**Алгоритмы действий педагогических работников**

**(по материалам инновационной коммуникационно-компетентностной он-лайн площадки саморазвития «Педагогическая суицидопрофилактика в условиях общеобразовательной организации» (Всероссийской деловой платформы «Десятилетие детства» - проект «Компетентностные педагоги - детям России»)**

**Алгоритм**

**раннего выявления суицидальных намерений методом**

**наблюдения и анализа**

Алгоритм анализа

* Анализируем наличие/отсутствие маркеров суицидального поведения (какие именно, сколько, может быть 1, может быть 3-4).
* Анализируем внешние проявления в НАСТОЯЩИЙ МОМЕНТ.
* Анализируем способность ближайшего окружения помочь в НАСТОЯЩИЙ МОМЕНТ.
* Анализируем взаимоотношения ребенка в референтной (значимой ДЛЯ НЕГО) группе.
* Анализируем психическое состояние ребенка в НАСТОЯЩИЙ МОМЕНТ.
* Анализируем адекватность оценивания ребенком в НАСТОЯЩИЙ МОМЕНТ ситуации, в которой он находится.
* Анализируем наличие зависимостей (алкогольной, табачной иной, включая игроманию, зависимость от очень значимого человека в НАСТОЯЩИЙ МОМЕНТ).
* Анализируем, есть ли в жизни ребенка ситуация, которая может стать катализатором в НАСТОЯЩИЙ МОМЕНТ. (Их может быть несколько. Если ситуация имеет место быть, обдумываем, как нейтрализовать ее, уменьшить негативное воздействие).

**Рекомендации по проведению  
беседы с родителями ребенка, демонстрирующего  
признаки суицидального поведения**

* Посмотрите, что за родители перед Вами. Насколько адекватно отнеслись к сообщению. Не поверили, считают, что Вы драматизируете ситуацию или, напротив, информация повергла их в шок, выражают крайнюю озабоченность, настолько растеряны, что не способны принять решение и слушать Вас. Затем принимайте решение о том, как преподносить информацию.
* Не нужно пугать родителей. Нужно сообщить о результатах Ваших наблюдений и Вашей озабоченности. Равнодушным родителям нужно объяснить серьезность последствий; .
* Не принимайте за родителей решений. Не обещайте помогать без участия родителей. Общайтесь с родителями до тех пор, пока не поймете, какие конкретные шаги они планируют предпринять и что уже предприняли.
* В то же время, дайте родителям понять, что Вы (школа) не оставляете их один на один с проблемой. Познакомьте родителей со школьным психологом. Порекомендуйте, куда обратиться в Вашем населенном пункте, дайте телефон доверия.
* Не сообщайте о Ваших выводах на родительском собрании при других родителях.
* Сообщение должно быть сделано корректно, без упреков родителей в допущении происходящего.
* Сформулируйте Ваше сообщение так, чтобы оно не прозвучало, как диагноз или приговор. Помните, что школа не медицинское учреждение. Скажите о том, что поведение ребенка очень схоже с суицидальным, Вам не все равно и Вы считаете необходимым сказать об этом родителям.
* Не используйте терминов «маркеры суицидального поведения», «ситуации-катализаторы» и т.д. Эта терминология понятна нам, педагогам, удобна, кратка, но для родителей создает еще больше проблем в понимании и пугает их.

