

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
**Центральноукраїнський державний університет**  
**імені Володимира Винниченка**



## **ПОЛОЖЕННЯ**

**щодо профілактики суїцидальних тенденцій**  
**серед здобувачів освіти**  
**Центральноукраїнського державного університету**  
**імені Володимира Винниченка**

**ЗАТВЕРДЖЕНО**

вченою радою університету

(протокол № 11 від 27.02.2023 )

Голова вченої ради університету

Ректор

Є. Ю. Соболев



**Кропивницький-2023**

## **1. ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ**

**1.1.** Це Положення регламентує організацію роботи щодо запобігання та профілактики суїцидальних тенденцій серед студентів у Центральнoукраїнському державному університеті імені Володимира Винниченка (далі - Університет) та розроблено у відповідності до чинного законодавства України, зокрема, Законів України «Про освіту», «Про вищу освіту», рекомендацій, наданих листом МОН України від 28.03.2014 №1/9-179 «Щодо профілактики суїцидальних тенденцій» та інших нормативно-розпорядчих документів Міністерства освіти і науки України.

**1.2. Основною метою** щодо профілактики суїцидальних тенденцій серед студентської молоді є: своєчасне виявлення суїцидального ризику серед здобувачів вищої освіти; профілактика суїцидальної поведінки; формування навиків протидії цьому небезпечному явищу та ознайомлення з інструментами роботи щодо недопущення і профілактики суїцидів, надання якісної та ефективної допомоги особам, які цього потребують; захист психологічного здоров'я та соціального благополуччя усіх учасників освітнього процесу: здобувачів вищої освіти, педагогічних і науково-педагогічних працівників.

### **1.3. Головними завданнями є:**

- ознайомлення здобувачів вищої освіти, отримувачів освітніх послуг, співробітників університету з поняттям та природою суїциду, з соціально-психологічними та індивідуально-психологічними чинниками виникнення та перебігу суїцидальних тенденцій; зі шляхами виявлення та засобами профілактики суїцидальної поведінки;

- навчання вчасно та ефективно діяти на етапах виявлення та недопущення суїцидальних проявів поведінки; конструктивним формам спілкування, поведінкових реакцій; зняття деструктивних елементів у поведінці;

- формування відповідальності за своє життя, розвиток активності, самостійності, творчості здобувачів вищої освіти, створення умов для самореалізації особистості;

- формування навичок саморегуляції, внутрішніх афективних процесів та емоційної адекватності у контактах студентів з навколишнім світом.

#### **1.4. Основними функціями щодо профілактики суїциду є:**

- психологічна просвіта - підвищення психологічної культури здобувачів вищої освіти, викладачів та співробітників університету;

- профілактика - своєчасне попередження відхилень у психічному та особистісному розвитку, міжособистісних стосунках, запобігання конфліктним ситуаціям в освітньому процесі, попередження суїцидів;

- діагностика - соціальне та психологічне вивчення здобувачів вищої освіти, викладачів і співробітників, моніторинг соціальних процесів та психічного розвитку окремих студентів, визначення причин, що ускладнюють особистісний розвиток, навчання та взаємини в колективі;

- корекція - здійснення психолого-педагогічних заходів з метою усунення відхилень у психічному та особистісному розвитку і поведінці, подолання різних форм девіантної поведінки (у разі недостатності психопрофілактичної роботи та за умови необхідності, своєчасності та ефективності застосування методів психокорекції та загальної психотерапії);

- реабілітація - надання психолого-педагогічної і соціальної допомоги студентам, які перебувають у кризовій життєвій ситуації, з метою адаптації їх до умов навчання та соціального середовища;

**1.5.** Заходи, спрямовані на профілактику та попередження самогубств серед студентської молоді не повинні обмежувати їх права, завдавати їм моральної або фізичної шкоди.

#### **1.6.** У даному положенні використовуються наступні поняття:

**Суїцид** - акт самогубства, усвідомлене самоусунення з життя під впливом гострих психотравмуючих ситуацій, коли власне життя, як найвища цінність, втрачає для людини сенс.

