



Система профилактики суицидального поведения студентов в вузе (на примере деятельности психологической службы факультета психологии ФГБОУ ВО «НГПУ»)

**Андронникова Ольга Олеговна,
канд. психол.наук, доц.,
декан факультета психологии ФГБОУ
ВПО «НГПУ» (Новосибирск)**



ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СЛУЖБА ФАКУЛЬТЕТА ПСИХОЛОГИИ

- Центр практической психологии, как психологическая служба факультета психологии, создан в 2015 году.
- Направления деятельности Центра: *научно-методическое, прикладное, просветительское, консультативное.*
- Перед специалистами центра ставятся задачи по проведению научно-методической, коррекционной, профилактической и просветительской работы в области практической психологии и психологии образования; формированию профессиональной общности преподавателей и студентов; развитию практико-ориентированной деятельности студентов,



Направление деятельности Психологического центра





НАПРАВЛЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЦЕНТРА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНТОВ В ВУЗЕ

- **общая профилактика** (обеспечение вовлечения всех студентов в жизнь факультета и университета и предупреждение их учебно-профессиональных трудностей и социальной дезадаптации)
- **специальная профилактика** (выявление и сопровождение всех учащихся, нуждающихся в особом психолого-педагогическом внимании, проведение с ними работы на индивидуальном уровне)



Реализация задач психологического сопровождения студентов факультета психологии

1. *Формирование психологической гибкости и навыков адаптивного поведения студентов:*

-) психологическая диагностика личностных особенностей студентов для выявления группы риска по адаптационным, коммуникативным и мотивационным характеристикам;**
-) мероприятия по социально-психологической адаптации студентов ФП: адаптационный выезд со студентами 1 курса; оформление индивидуальных рекомендаций психолога студентам по социально-психологической и профессиональной адаптации; анкетирование студентов факультета по итогам сессии, разработка паспорта первокурсника и пр.**



Адаптационный выезд со студентами 1 курса, 2017 г.





Реализация задач психологического сопровождения студентов факультета психологии

3) методические рекомендации, программы, просветительские материалы для студентов, абитуриентов, учащихся и их родителей, направленных на социально-психологическую и профессиональную адаптацию студентов, практико-ориентированное обучение студентов и т.д.



Реализация задач психологического сопровождения студентов факультета психологии

4) научно-методическая помощь кураторам студенческих групп 1-2 курсов в реализации мероприятий по адаптации студентов факультета – кураторам групп предоставляются результаты диагностики студентов с выделением групп риска; консультирование кураторов по оказанию помощи студентам; посещение общежитий и кураторских часов (по запросам кураторов) и т. д.



Реализация задач психологического сопровождения студентов факультета психологии

2. Формирование активных жизненных целей и ценностей, профессиональных перспектив, способности к самопознанию, саморегуляции, самовоспитанию, саморазвитию и самоопределению:

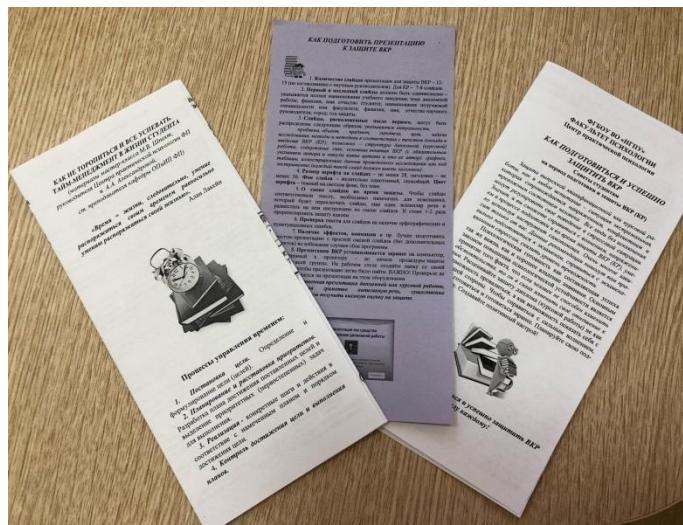
1) помощь студентам в подготовке публикаций, проведении научных исследований, участии в конференциях;





