

**НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ  
ІНСТИТУТ СОЦІАЛЬНОЇ ТА ПОЛІТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ  
НАВЧАЛЬНО-ПРАКТИЧНИЙ ЦЕНТР ПСИХОЛОГІЧНИХ ІННОВАЦІЙ**

**С. Л. Чуніхіна, Н. Ф. Умеренкова**

**ПРЕВЕНЦІЯ І ПОСТВЕНЦІЯ  
СУЇЦИДІВ, ПОВ'ЯЗАНИХ  
ІЗ БУЛІНГОМ (КІБЕРБУЛІНГОМ)  
У ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ**

**ПРОГРАМА**

**курсу підвищення кваліфікації для психологів, соціальних педагогів керівників та заступників керівників закладів освіти**

**Кропивницький – 2022**

Рекомендовано до друку вченою радою Інституту соціальної та політичної психології НАПН України (протокол №12/21 від 30 грудня 2021 року)

**Розробники:**

Чуніхіна Світлана Леонідівна, заступник директора з науково-методичної роботи, к.психол.н.

Умеренкова Наталья Федорівна, науковий співробітник лабораторії психології масової комунікації та медіаосвіти, к.психол.н.

**Рецензенти:**

В. Г. Панок, доктор психологічних наук;

О. В. Чуйко, доктор психологічних наук;

З Ф. Сіверс, кандидат юридичних наук

Чуніхіна С. Л. Превенція і поственція суїцидів, пов'язаних із булінгом (кібербулінгом) у закладах освіти : Програма курсу підвищення кваліфікації для психологів, соціальних педагогів керівників та заступників керівників закладів освіти / С. Л. Чуніхіна, Н. Ф. Умеренкова; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної соціальної та політичної психології. – Кропивницький, 2022. – 29 с.

ISBN 978-966-189-681-8

© Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, 2022

© Навчально-практичний центр психологічних інновацій, 2022

© Чуніхіна С. Л., Умеренкова Н. Ф., 2022

## ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Самогубство залишається однією з найбільш розповсюджених причин загибелі дітей та підлітків в усьому світі. За даними ЮНІСЕФ, для юнаків та юнок віком 15-19 років самогубство є третьою за частотою причиною смерті. Близько 15% підлітків у країнах з низьким та середнім рівнем доходів має думки про самогубство. За інформацією Уповноваженої Верховної ради з прав людини, за перших п'ять місяців 2021 р. року неповнолітні особи вчинили 150 спроб самогубств та 56 суїцидів. Ці випадки найчастіше трапляються серед вікової групи 14-17 років. Серед основних причин здійснення дітьми суїциду називаються стосунки в сім'ї та проблемні стосунки з однолітками (булінг), у тому числі з використанням інтернет-технологій (Денісова, 2021).

Суїцидальні спроби в житті дитини або підлітка, завершені і незавершені, чинять потужний травмівний вплив як на самого суїциданта, так і на його/її оточення – родину, друзів, однокласників, педагогів, громаду в цілому. Кожний суїцид у середньому торкається 135 інших осіб. Цей травмівний вплив може мати досить важкі наслідки у вигляді суїцидальних «епідемій», ПТСР та інших психічних розладів, негативно впливаючи на здоров'я, благополуччя та продуктивний потенціал громад (Cerel et al., 2019).

Результати опитування фахівців психологічної служби системи освіти України (n=132) демонструють потребу у підвищенні кваліфікації в сфері поственційного супроводу, зокрема 60% хотіли б покращити свої уміння в наданні першої психологічної допомоги дитині після спроби суїциду та психологічному супроводі дитини, що переживає стан безпорадності. Понад половину опитаних потребують алгоритму реагування в перші 24 години після суїциду, що трапився в закладі освіти (54,5%), та підвищення кваліфікації в сфері консультування батьків, чії діти мають знижену вітальність або перебувають на різних фазах суїцидальної тенденції (52,3%). Ще близько половини респондентів (49,2%) хотіли б покращити свою здатність допомагати

дитині в стані тимчасового емоційного розладу (погіршення настрою, тривалі негативні переживання, субдепресивні стани тощо) (Найдьонова, Чуніхіна, Умеренкова, 2021).