«**Справжній**» суїцид (усвідомлені дії, метою яких є скоєння завершеного акту самогубства, бажання покінчити з собою, самознищення).

«**Афективний**» суїцид (обумовлений надзвичайно сильним афектом, який виникає внаслідок раптової гострої психотравмуючої події, коли бажання покінчити життя самогубством виникає раптово), що здійснюється в момент сильного збудження.

«**Демонстративний**» суїцид (не пов'язаний з бажанням померти, а є способом налякати оточуючих, довести свою правоту чи привернути увагу до себе та власних проблем, з якими складно справитися самотійно).

«**Прихований**» суїцид (непряме вбивство) – вид суїцидальної поведінки, яка спрямована на ризик, гру зі смертю. Супроводжується високою вірогідністю летального кінця.

**Суїцидальний ризик** - схильність людини до здійснення дій, спрямованих на власне знищення.

**Суїцидент** - людина, яка здійснила самогубство або замах на самогубство.

**Суїцидальна спроба** - це цілеспрямоване оперування засобами позбавлення себе життя, яке не закінчилося смертю.

**Суїцидальна поведінка** - різні форми активності людини: думки, наміри, висловлювання, погрози, спроби самогубства, спрямовані на позбавлення себе життя, та які служать засобом вирішення особистісних криз в умовах конфліктної ситуації.

**Психологічна криза особистості** - гострий емоційний стан, викликаний особливими для людини психотравмуючими подіями. Ця криза має такий масштаб та інтенсивність, що весь попередній досвід людини, яка вирішила

покінчити життя самогубством, не може надати їй іншого виходу із ситуації, що вважається їй нестерпною.

Подібна криза може виникнути раптово, але, як правило, психологічна напруга накопичується протягом тривалого періоду та включає в себе різноманітні негативні емоції та переживання. Вони накладаються одні на інші, занепокоєння переходить в тривогу, тривога трансформується у безнадійність. Людина втрачає віру в себе, у здатність подолати несприятливі обставини, виникає внутрішній конфлікт “неприйняття самого себе”, “самозаперечення”, з’являється відчуття “втрати сенсу життя”. На цьому етапі можливі прояви суїцидальної поведінки, яка має такі основні форми:

- суїцидальні думки;
- суїцидальні задуми;
- суїцидальні висловлювання;
- суїцидальний намір;
- суїцидальні спроби (дії).

*Динаміка розвитку суїцидальної поведінки включає в себе такі етапи:*

- виникнення конфлікту суб’єктивно великої тривалості та інтенсивності;
- усвідомлення нездоланності перешкоди, протиріччя;
- руйнування системи життєвих перспектив;
- прийняття рішення про суїцидальну дію;
- суїцидальна дія (спроба)

**Профілактика** – комплекс заходів, який направлений на попередження відхилень у поведінці особистості через створення активного навчання соціально-корисним навичкам, активізації особистісних ресурсів. Профілактика суїцидальної поведінки - комплекс заходів, спрямованих на покращення соціально-психологічного клімату з питань запобігання суїцидальної поведінки.

**Психологічна корекція** - доцільно організована система психологічних впливів, спрямованих на виправлення визначених особливостей психологічного

розвитку. Це комплекс психологічних програм, які передбачають цілеспрямований вплив на особистісну та поведінкову сфери людини з метою формування психологічних якостей, необхідних для успішної соціальної адаптації.

**Антисуїцидальний потенціал особистості** - комплекс особистісних установок, цінностей, характерологічних особливостей, які перешкоджають формуванню суїцидальної поведінки або реалізації суїцидальних дій.

## **2. ОСНОВНІ ЗАДАЧІ ТА ПРИНЦИПИ ПРОФІЛАКТИКИ СУЇЦИДУ СЕРЕД ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ**

**2.1. До основних задач** профілактики суїцидальної поведінки здобувачів освіти в університеті відносяться:

- формування установки студентів на те, що Життя є основною та пріоритетною цінністю для людини;
- формування у студентів позитивної соціальної адаптації до життя в процесісвідомої побудови стратегії досягнення поставлених цілей, а також – досягнення людиною відносно стійких рівноцінних відношень між собою, іншими людьми та світом вцілому;
- своєчасний вияв студентів, які знаходяться в складних життєвих обставинах або з особистісними проблемами та які потребують психологічної, соціальної підтримки та допомоги;
- формування установки на здоровий спосіб життя;
- організація роботи по оптимізації взаємовідношень між учасниками освітнього процесу;
- проведення роботи, яка спрямована на соціальний та психологічний захист здобувачів освіти.