Реализация задач психологического сопровождения студентов факультета психологии

2) проведение круглых столов, встреч вопросов и ответов со студентами факультета на актуальные учебные темы (*Психологическая подготовка к экзаменам, Тайм-менеджмент в жизни студента, Как успешно подготовить и защитить ВКР, Особенности адаптации первокурсника и др.*);





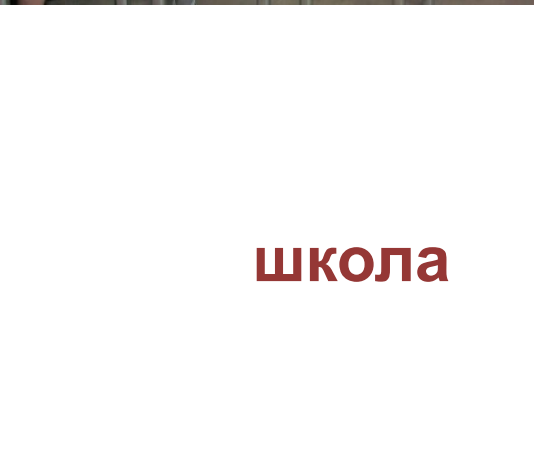
Реализация задач психологического сопровождения студентов факультета психологии

3) *привлечение студентов факультета к просветительской и профориентационной деятельности* - Дни открытых дверей университета; профориентационные выездные мероприятия; реализация программ «Мастерская профориентации», «Школа юного психолога», Летняя школа психологии, экспресс-профдиагностика учащихся 8-11 классов;





Летняя



школа



ПСИХОЛОГИИ



2018





Реализация задач психологического сопровождения студентов факультета психологии

4) разрабатываются методические рекомендации, просветительские материалы для учащихся образовательных учреждений и их родителей, специалистов образовательных, социальных и других служб города (в т.ч. по запросу МВД г. Новосибирска): буклеты для родителей и педагогов по профилактике суицидов у детей и подростков, по профилактике вовлечения молодежи в экстремистскую деятельность, по профилактике бродяжничества и уходов детей из дома.

ПАМЯТКА РОДИТЕЛЯМ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ПОБЕГОВ, УХОДОВ ДЕТЕЙ

в редакции Центра практической психологии факультета психологии ФГБОУ ВО «НПГУ» ©

- 1. Мотивированные единичные побеги, уходы из дома**
- 2. Мотивированные повторяющиеся побеги, уходы из дома**
- 3. Мотивированные частые побеги, уходы из дома**
- 4. Немотивированные побеги, уходы из дома: синдром бродяжничества (социализированное расстройство поведения)**

ПРИЧИНЫ ПОБЕГОВ, ФАКТОРЫ РИСКА

<p>➢ Внешние (конфликты, жестокое обращение, физическое, сексуальное или эмоциональное насилие, невозможность реализовать интересы, метод ухода от проблем);</p> <p>➢ Внутренние (скука, страх, стресс; низкая уверенность в себе, повышенная обидчивость и чувствительность)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Побег как протест 2. Побег как реакция на прощания родителей в воспитании (гипер или гипопека) 3. Для привлечения внимания 4. Для получения новых эмоций 5. Желание избавиться от опеки родителей 6. Желание сделать назло и вопреки 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Привычная реакция на стресс или конфликт. 2. Желание странствовать. 3. Происходит постепенное формирование привычки к бродяжничеству. 4. Ребенок утрачивает способность противостоять желанию совершить побег. 5. Продолжительность и частота эпизодов бродяжничества увеличивается. 	<p>Основные характеристики синдрома бродяжничества:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Предвкушение побега • Непределимость влечения к перемене мест • Внезапность, импульсивность • Отсутствие критической оценки • Неподготовленность (не знают куда и как)
---	--	---	---

ЧТО ДЕЛАТЬ? КУДА ИДТИ? КОМУ ЗВОНИТЬ?