Фокус-групи за участю фахівців психологічної служби системи освіти та представників дирекцій закладів загальної середньої освіти міста Києва, які було проведено у 2021 році (загалом 25 учасників) також засвідчують актуальність запиту на розробку конкретних протоколів дій, за якими можна діяти у випадку суїциду або його спроби в закладі освіти (Найдьонова, Чуніхіна, Умеренкова, 2021).

Існують численні наукові, у тому числі міждисциплінарні та кроскультурні дослідження та розробки, спрямовані на роботу із суїцидентом – ранню діагностику, профілактику, кризове втручання, психологічний супровід, психотерапевтичну допомогу. Між тип впливу суїцидальних ризиків на групи і громади, а також здійсненню групової превенції та поственції самогубств приділяється значно менше уваги.

Дефіцит комплексного психологічного супроводу груп і громад, що стикаються із проблемою дитячого або юнацького суїциду, є найбільш відчутним у закладах освіти. Відсутність необхідних компетенцій щодо здійснення поственції суїцидів у працівників закладів освіти та членів родин учнівської молоді накладається на той не завжди очевидний факт, що в разі вчинення учнем закладу спроби самогубства, чи скоєння самогубства, всі вони можуть бути постраждалими особами і також потребувати фахового супроводу.

Даний курс адресовано, передусім, представникам закладів освіти, які стикаються або можуть зіштовхнутися із суїцидальними ризиками учнів. Курс спрямовано на формування цілісного бачення принципів та основ профілактики суїцидів та психологічного супроводу постраждалих осіб. По завершенню даного курсу слухачі отримають чітке розуміння того, які дії вони можуть і мають виконувати в рамках своїх функціональних та/або посадових обов'язків безпосередньо в закладі освіти, за якою допомогою та підтримкою і куди вони можуть і мають звернутися у разі виникнення суїцидальної кризи.

## **Глосарій** навчального курсу

**Суїцид** (самогубство) – умисне спричинення власної смерті, часто вчинене з відчаю.

**Спроба суїциду** – дії з наміром позбавити себе життя, які не призвели до смерті. Потрібно уникати формулювання «незавершений суїцид», оскільки це непрямо може підштовхнути людину до ніби то очікуваного «завершення».

**Суїцидальна тенденція** – динаміка поступового наростання суїцидальних психологічних станів: від зниження вітальності, втрати радості від життя до нестерпності токсичних емоційних станів, які призводять до формування суїцидальних думок, намірів, планів і зрештою – суїцидальних дій. На кожному з етапів суїцидальної тенденції вчасна допомога може загальмувати і перервати її поглиблення, що й допоможе запобігти суїциду. Неграмотні дії і медіаповідомлення можуть посилити суїцидальну тенденцію і спричинити **«індуктивний ефект»** або ефект зараження – мимовільне підштовхуванням до суїциду, коли аудиторії нав'язуються суїцидальні думки, відбувається провокування суїцидальних намірів і суїцидальної поведінки. На відміну від **доведення до суїциду**, що є свідомою дією і кримінальним злочином, мимовільне індукування суїциду є психологічно безграмотною поведінкою і безвідповідальним виконанням професійних обов'язків, що передбачає певний рівень психологічної компетентності.

**Булінг** (цькування) – діяння учасників освітнього процесу, які полягають у психологічному, фізичному, економічному, сексуальному насильстві, у тому числі із застосуванням засобів електронних комунікацій, що вчиняються стосовно малолітньої чи неповнолітньої особи або такою особою стосовно інших учасників освітнього процесу, внаслідок чого могла бути чи була заподіяна шкода психічному або фізичному здоров'ю потерпілого.

**Буліцид** - це самогубство або суїцидальна поведінка, вчинені в умовах наявної ситуації булінгу, навіть якщо свідоме доведення певними особами суїцидента до самогубства не підтверджено, але підтверджено наявність булінгу.

**Суїцидент** – людина, яка вчинила самогубство або його спробу.

**Постраждалий від суїциду** – це не тільки суїцидент, що вижив після скоєння спроби, але й ті особи, кого стосується суїцид, змінюючи їхній психічний стан, викликаючи психотравматизацію (батьки, брати і сестри, рідні та близькі, друзі, однокласники, інші учні закладу освіти, педагоги і працівники, уся місцева громада).

