

## **Рекомендации классному руководителю по оказанию поддержки учащемуся, имеющему признаки суицидального риска:**

1) не отталкивайте его, если он решил разделить с вами проблемы, даже если вы потрясены сложившейся ситуацией;

2) доверьтесь своей интуиции, если вы чувствуете суицидальные наклонности в данном индивиде, не игнорируйте предупреждающие знаки;

3) не предлагайте того, чего не в состоянии сделать;

4) дайте знать, что хотите ему помочь, но не видите необходимости в том, чтобы хранить все в секрете, если какая-то информация может повлиять на его безопасность;

5) сохраняйте спокойствие и не осуждайте его, не зависимо от того, что он говорит;

6) говорите искренне, постарайтесь определить, насколько серьезна угроза: вопросы о суицидальных мыслях не приводят к попыткам покончить счеты с жизнью, на самом деле они помогут почувствовать облегчение от осознания проблемы;

7) постарайтесь узнать у него план действий, так как конкретный план – это знак реальной опасности;

8) убедите его, что есть конкретный человек, к которому можно обратиться за помощью;

9) не предлагайте упрощенных решений;

10) дайте понять, что хотите поговорить о чувствах, что не осуждаете его за эти чувства;

11) помогите ему понять, что сильный стресс мешает полностью осознать ситуацию, ненавязчиво посоветуйте, как найти какое-либо решение и управлять кризисной ситуацией;

12) помогите найти людей и места, которые смогли бы снизить пережитый стресс;

13) при малейшей возможности действуйте так, чтобы несколько изменить его внутреннее состояние;

14) помогите ему понять, что присутствующее чувство безнадежности не будет длиться вечно.

Март, 2019г.

Педагог-психолог Громько Н.В.

## АНКЕТА

### «Определение состояния психологического климата в классе»

*Инструкция:* В целях изучения психологического климата в классе просим ответить на ряд вопросов. Обведите кружочком ответ, выражающий ваше мнение.

**1. С каким настроением вы обычно идете в школу?**

- всегда с хорошим настроением;
- с хорошим чаще, чем с плохим;
- с равнодушием;
- с плохим чаще, чем с хорошим;
- всегда с плохим настроением.

**2. нравятся ли вам люди, которые учатся вместе с вами?**

- да, нравятся;
- многие нравятся, некоторые – нет;
- безразличны;
- некоторые нравятся, но многие – нет;
- никто не нравится.

**3. Бывает ли у вас желание перейти в другой класс?**

- никогда не бывает;
- редко бывает;
- мне все равно, где учиться;
- часто бывает;
- думаю об этом постоянно;

**4. Устраивает ли вас учеба в школе?**

- учебой вполне доволен;
- скорее доволен, чем недоволен;
- учеба для меня безразлична;
- скорее недоволен, чем доволен;
- совершенно недоволен учебой.

**5. Как, по вашему мнению, относится к вам классный руководитель?**

- очень хорошо;
- хорошо;
- безразлично;
- скорее недоволен;
- очень плохо.

**6. В какой форме обращаются к вам чаще преподаватели?**

- убеждают, советуют, вежливо просят;
- чаще в вежливой форме, иногда грубо;
- мне это безразлично;
- чаще в грубой форме, иногда вежливо;
- в грубой форме, унижающей достоинство.

*Обработка результатов.* За ответ на каждый вопрос анкеты учащийся получает столько баллов, какой номер ответа он выбрал. Суммируют баллы по всем вопросам.

**6 – 12 баллов** – высоко оценивает психологический климат в классе. Ему нравятся люди, с которыми он учится.

**13 – 18 баллов** – учащийся скорее безразличен психологический климат класса, у него, вероятно, есть другая группа, где общение для него значимо.

**19 – 30 баллов** – школьник оценивает психологический климат в классе как очень плохой.