не стыдно. Сказать, куда можно обратиться, помимо родителей или родственников, (телефон доверия, школьный психолог, классный руководитель).

8

Если дети желают присутствовать на церемонии прощания, договоритесь идти вместе, но строго добровольно, никого не принуждая и не обязывая, не выясняя причин в случае отказа. Не позволять детям (даже старшеклассникам) нести гроб, обговорить это заранее.

9

Со взрослыми детьми решить, поедут ли дети на кладбище. Предложить посоветоваться с родителями (строго по желанию, ни в коем случае не создавать ситуацию, когда кто-то из детей едет против своей воли, потому что так решил класс). Ваша цель — забота о психическом состоянии детей в классе, минимизация постстрессовых расстройств. Если дети из класса (даже незначительная часть) решили участвовать в церемонии прощания, классный руководитель должен быть с ними.



АЛГОРИТМ ДЕЙСТВИЙ ПРИ РАБОТЕ С КЛАССОМ, В КОТОРОМ ПРОИЗОШЕЛ СЛУЧАЙ ЗАВЕРШЕННОГО СУИЦИДА

- 10 Организовать просветительскую работу, желательно минимальное практическое обучение родителей.
- 11 В течение месяца соблюдать щадящий учебный режим в классе и создавать атмосферу принятия («дать детям привыкнуть»).
- 12 Включить детей в мероприятия, направленные на формирование антисуицидальных факторов личности, которые препятствуют реализации суицидальных намерений.
- 13 Организовать выявление детей с суицидальными наклонностями.
- 14 Провести практическое мероприятие для детей, направленное на предотвращение суицидального поведения и снятие причин, провоцирующих детско-юношеский суицид.



ОРГАНИЗАЦИЯ ГРУППОВОЙ БЕСЕДЫ С КЛАССОМ /КЛАССАМИ

БЕСЕДА С ДЕТЬМИ ПОЗВОЛЯЕТ:

- **упорядочить информацию, выстроить последовательность событий** (абсолютный хаос в порядок);
- **групповое обсуждение травматического события позволяет** учащимся лучше понять произошедшее, понять погибшего (его проблемы, «пусковые» факторы, послужившие последней каплей, глубину отчаяния, его чувства), **отреагировать свои чувства, повысить взаимопонимание и доверие между учащимися, адаптироваться после случившегося, формировать позитивное будущее, вернуть чувство самообладания, утраченное равновесие.** На равновесие влияют несколько взаимодополняющих факторов: **реалистическое восприятие события; наличие адекватной поддержки** (социальных ресурсов); **адекватный механизм разрешения проблемы.** Следует не избегать пугающего опыта, а находить ресурс для преодоления и дальнейшего развития (стали взрослее, ответственнее);
- **информировать обучающихся об имеющихся очных экстренных и кризисных психологических службах в городе (районе), телефонах доверия** (рассказать, для чего они существуют, как работают, оставить их номера телефонов).



КАКИЕ СИГНАЛЫ ТРЕВОГИ МОГУТ ПРОЯВЛЯТЬСЯ В ПОВЕДЕНИИ ДРУГИХ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПОСЛЕ СУИЦИДА ИХ ТОВАРИЩА?





23.08.2022 года в 04:38 часов покончила жизнь самоубийством через повешение несовершеннолетняя девочка 2007 года рождения.

В ходе проверки было установлено, что 22.08.2022 года несовершеннолетняя находилась в компании своего друга 2005 г. р., после чего пошла в туалет. Он ждал несовершеннолетнюю, но не дождавшись, пошел ее искать и обнаружил повешенной в надворных постройках на ремешке. Также установлено, что **несовершеннолетняя 2007 г. р. была подругой ранее покончившей жизнь самоубийством, болезненно переживала утрату подруги,** падала в обморок на похоронах, говорила, что подруга ее зовет.

Несовершеннолетняя 2007 года рождения окончила 8 класс и по итогам учебного года была переведена в 9 класс. Девочка была спокойная, конфликтов со сверстниками не наблюдалось. Проживала с неработающей матерью, отцом инвалидом 3 группы и братом 2009 года рождения.

ВОПРОСЫ ДЛЯ АНАЛИЗА:

- 1.** Как бы вы выстроили кризисную помощь, если бы были педагогом-психологом в образовательной организации, в которой учились девочки?
- 2.** Опишите эмоциональное состояние друга, который нашел несовершеннолетнюю.
- 3.** Опишите план работы с ближайшим окружением несовершеннолетней.
- 4.** Дайте рекомендации родителям покончившей жизнь самоубийством девочки.