Запобігання суїциду вимагає системи взаємоузгоджених дій багатьох людей, спрямованих на профілактику цього явища. У світовій практиці склалася система понять, що відображає різні рівні профілактики: **превенція** (робота на упередження проблеми суїциду і гальмування суїцидальної тенденції), **інтервенція** (втручання з метою зупинення суїцидальної поведінки, відновлення психологічного благополуччя суїцидента), **поственція** (система дій, спрямованих на зниження травматичного ефекту суїциду, роботу з жертвами та запобігання повторенню суїцидів і суїцидальної поведінки).

**Мета навчального курсу** – надати слухачам узагальненого і систематизованого знання про психологічні засади профілактики суїцидів, пов'язаних із булінгом, в закладі освіти, сформуванню уявлення про цілі, завдання та методи третинної ланки профілактичної системи – поственції (психологічного супроводу наслідків) суїциду в закладі освіти.

Курс включає знайомство з принципами побудови в закладі освіти системи профілактичних заходів первинного, вторинного і третинного рівнів, націлених на запобігання суїцидам (буліцидам, медіацидам); огляд сучасних підходів до поственції та організації поственційного супроводу закладів освіти, що застосовуються в деяких країнах-членах ОЕСР (Організація економічного співробітництва і розвитку об'єднує 37 країн світу, на які приходиться виробництво близько 2/3 світових матеріальних цінностей та послуг), вимогами до побудови повідомлень та інформування щодо суїциду або його спроби в закладі освіти.

Програму побудовано таким чином, щоби забезпечити найбільшу продуктивність та ефективність навчального процесу через стимулювання

інтерактивної складової навчання, поживлення пошукової активності та пізнавального інтересу, наближення матеріалу, що викладається, до індивідуальних потреб слухачів. Тому значна частина аудиторних занять проводиться з опорою на показовий та діалогічний методи навчання, які дадуть змогу спонукати слухачів до самостійного пошуку рішень організаційних, комунікаційних та консультативних кейсів.

### **Завдання навчального курсу:**

1. Викласти теоретичні засади психологічної профілактики суїцидальної поведінки та суїцидів у закладі освіти.

2. Розкрити зміст основних психологічних закономірностей і механізмів функціонування закладу освіти як групи, розгортання групової динаміки і колективних захисних механізмів у відповідь на кризову або травмівну ситуацію.

3. Сформувати бачення психологічного супроводу (поственції) постраждалих осіб та громад (груп) у разі суїцидального випадку у закладі освіти.

4. Окреслити принципи раннього та кризового втручання при ризиках суїциду (інтервенції) у закладі освіти.

5. Ознайомити із психологічними закономірностями впливу медіа (у тому числі соціальних мереж) на розвиток або згасання суїцидальних або саморуйнівних тенденцій, індукованих поведінкових кластерів.

6. Розвинути здатність до використання викладених теоретичних засад і практичного досвіду організації системи профілактики суїцидів (буліцидів, медіацидів) в закладі освіти.

7. Сформувати уявлення про сучасні інструменти моніторингу (скринінгу) деструктивних групових процесів (булінгу), які можуть призвести до розвитку суїцидальних тенденцій; підходи і алгоритми здійснення кризових інтервенцій.

8. Сформувати базові навички комунікації щодо суїцидальної

проблематики на наступних рівнях: адміністрація-батьки, адміністрація-учні, адміністрація-психолог, адміністрація-зовнішні контрагенти, психолог-всі суб'єкти освітнього процесу.

