

# Десять кроків із запобігання самогубства у шкільному середовищі (поради дорослому)

**Десять кроків** із запобігання самогубства у шкільному середовищі (поради дорослому):

**Якщо ви виявили дитину із явними ознаками суїцидальної поведінки:**

**Крок 1-й:** Повідомити департамент (управління, відділ) освіти міської ради.

**Крок 2-й:** Практичному психологу (у разі його відсутності соціальному педагогу) спільно з класним керівником створити безпечну, особистісно-орієнтовану і довірливу ситуацію навколо дитини і розпочати постійний щоденний контакт з дитиною (спілкування з використанням запитань «Що трапилось?, Я помітив, що у тебе щось відбувається негаразд, Які проблеми тебе турбують – я хочу тобі допомогти, Що у тебе на душі? Що тебе турбує? Твоя душа болить?» тощо). Знайдіть час слухати про все, що буде говорити дитина. Якщо вона замкнулася – знайдіть ключик до неї, але не чиніть тиску на дитину.

**Крок 3-й:** Переможіть страх над собою і поговоріть з дитиною, чи думала вона про смерть, як давно і які були її фантазії, думки, плани.

**Крок 4-й:** Спробуйте визначити ту складну кризову ситуацію, яка спричинила думки про власну смерть.

**Крок 5-й:** З'ясуйте, чи є в родині підлітка дорослий, якого він поважає і любить, який є авторитетом або соціально близькою людиною. Знайдіть її і залучіть до постійної підтримки на певний час.

**Крок 6-й:** Практичному психологу, на основі своїх робочих даних, описати «Психологічний портрет школяра» та спільно з індивідуальною карткою подати для експертного прогностичного висновку в міський центр практичної психології і соціальної роботи або методисту, який відповідає за роботу психологічної служби міста/району/ОТГ по факту виявлення ознак суїцидальної поведінки.

**Крок 7-й:** У випадку наявних випадків суїцидів у родині, попередніх суїцидальних спроб, вживання наркотиків і інших токсичних речовин, наявних психопатичних або депресивних розладів особистості, патології психічного розладу – обґрунтовано і толерантно рекомендувати батькам звернутися до психіатра, або психотерапевта, або психоневролога.

**Крок 8-й:** Практичному психологу школи організувати щоденне постійне підтримуюче спілкування з дитиною, вчителями та сім'єю. Розробити індивідуальну

програму психологічної допомоги та формування захисних антисуїцидальних факторів. У випадку відсутності відповідних вмінь і навичок у працівника психологічної служби – його обов'язок знайти (перенаправити) кваліфікованого фахівця і залучити до роботи аж до повного зникнення суїцидальних ознак в поведінці.

**Крок 9-й:** Виявити фактори ризику у сім'ї та школі для конкретної дитини. Розробити рекомендації для педагогів та родини – як організувати підтримуюче спілкування з дитиною та що змінити у взаємостосунках «дорослий – дитина».

**Крок 10-й:** Організувати психопрофілактичну роботу у школі за 7-ми компонентною схемою (вказана вище). Затвердити план дій наказом по школі.