- Шаг 1.** Ответить на вопросы (Что до этого говорил? Собирали ли вещи? Всё ли на месте? К кому мог пойти? С кем общается? Звонит ли друзьям, знакомым, разговаривать с другими родителями).
- Шаг 2.** Звонить в скорую помощь (ФНО, приметы); **НОМЕР 03** (с мобильного телефона 103, 030). Звонить в полицию; **НОМЕР 02** (с мобильного телефона 020, 102), экстренные оперативные службы 112.
- Шаг 3.** Идти в районное отделение полиции. С собой необходимо иметь: фотографии, документы, быть готовым рассказать подробную информацию о ребенке, его знакомых, писать заявление, подавать в розыск.
- Шаг 4.** Обратиться к инспектору по делам несовершеннолетних (при себе иметь фото ребенка, номера контактных телефонов, информацию о ребенке и местах его возможного пребывания).

Обращаться к психологу, социальному педагогу (школа). Поддержка ребенка. Участие в семейной терапии.

Телефон доверия для детей, подростков и их родителей **8-800-2000-122** круглосуточно, бесплатно, анонимно

Горячая линия экстренной и срочной социальной помощи **+7 (383) 243-65-85** круглосуточно

ОСНОВНЫЕ МЕРЫ ПРОФИЛАКТИКИ ПОБЕГОВ И УХОДОВ:

- Внимание к проблемам ребенка, особенно в переходном возрасте, воспитание в нем социальной ответственности.
- Избегание стрессовых ситуаций и переутомления.
- Мониторинг здоровья детей в случае наличия травм и заболеваний мозга.
- Все случаи уходов из дома в детском или подростковом возрасте нуждаются в восстановлении взаимодействия между ребенком и родителями. Важно выяснить причину, по которой ребенок уходит из дома, и устранить ее.
- Коррекционная, профилактическая психолого-педагогическая и медицинская помощь с участием социального педагога, администрации ОУ, КДН, родителей

Частный психотерапевт психиатрическая служба, психоневрологический диспансер: **ГБУЗ НСО «Новосибирский областной детский клинический психоневрологический диспансер». Кабинет медико-социально-психологической помощи: (383) 38-17-0-18, отделение психолого-педагогической помощи семье и детям: (383) 204-91-72.**

ПАМЯТКА РОДИТЕЛЯМ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ СУИЦИДА У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

в редакции Центра практической психологии факультета психологии ФГБОУ ВО «НПГУ» ©

<p>I этап. ПРИЗНАКИ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ Факторы, предрасполагающие к суициду и ситуации суицидального риска ➢ Признаки, по которым можно определить ушедшего, переживающего трудную ситуацию ➢ Способы информирования ребенком о намерении суицида 	<p>Факторы, предрасполагающие к суициду и ситуации суицидального риска:</p> <ul style="list-style-type: none"> • отсутствие доброжелательного отношения со стороны взрослых; атмосфера и взаимоотношения родителей и подростков; • психологическое, физическое и сексуальное насилие; • конфликт: дружба или любовь; • наличие самоубийств, предшественников и самоубийдений; • безответная любовь и др.
<p>II этап. ФАКТОРЫ ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ (что могут сделать родители, как помочь ребенку)</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ Правила поведения родителей при выявлении склонности суицида у подростка ➢ Советы для родителей (что можно и что не нужно говорить родителям при общении с подростком в ситуации суицидального риска) ➢ Что необходимо делать, если замечена склонность к суициду 	<p>Правила поведения родителей при выявлении склонности суицида у подростка:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Общественно осуждение подростка 2. Оценка серьезности намерений и сути ребенка 3. Срочные службы экстренной помощи 4. Безусловная поддержка во всем, даже самым нелепыми методами обиды и жалости. 5. Постарайтесь аккуратно спросить, не фантазируют ли они или она о самоубийстве 6. Выработайте совместные решения о дальнейших действиях.
<p>III этап. ФОРМИРОВАНИЕ АНТИСУИЦИДАЛЬНЫХ УСТАНОВОК (как избежать суицида)</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ Защитные (антисуицидальные) установки и переживания, препятствующие реализации суицидальных намерений подростка ➢ Формирование положительных жизненных установок, жизненной позиции, комплекса личностных факторов и психологических особенностей человека, а также душевные переживания, вызовшие обеспокоенность и поддержку среди сверстников и в семье, препятствуют осуществлению суицидальных намерений. 	<ul style="list-style-type: none"> • Поддержка семьи, друзей, друзей взрослых и жизни человека побед. • Развитие культуры и личностной ценности. • Выражение чувства долга, ответственности. • Дать подростку себе физическое ущемление и пережить суицидальные мысли побед. • Наличие жизненных, творческих, свободных друзей, планов, достижений. • Наличие друзей, нравственных критериев и ценностей, адекватных жизненным ценностям и задач. • Психологическая зрелость и ответственность. • Планирование своего будущего в физическом и психическом плане.
<p>IV этап. КУДА ОБРАЩАТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ школьный психолог; ➢ социальщик, работающие на телефонах доверия центров кризисной психологической помощи; ➢ частный психотерапевт или психолог; ➢ психиатрическая служба, психоневрологический диспансер; ➢ приемное отделение Скорой помощи 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Срочная экстренная психологическая помощь тел. 112 или 103 (03) 2. Неотложная помощь в профильных отделениях лечебных учреждений 3. ДЕТСКИЙ ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ 8-800-2000-122 (звонок бесплатен и анонимен с любого стационарного или мобильного телефона) 4. Профильная помощь в г. Новосибирске – ГБУЗ НСО «Новосибирский областной детский клинический психоневрологический диспансер». Кабинет медико-социально-психологической помощи: (383) 38-17-0-18, отделение психолого-педагогической помощи семье и детям: (383) 204-91-72.