## **2.2. До основних принципів профілактики суїциду відносяться:**

- принцип цінності особистості студента, його унікальності та визнання індивідуальності;
- принцип пріоритетності особистісного розвитку, коли навчання виступає не як самоціль, а як засіб розвитку кожного студента;
- принцип емоційно-ціннісних орієнтацій навчально-виховного процесу;
- доступності своєчасної допомоги та підтримки;
- гуманізму та особистісно-орієнтованого підходу;
- реалістичності - врахування реальних можливостей студента та ситуації;
- системності - розгляд студента як цілісного субекта, який динамічно розвивається та є частиною більш широкої системи «людина-світ»;
- індивідуального підходу до кожного студента.

## **3. ОСНОВНІ НАПРЯМКИ ДІЯЛЬНОСТІ ОСІБ, ВІДПОВІДАЛЬНИХ ЗА ВИХОВНУ РОБОТУ В УНІВЕРСИТЕТІ ЩОДО ПРОФІЛАКТИКИ СУЇЦИДУ СЕРЕД ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ**

**3.1.** Діяльність посадових осіб щодо профілактики суїцидальної поведінки включає в себе різноманітні заходи безпосереднього та опосередкованого впливу практичного психолога, кураторів, заступників декана з виховної роботи на студентів у поведінці яких спостерігаються фактори суїцидального ризику, або окремі прояви суїцидальної поведінки.

### **3.2. Ректор Університету:**

- здійснює контроль за виконанням плану заходів, спрямованих на запобігання та профілактику суїциду в Університеті;
- сприяє створенню безпечного освітнього середовища у вузі та вживає заходів для доступності отримання соціальних та психолого-педагогічних послуг здобувачам освіти, які потребують допомоги та підтримки;

- повідомляє про випадки суїциду в Університеті уповноваженим підрозділам органу управління освітою за допомогою засобів оперативного зв'язку (телефон, телеграф, електронна пошта, факс тощо) протягом трьох годин з моменту, як стало відомо про такий випадок.

**3.3. До основних напрямків діяльності заступника декана з виховної роботи відносяться:**

- ефективна організація та проведення індивідуально-виховної роботи, всебічне морально-психологічне забезпечення повсякденного життя студента;
- включення до плану роботи виховних заходів, які б формували у студентів такі поняття як «цінність людського життя», «сєнс життя», а також індивідуальні прийоми психологічного захисту в складних життєвих обставинах;
- координація діяльності кураторів на факультеті щодо створення та підтримання у студентських академічних групах здорового морально-психологічного клімату, формування позитивних колективних традицій;
- контроль за роботою кураторів відносно відвідування занять студентами та пропусків ними занять без поважних причин;
- формування доброзичливих відношень між викладачами, студентами та батьками (законними представниками);
- вияв груп студентів, які відчувають різноманітні труднощі в навчанні, поведінці та самопочутті;
- спостереження за емоційним станом студентів, які відносяться до групи ризику та мають схильність до суїцидальної поведінки;
- своєчасне надання емоційної підтримки, направлення студента, який має схильність до суїцидальної та афективної поведінки до спеціалістів центру психологічної допомоги, а при необхідності до фахівців в області медицини;



- підтримка контактів зі спеціалізованими медичними, соціальними, психотерапевтичними закладами з метою профілактики суїциду та ризикованої поведінки серед молоді;
- індивідуальна робота з сім'ями, консультування батьків по виявленим проблемам;
- інформування адміністрації університету при виявленні ознак суїцидальних намірів, словесних висловлювань або змін в поведінці студентів.