ЧТО ДОЛЖЕН ДЕЛАТЬ КРИЗИСНЫЙ ПСИХОЛОГ ПОСЛЕ ЗАВЕРШЕННОГО СУИЦИДА?

Работа привлеченных специалистов
(специалистов антикризисных подразделений)



СОВЕЩАНИЕ С АДМИНИСТРАЦИЕЙ ОО

- Обсуждение плана мероприятий по экстренной психологической помощи
- Сбор дополнительной информации о суициденте, о психологическом состоянии учащихся, педагогов, родителей
- Информирование об особенностях переживания трагического события пострадавшими разных возрастных групп
- Информирование о возможных эмоциональных проявлениях, острых стрессовых реакциях, снижении успеваемости, особенностях взаимодействия с обучающимися
- Информирование о возможности получения психологической помощи от специалистов антикризисного подразделения, дистанционной психологической помощи средствами телефонного консультирования



ИНФОРМАЦИОННО-ПРОСВЕТИТЕЛЬСКАЯ БЕСЕДА С ПЕДАГОГИЧЕСКИМ КОЛЛЕКТИВОМ

- Информирование о текущей ситуации, планируемых мероприятиях с обучающимися
- Информирование о возможных эмоциональных и поведенческих проявлениях, острых стрессовых реакциях, снижении успеваемости, особенностях взаимодействия с обучающимися
- Информирование об особенностях переживания трагического события пострадавшими разных возрастных групп
- Дезактуализация циркулирования слухов о случившемся
- Информирование о возможности получения психологической помощи от специалистов антикризисного подразделения, дистанционной психологической помощи средствами телефонного консультирования
- **Информирование об угрозах, которые может нести интернет**



ИНФОРМИРОВАНИЕ ГРУПП ОБУЧАЮЩИХСЯ (КЛАССОВ)

- Формирование у учащихся правильного представления о ситуации
- Дезактуализация циркулирования слухов о случившемся
- Информирование о работе психологов антикризисного подразделения и возможности обращаться за психологическими консультациями, разъяснение порядка обращения за психологической помощью
- Информирование о характере взаимодействия со СМИ
- Информирование о возможных проявлениях острых стрессовых реакций после травматического события
- Информирование о возможности получения дистанционной психологической помощи средствами телефонного консультирования
- Информирование об угрозах, которые может нести интернет



ГРУППОВАЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ РАБОТА С ОДНОКЛАССНИКАМИ СУИЦИДЕНТА

ЗАДАЧИ:

- Оценка и оптимизация актуального психического состояния у детей
- Снижение интенсивности острых стрессовых реакций у обучающихся
- Проработка травматического опыта
- Профилактика агрессивных и аутоагрессивных поведенческих проявлений среди обучающихся
- Выявление группы риска



ГРУППОВАЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ РАБОТА С ОДНОКЛАССНИКАМИ СУИЦИДЕНТА

Проводится после информационной части!

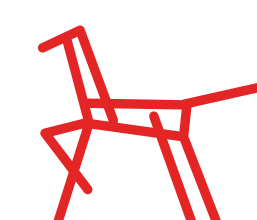
ПРИБЛИЗИТЕЛЬНЫЙ СЦЕНАРИЙ:

- Представление, когда узнал?
- Что сделал?
- Что почувствовал?
- Что подумал?
- Какой был?
- Отношение к событию?
- Какой опыт для себя получил?
- Минута молчания.
- Объединяющая часть.
- Завершение.

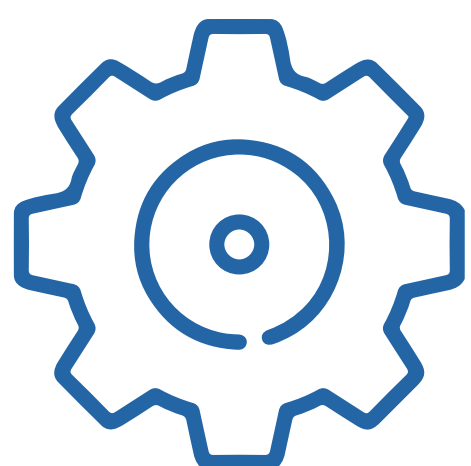


ИНФОРМАЦИОННО-ПРОСВЕТИТЕЛЬСКАЯ БЕСЕДА С РОДИТЕЛЯМИ (ЗАКОННЫМИ ПРЕДСТАВИТЕЛЯМИ)