ПАМЯТКА ПСИХОЛОГАМ И ПЕДАГОГАМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ

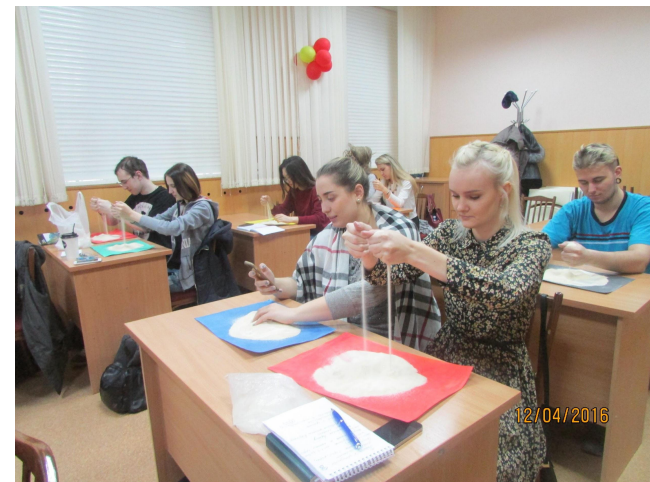
ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ВОЛЕЧЕНИЯ МОЛОДЕЖИ В ЭКСТРЕМИСТСКУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