**Алгоритм действий**

**(беседа с родителями ребенка, демонстрирующего  
признаки суицидального поведения)**

* Пригласить родителей (одного из них) в школу или договориться встретиться в другом месте (не желательно сообщать по телефону).
* Сказать о том, что поведение ребенка, включая внешний вид, психическое состояние), очень схоже с суицидальным. Рассказать, какие признаки суицидального поведения существуют.
* Рассказать родителям, почему Вы сделали такие выводы, сказать, что Вы очень озабочены и пригласили родителей, чтобы обсудить план помощи ребенку в случае и план снятия причин, провоцирующих возможную угрозу.
* Поговорить с родителями о возможных причинах необычного для ребенка поведения, назвать основные причины.
* Расспросить родителей 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..
* Предложить родителям вместе с Вами наблюдать за ребенком и отмечать все происходящие с ним изменениями, рассказать, на что нужно обратить внимание - на маркеры, перечень см. выше) и обязательно держать связь с Вами, чтобы вовремя принять решение об экстренной помощи (вплоть до госпитализации, если необходимо.
* Предложите родителям одновременно с наблюдением убрать с доступных мест опасные вещества (лекарства, уксус), изменить манеру общения с ребенком, больше с ним разговаривать, интересоваться его делами более подробно, по возможности снизить нагрузку на психику ребенка (восприятие обострено), переключить ребенка с негативных мыслей на позитивные (спланировать совместную поездку или выходные вместе и т.д.), не оставлять его надолго в одиночестве.
* Заранее переговорите с психологом Вашей образовательной организации, какую помощь сможет оказать он в конкретном случае с конкретным ребенком. Предложите родителям обратиться к школьному психологу, если случай не критический), и к специалистам в Вашем населенном пункте, заранее выяснив, где такие имеются, возможна в т.ч. консультация терапевта или педиатра. Возможно, врач сочтет нужным назначить терапию, направленную на снятие психоэмоционального напряжения, даст направление на консультацию к эндокринологу для выявления наличия/отсутствия проблем в гормональной сфере, влияющих на саморегуляцию и поведение, эмоции ребенка.
* 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.
* Расскажите родителям, дайте пару конкретных советов, (больше не запомнят), как правильно себя вести в экстренной ситуации, что говорить с ребенком, как реагировать.

**Алгоритм**

**педагогической помощи (беседы) с ребенком с суицидальными намерениями, находящимся в состоянии отчаяния**

* Разговаривая с ребенком помните, что от Вашего общения зависит его жизнь.
* Не бойтесь оказаться некомпетентным, усугубить ситуацию. Чаще всего выговорившись, проговорив боль, сняв напряжение, поплакав с кем-то рядом, почувствовав, что кому-то не все равно, ребенку становится легче и он отказывается от задуманного. Осторожно! Это временный отказ. Проблема никуда не исчезла, ребенку очень нужна помощь и срочно. Если психотравмирующая ситуация не прекратилась, через некоторое время намерения возобновятся.
* Помните о цели только этого конкретного разговора, который Вы ведете здесь и сейчас — не «вылечить» ребенка, не решить его проблему (иногда она действительно не решаема, например, ребенок потерял одного из родителей, Вы его не вернете), а на время ослабить боль, снять невыносимое для ребенка эмоциональное напряжение и он не решится совершить задуманное (по крайней мере, сейчас), у Вас будет время организовать помощь, работу психолога, переговорить с родителями и т.д. и совместно определить, как поступать.
* Не анализируйте безысходность ситуации.
* Если в процессе разговора с ребенком Вы растерялись и не знаете, что говорить, или ребенок вдруг отказывается говорить, просто будьте рядом (в идеале «отзеркаливайте ребенка» - повторите его позу, его темп речи и интонации, ритм движений).
* Если ребенок плачет, не мешайте, дайте психическому напряжению выйти.
* Если ребенок хочет говорить, не мешайте, слушайте (не так важна содержательность, пусть выговорится).
* Вашего активного слушания - кивания, сочувствия, выражение сострадания часто достаточно, чтобы помочь ребенку почувствовать облегчение (пусть даже опустошенность после разговора, главное у него не останется сил совершить непоправимое, Вы выиграете время).
* О том, как отвечать на сложные вопросы, которые во время разговора может задать ребенок, как быть, если поведение становится неадекватным и других сложных моментах - «Педагогическая суицидопрофилактика в работе классного руководителя. Стратегии интервенции (помощи) в кризисных ситуациях».