**3.4. До основних напрямків діяльності кураторів студентських груп по профілактиці суїцидальної поведінки студентів під час освітнього процесу відносяться:**

- досконале володіння інформацією щодо особистого складу студентів академічної групи;
- формування конструктивних взаємовідношень між студентами та здійснення моніторингу соціально-психологічного клімату у студентській групі;
- планування та організація виховної роботи зі студентською групою на підставі вивчення та врахування міжособистісних стосунків у колективі, мотивів навчальної та пізнавальної діяльності студентів, рівня їх інтелектуального розвитку та індивідуальних особливостей;
- побудова виховного процесу на основі глибокого і систематичного вивчення особистості студентів, їх інтересів, запитів, можливостей, на принципах гуманізму, добровільності та співробітництва;
- проведення цілеспрямованої й постійної індивідуальної роботи зі студентами, що будується на принципах довіри, тактовності, взаємодопомоги та підтримки;
- включення до плану виховної роботи заходів, спрямованих на профілактику самогубств; проведення зі студентами виховних годин та бесід, які присвячені проблемам спілкування з ровесниками,

конструктивним стратегіям виходу із конфліктних ситуацій, взаємовідношенням в сім'ї, відношення до самого себе;

- формування у студентів установок на здоровий спосіб життя, профілактика негативних явищ серед студентської молоді: паління, алкоголізму, наркоманії;
- формування у студентів позитивних життєвих цінностей;
- обговорення зі студентами актуальних для них проблем;
- проведення просвітницької роботи серед батьків (законних представників) студентів з питань профілактики суїцидальної поведінки (на батьківських зборах);
- своєчасне виявлення студентів, які знаходяться в складній життєвій ситуації та мають особистісні проблеми, які потребують психологічної та соціальної допомоги і підтримки;
- проведення динамічного професійного спостереження за поведінкою студентів та її характерними ознаками (коливання настрою, прагнення до усамітнення, тривога, роздратованість, стурбованість, порушення сну, погіршення апетиту, неадекватне реагування на те, що відбувається, конфліктність, зміна відношення до навчання; переживання негативного спрямування, суїцидальні думки, ідеї, вчинки тощо).

**У разі виявлення суїцидальної поведінки серед студентів куратор**

**повинен:**

- організувати постійне підтримуюче спілкування зі студентом;
- залучати таких осіб до участі у заходах культурно-масового та фізкультурно-оздоровчого характеру, стимулювати та заохочувати прояви ними суспільно-корисної ініціативи;
- переконати студента звернутися за допомогою до фахівців (психолога, лікаря);

- у разі відмови студента: поінформувати заступника декана з виховної роботи про виявлений факт та подати запит практичному психологу університету, в якому обов'язково відобразити таку інформацію: хто виявив суїцидальну поведінку у студента; у чому виражалась суїцидальна поведінка; яка допомога була надана; хто з посадових осіб університету попереджений за цим фактом;
- самому звернутися до психолога, щоб спільно розробити стратегію допомоги студенту та визначити необхідні заходи щодо залучення рідних та близьких до роботи з особами, які мають схильність до суїцидальної поведінки.

### **3.5. До основних напрямків діяльності практичного психолога щодо профілактики суїцидальної поведінки студентів під час освітнього процесу відносяться:**

#### **По відношенню до студентів:**

- здійснення просвітницької роботи серед молоді щодо профілактики суїцидальної поведінки з використанням основних форм просвітницької роботи, а саме: лекційної роботи, міні-лекцій, круглих столів, бесід, диспутів, годин відкритих думок, усних журналів, кінолекторіїв, організації конкурсів, фестивалів, акцій, створення клубів із правових знань, організації на базі навчального закладу консультативних пунктів, де всі учасники освітнього процесу можуть отримати консультації практичного психолога;
- здійснення моніторингу морально-психологічного клімату в студенському середовищі шляхом проведення опитування, збору незалежних характеристик;
- проведення психодіагностичної роботи з метою вияву студентів групи ризику за допомогою спеціалізованих методик;

- розробка рекомендацій для студентів (та розміщення їх на сайті психологічної служби університету) спрямованих на попередження можливих негативних явищ у середовищі студентів;
- надання інформації студентам про телефони довіри, даних про адреси і режими роботи спеціалізованих лікарень, психологічних центрів допомоги, інших фахівців;
- якісна організація психолого-педагогічної роботи з усіма суб'єктами навчального процесу, підвищення їх психолого-педагогічної культури та компетентності.