**За підсумками вивчення дисципліни слухачі повинні знати:**

1. Основні індикатори суїцидальної поведінки та динаміку її розвитку;
2. Ознаки та характеристики груп суїцидального ризику та вразливих груп;
3. Напрями профілактики (превенції), інтервенції та психологічного супроводу (поственції) постраждалих осіб та шкільної громади в цілому в разі суїцидального випадку в закладі освіти.
4. Принципи раннього та кризового втручання в разі ризиків суїциду в закладі освіти, пов'язаних з булінгом і кібербулінгом.
5. Принципи формування кризової команди: розподілу функціональних обов'язків між працівниками закладу освіти (представниками дирекції, педагогічного колективу, психологами, медичних працівниками) у випадку вчинення суїциду або суїцидальної спроби учня/учениці.
6. Маршрути запиту та отримання закладом освіти зовнішньої поственційної допомоги та супроводу.
7. Перелік базових умінь кризової комунікації щодо суїцидальної проблематики на таких комунікативних рівнях: адміністрація – батьки, адміністрація – учні, адміністрація – психолог, адміністрація – зовнішні контрагенти (місцеве самоврядування, медіа), психолог – усі учасники освітнього процесу.
8. Організаційні принципи і засади ефективної поственції суїцидів у закладі освіти, програми фокусованого підвищення кваліфікації в умовах дистанційної освіти.
9. Типовий алгоритм застосування соціально-психологічних засобів поственції в закладі освіти, включно з засобами роботи кризової команди закладу освіти, взаємодії між внутрішнім та зовнішніми контрагентами,



маршрутами здобуття зовнішньої підтримки та поственційного супроводу на випадок спроби суїциду.

### **За підсумками проходження навчання слухачі повинні вміти:**

- реалізовувати стратегії взаємодії з учнями, які сприяють розвитку в них позитивної самооцінки;
- конструктивно та безпечно взаємодіяти з учасниками освітнього процесу та керувати власними емоційними станами у разі виникнення у закладі освіти кризової ситуації, пов'язаної із суїцидом (буліцидом) або його спробою;
- планувати, організовувати і проводити просвітницькі та інші заходи, орієнтовані на профілактику виникнення гострих емоційних станів або групових конфліктів, які можуть бути причиною суїцидальної поведінки;
- здійснювати профілактично-просвітницьку роботу з учнями та педагогічним колективом щодо безпеки життєдіяльності та організації більш безпечного освітнього середовища;
- будувати алгоритми взаємодії між внутрішнім та зовнішніми контрагентами у разі виникнення у закладі освіти гострої ситуації суїцидального ризику та суїцидального епізоду;
- організовувати процес навчання, виховання і розвитку учнів з урахуванням принципів поваги один до одного;
- визначати маршрути здобуття зовнішньої підтримки та поственційного супроводу на випадок суїцидального епізоду;
- застосовувати сучасну наукову і методологічну термінологію.

### **Компетентності, що формуються:**

- вміння виявляти та аналізувати інформацію, необхідну для визначення цілей психологічного втручання, самостійно або у кооперації з колегами розробляти програми втручання з урахуванням нозологічних та індивідуально-психологічних характеристик;
- вміння кваліфіковано здійснювати психолого-педагогічне втручання з

метою профілактики, реабілітації та розвитку;

- вміння кваліфіковано проводити моніторинг (скринінг) небезпечних з точки зору розвитку суїцидальних ризиків психоемоційних станів на індивідуальному і груповому рівні, аналізувати його результати;

- здатність проявляти психологічну стійкість у складних та екстремальних умовах, застосовувати методи емоційної та когнітивної регуляції для оптимізації власної діяльності та психологічного стану;

- здатність знаходити, обробляти й аналізувати необхідну інформацію для рішення проблем й прийняття рішень;

- здатність слідувати етичним і правовим нормам у професійній діяльності;

- готовність до застосування набутих знань і умінь у сфері своєї професійної діяльності.

***Місце в схемі підвищення кваліфікації психологів, соціальних педагогів керівників та заступників керівників закладів освіти.*** Курс пов'язаний із навчальними заходами, що здійснюються Інститутом соціальної психології НАПН України, за напрямками «соціальна психологія», «психологія надзвичайних ситуацій», «медіапсихологія та медіаосвіта», «психологія комунікацій». Загальний обсяг курсу – 30 годин (1 кредит ЄКТС), з яких 10 годин відводиться на лекційні заняття, 10 годин – на практичну роботу, 6 годин – на самостійну роботу, 2 години – консультації, 2 години – підсумкові заходи.

***Система контролю та оцінки.*** Протягом вивчення дисципліни оцінюються доповіді та відповіді слухачів на практичних заняттях. Завершується вивчення курсу заліком.

### ***Цільова аудиторія***

Психологи, соціальні педагоги, керівники та адміністрація закладів освіти

## СТРУКТУРА ПРОГРАМИ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Програми складається з теоретичної і практичної складових підвищення кваліфікації психологів, соціальних педагогів, педагогічних та науково-педагогічних працівників в сфері превенції та поственції суїцидів, пов'язаних із булінгом, в закладі освіти.