**Алгоритм**

**организации работы с классом, в котором произошел  
случай незавершенного суицида**

* Сказать правду безоценочно, без шокирующих подробностей.
* Развенчать романтический ореол вокруг суицидента, представить произошедшее ошибкой, не оценивать поступок ребенка, не выяснять, кто из одноклассников что-то видел или слышал.
* Дать возможность детям задать Вам вопросы, иначе есть риск того, что они зададут их из любопытства ребенку-суициденту, а это будет дополнительной психотравмой.
* Если дети переживают, испуганы, растеряныю, позволить им проговорить, что они чувствуют и думают по этому поводу.
* Снять чувство вины у детей за поступок одноклассника, если только суицид не стал следствием травли в классе или затянувшегося конфликта между суицидентом и одноклассниками.
* Прояснить, какие существуют конструктивные способы решения проблемных ситуаций (желательно на примерах).
* Спросить, были ли у детей безвыходные ситуации и какие были найдены варианты решений .
* Сказать, что из каждой «безвыходной ситуации» есть выход, только он иногда кажется на первый взгляд неприемлемым. В таких ситуациях нужно обращаться за помощью - это не стыдно Сказать, к кому можно обратиться, помимо родителей и родственников (телефон доверия, школьный психолог, даже Вы, как классный руководитель), а дальше совместно принять решение.
* Договориться, что в случае, когда кому-то из детей в классе очень плохо и кажется, что не хочется жить и никого не хочется видеть, он сначала позвонит Вам, классному руководителю, или скажет Вам об этом. Так Вы заключите с детьми аналог антисуицидального контракта, необходимого в качестве защиты на некоторое время, пока не прекратятся обсуждения и возможная романтизация поступка).
* Не позволять детям ни при каких условиях высмеивать суицидента. Обговорить это заранее. Ваша цель - забота не только о психологическом состоянии детей в классе, но и о состоянии вернувшегося ребенка- суицидента и минимизация постстрессовых расстройств и повторения попытки.
* Переключить ребят на интересное дело. Включить ребенка-парасуицидента в общую деятельность как будто ничего не произошло, если ребенок не против, но не настаивать.
* Организовать просветительскую работу, желательно минимальное практическое обучение родителями.
* Включить детей в мероприятия, направленные на формирование антисуицидальных факторов личности, которые препятствуют реализации суицидальных намерений
* Организовать раннее выявление детей с суицидальными наклонностями.
* Организовать в системе и провести практические мероприятия для детей, направленные на предотвращение суицидального поведения и снятие причин, провоцирующих детско-юношеский суицид.

**Алгоритм**

**работы с классом, в котором произошел случай  
завершенного суицида**

* Сказать правду без подробностей (как очень печальный факт), не оценивая поступок погибшего ребенка, не выясняя, кто из одноклассников что-то видел или слышал. Сказать, никого ни к чему не призывая, но и не скрывать своего горя.
* Развенчать романтический ореол вокруг суицидента, представить произошедшее непоправимой ошибкой.
* Дать возможность детям, если есть потребность, сказать, что они чувствуют и думают по этому поводу. Поговорить о чувствах каждого из присутствующих ,если дети хотят высказаться.
* Поговорить о чувствах родных и близких погибшего.
* Снять чувство вины у детей.
* Прояснить, какие существуют конструктивные способы решения проблемных ситуаций (желательно на примерах).
* Спросить, были ли у детей безвыходные ситуации, и какие были найдены варианты решений.
* Сказать, что из каждой «безвыходной ситуации» есть выход, только он иногда кажется на первый взгляд неприемлемым. В таких ситуациях нужно, не стыдно обращаться за помощью. Сказать, к кому можно обратиться, помимо родителей и родственников (телефон доверия, школьный психолог, даже Вы, как классный руководитель), а дальше совместно принять решение.
* 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.
* 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 психологическим состоянии детей и минимизация постстрессовых расстройств. Если дети из класса (даже незначительная часть) решили участвовать в церемонии прощания, классный руководитель должен быть с ними.
* Организовать просветительскую работу, желательно минимальное практическое обучение с родителями .
* В течение месяца соблюдать щадящий учебный режим в классе и создать атмосферу принятия («дать детям привыкнуть»).
* Включить детей в мероприятия, направленные на формирование антисуицидальных факторов личности, которые препятствуют реализации суицидальных намерений.
* Организовать раннее выявление детей с суицидальными наклонностями.
* Организовать в системе и провести практические мероприятия для детей, направленные на предотвращение суицидального поведения и снятие причин, провоцирующих детско-юношеский суицид.

Педагогам, в случае суицида в классе, очень необходима помощь психолога, для снятия чувства вины и предотвращения эмоционального выгорания.