**У разі виявлення студента із явними ознаками суїцидальної поведінки психолог повинен:**

- організувати постійне підтримуюче спілкування зі студентом, викладачами, сім'єю;
- виявити фактори ризику у сім'ї та університеті для конкретного студента;
- розробити індивідуальну програму психологічної допомоги та формування захисних антисуїцидальних факторів;
- у процесі індивідуальних консультацій зі студентом підвищувати рівень його стресостійкості шляхом психологічної підготовки до складних та суперечливих реалій сучасного життя; навчити технікам керування емоціями, зняття м'язового й емоційного напруження; сформуванню у студента вміння самоконтролю, подолання стресу, пошуку підтримки та її сприйняття;
- організувати психокорекційну роботу по підвищенню самооцінки у студента, розвитку адекватного відношення до власної особистості, емпатії, по заміні пасивної стратегії уникання в поведінці на активні

життєві стратегії (при необхідності включити студента в групу соціально-психологічного тренінгу відповідного спрямування);

- залучити рідних та близьких до роботи з особами, які мають схильність до суїцидальної поведінки;
- здійснювати систематичний моніторинг ознак, тенденцій, ризиків суїцидальної поведінки та враховувати динаміку змін в особистості студента та в його поведінці на всіх етапах роботи психолога;
- при потребі переадресувати роботу зі студентом спеціалістам медичного профілю (рекомендувати відвідати психоневролога, психотерапевта, психіатра).

**У випадку завершеного суїциду** організувати системну групову роботу з групою, де навчався студент, для уникнення ефекту Вертера – наслідування суїцидальної поведінки у проблемних ситуаціях.

**По відношенню до викладачів та батьків (законних представників):**

- знайомить професорсько-викладацький склад з особливостями поширення масових негативних явищ серед здобувачів вищої освіти; інформує їх про сутність суїцида, особливостях суїцидальної поведінки та предсуїцидального синдрому, їх проявах (висвітлює матеріали на засіданнях кафедр, зборах кураторів);
- розробляє рекомендації (зміст, методологічні засади, особливості) щодо проведення індивідуальних та групових заходів профілактики, спрямованих на попередження можливих негативних явищ у середовищі студентів;
- допомагає оволодіти способами та методами профілактики та корекції суїцидальної поведінки;
- розробляє (в разі потреби) рекомендації для педагогів та родини – як організувати підтримуюче спілкування зі студентом та що змінити у взаємостосунках «дорослий-дитина»;

- стимулює у педагогів розвиток умінь та навиків конструктивної поведінки, продуктивної міжособистісної взаємодії; розвитку емпатії та зміну педагогічних установок;
- задовільняє запити у психологічному консультуванні, які виникають в ході навчально-виховного процесу;
- проводить індивідуальні консультації з викладачами і батьками студентів із групи суїцидального ризику.

**3.6. До основних напрямків діяльності комендантів гуртожитків щодо профілактики суїцидальної поведінки студентів під час їх перебування у гуртожитку відносяться:**

- формування конструктивних взаємовідношень між студентами, які проживають в гуртожитку;
- обговорення зі студентами актуальних для них проблем;
- профілактика та вирішення конфліктів серед здобувачів освіти, які проживають у гуртожитку;
- зв'язок з батьками (законними представниками) студентів, які проживають в гуртожитку;
- негайне інформування адміністрації університету про випадки суїцидальної поведінки серед студентів, які проживають в гуртожитку.

#### **4. ПРИКІНЦЕВІ ПОЛОЖЕННЯ**

**4.1.** Це Положення приймається вченою радою Університету і вводиться в дію наказом ректора Університету.

**4.2.** Зміни та доповнення до цього Положення вносяться у порядку, встановленому для його прийняття.

**4.3.** У разі внесення змін до нормативних актів, що регулюють відносини, визначені у цьому Положенні, застосуванню підлягають норми законодавства України до моменту внесення відповідних змін до цього Положення.