<p>I. Профилактика вовлечения в экстремистскую деятельность</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Улучшение психотерапевтических факторов 1) Формирование устойчивости к социальному давлению: Тренинг устойчивости в социальном давлении: Школа социального лидерства Научение лидеров профилактической работе 2) Работа на развитие коммуникативных навыков. 3) Формирование жизненных навыков 4) Работа с чувством одиночества 5) Организация социальной деятельности альтернативной экстремистской: <ul style="list-style-type: none"> • специальная активность творческой, спортивной, военно-патриотической направленности; • развитие системы дополнительного образования и досуговой культурно-досуговой деятельности (клубы, клубы, общественные организации); • проведение мероприятий, направленных на привлечение внимания и исторический дик (День солидарности, День Победы), на формирование межпоколенческого культурного обмена и согласия; • усиление профессиональной подготовки молодежи, способной к реализации жизненных перспектив 6) Правовое просвещение учащихся и их родителей 	<p>II. Работа в ситуации выявления риска</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Сообщение о ситуации вовлечения подростка: <ul style="list-style-type: none"> • единый канал помощи операторов мобильного связи 112 • телефоны доверия 8-800-2000-122 • дежурная служба УФСБ по НСО • +7 (383) 231-05-05, +7 (383) 269-72-69 • дежурная часть ГУ МВД по НСО • +7 (383) 232-70-89, официальный сайт: https://54.mvd.ru/ • единый номер вызова полиции с любого мобильного оператора: 102 • веб-приемная на сайте ФСБ www.fsb.ru +7 (800) 224-22-22 2. Психологическая работа с ребенком по структуре работы учреждения по секты. 3. Работа с семьей подростка. 4. Психологическое сопровождение семьи.
<ol style="list-style-type: none"> 2. Создание внешних рисков <ol style="list-style-type: none"> 1) Контекстная фильтрация информационных ресурсов экстремистской и террористической направленности в сети Интернет (сайты, видеопорталы, информационные видео- аудиозаписи, агитация в социальных сетях), а также специальной литературе, видео- аудиозаписей на электронных носителях (флеш-карты, DVD и CD диски), листовки с информацией об экстремистских и террористических организациях 2) Мониторинг акций протеста и саркастического прокламационного действия (флеш-мобы, собрания, митинги и т.д.) 3) Предотвращение пропагандистской деятельности лиц, знающих склонности, вербовкой или иным вовлечением в группы экстремистской и террористической направленности 	



Реализация задач психологического сопровождения студентов факультета психологии

3.Повышение практической составляющей реализации образовательных программ - *приобщение студентов факультета психологии к практической психологической деятельности*: 1) проводятся мастер-классы, тренинги, обучающие семинары; организовывается практика на базе Центра; студенты старших курсов под руководством наставников проводят мастер-классы и тренинги для школьников и студентов младших курсов;





Реализация задач психологического сопровождения студентов факультета психологии

2) проводятся научно-практические семинары по актуальным задачам психологии образования для студентов и педагогов университета, педагогов и психологов ОУ, сотрудников социальных служб города и области (совместно с кафедрами) – всего за 3 года **12 мероприятий, которые посетило более 1700 чел.** («Безопасность образовательной среды», 2015 г.; «Готовность психолога образовательного учреждения к работе с подростками с высоким суицидальным риском», 2016 г.; «Психологические технологии профилактики вовлечения молодежи в экстремистскую деятельность», 2016 г.; «Социально-психологические причины моббинга в подростковой среде», 2017 г.; «Этнопсихологические проблемы в современной школе» 2016; «Медиация и медиативные технологии в практике школьного психолога», 2017 г.; «Специфика обучения школьников с разными индивидуально-типическими особенностями», 13





Реализация задач психологического сопровождения студентов факультета психологии (специальная профилактика)

4. Задачи по *обеспечению психологической поддержки и оказанию индивидуальной и групповой психологической помощи* реализуются через психологическое консультирование с целью диагностики, профилактики и коррекции психологических и профессиональных проблем абитуриентов, студентов, сотрудников вуза – всего за 3 года более 390 чел.



Перспективные задачи работы Центра

- ▮ проведение диагностики профессиональных склонностей и интересов, профессионально важных качеств и готовности к профессиональной деятельности студентов всех курсов факультета психологии;
- ▮ организация работы «Школы кураторов»;
- ▮ подготовка и реализация программы социально-психологической адаптации для студентов факультета психологии, проживающих в общежитии;



Перспективные задачи работы Центра

- подготовка и реализация программы психологической разгрузки для студентов и преподавателей факультета психологии (кабинет психологической разгрузки);
- разработка и реализация программы «Психологический студенческий клуб» *(профессиональное сообщество студентов и педагогов, предполагающее реализацию комплекса мероприятий по воспитательной работе и психологическому сопровождению студентов);*
- разработка программ по взаимодействию с родителями студентов и их консультирование.



Система профилактики суицидального поведения студентов в вузе (на примере деятельности психологической службы факультета психологии ФГБОУ ВО «НГПУ»)

**Андронникова Ольга Олеговна,
канд. психол.наук, доц.,
декан факультета психологии ФГБОУ
ВПО «НГПУ» (Новосибирск)**