- Информирование о текущей ситуации, планируемых мероприятиях с учащимися
- Информирование о возможных эмоциональных и поведенческих проявлениях, острых стрессовых реакциях, снижении успеваемости, особенностях взаимодействия с обучающимися
- Информирование об особенностях переживания трагического события пострадавшими разных возрастных групп
- Информирование о возможности получения психологической помощи от специалистов антикризисного подразделения, дистанционной психологической помощи средствами телефонного консультирования
- СМИ; интернет
- Информация о траурных мероприятиях
- Дезактуализация циркулирования слухов о случившемся
- Ответы на вопросы
- Консультирование родителей



САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА: САМОКОНТРОЛЬ



- Разработать годовой план профилактики суицидального поведения среди обучающихся (на первичном уровне профилактики)
- Разработать локальный алгоритм экстренного реагирования педагога на возможные ситуации, связанные с проявлениями суицидальных рисков среди обучающихся

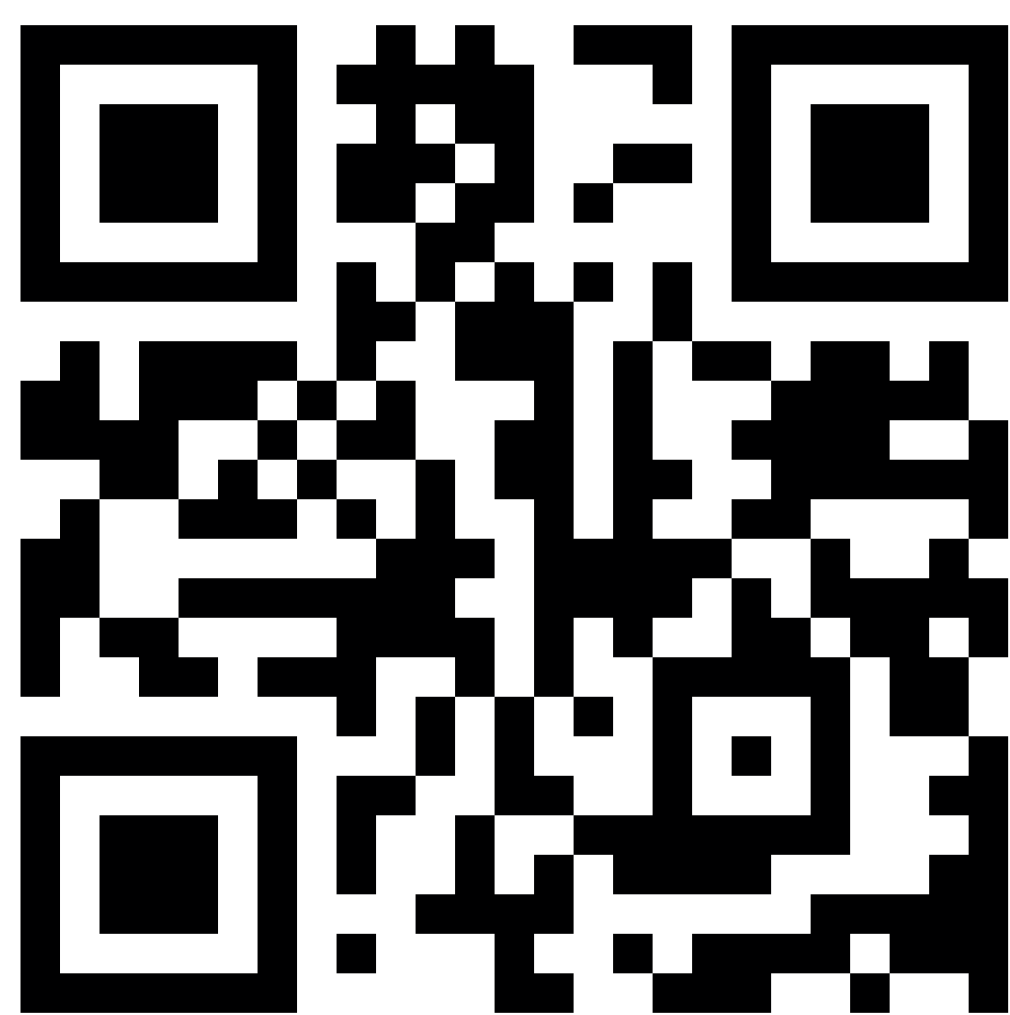


КОНТАКТЫ



МОСКОВСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПСИХОЛОГО-
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ

ermolaevaav@mgppu.ru
8 (926) 595-05-45



ФКЦ МГППУ