*Теоретична складова* Програми орієнтована на окреслення причин та форм суїцидальної поведінки серед дітей, підлітків та юнаків, теоретичне обґрунтування методів кризового реагування у фазі гострого суїцидального ризику; принципів здійснення первинної, вторинної, третинної профілактики суїциду як єдиного профілактичного циклу; організаційних принципів поственційного супроводу закладу освіти.

*Практична складова* зорієнтована на забезпечення впровадження алгоритму поственції закладу освіти у випадку суїциду (буліциду) або його спроб у закладі освіти.

Практичні завдання виконуються слухачами у під час практичних занять, передбачених навчально-тематичним планом Програми.

*Самостійна робота* містить завдання, спрямовані на ознайомлення із засадами та принципами поственційного супроводу закладу освіти в рамках типового протоколу поственції; оцінку ресурсів та можливостей закладу освіти для забезпечення поственційної роботи у випадку суїциду (буліциду) або його спроби в закладі освіти; налагодження маршрутів взаємодії в рамках поственційної роботи.

## НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва теми	Кількість годин					
		Лекцій	Практичні заняття	Самостійна робота	Консультації	Оцінювання	Загальна кількість годин
1.	Тема 1 «Суїцидальна поведінка неповнолітніх: як помітити»	2					2
2.	Тема 2 «Профілактика (превенція) суїцидальних спроб неповнолітніх: як запобігти»	2	3	2			7
3.	Тема 3 «Основи кризового втручання (інтервенції)»	2	2	2			6
4.	Тема 4 «Психологічна допомога (поственція) у закладі освіти особам, які пережили суїцид або спробу суїциду близької людини».	2	2	2			6
5.	Тема 5 «Організаційні принципи і засади превенції/поственції суїцидів у закладі освіти»	2	2	1			5
6.	Консультації				2		2
7.	Оцінювання					2	2
8.	<b>Усього</b>	<b>10</b>	<b>9</b>	<b>7</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>30</b>

## ПРОГРАМА

### **Тема 1. Суїцидальна поведінка неповнолітніх: як помітити (2 год.)**

Фактори, мотиви, причини суїцидальної поведінки неповнолітніх. Структура суїцидальної поведінки. Групи ризику. Види суїцидальної поведінки: неусвідомлюване самогубство; ризикована гра і ризикована недбалість; психопатологічне самогубство; демонстративно-шантажна форма суїцидальної поведінки; самогубство психічно нормальної людини. Стадії розвитку суїцидальної тенденції. Поведінкові ознаки (маркери) суїцидального наміру. Аналіз рівнів суїцидальних ризиків. Діагностичний інструментарій. Розбір реальних кейсів роботи психолога системи освіти із учнем, що належить до групи ризику.

**Основні поняття теми:** суїцидальна тенденція, суїцидальна поведінка, стадіальність, суїцидальний ризик, поведінкові маркери

#### ***Питання для самоперевірки***

1. В чому полягає відмінність між істинним, афективним, демонстративним типами суїцидальної поведінки?
2. Які групи дітей, підлітків та юнаків є найбільш вразливими щодо суїцидальних ризиків?
3. На якій стадії розвитку суїцидальної тенденції необхідно застосовувати засоби психолого-соціальної інтервенції (втручання)?
4. Які поведінкові прояви можуть свідчити про наявність в учня суїцидальних думок, намірів?

## **Тема 2. Профілактика (превенція) суїцидальних спроб неповнолітніх: як запобігти (7 год.)**

Булінг у шкільному середовищі: причини виникнення, вікові особливості прояву. Психологічні профілі булера (автора насильства), жертви, спостерігача. Протидія розвитку в дитячому колективі психотравмуючих чинників: булінгу, стигматизації, насильства, абьюзивних відносин, медіатравматизації тощо. Групові та особистісні захисні антисуїцидальні фактори. Принципи та напрями упереджувальної поведінки дорослих та однолітків. Схема-модель надання превентивної допомоги учневі із суїцидальною поведінкою при різних рівнях ризику. Просвітницька робота з вчителями та батьками: інструментарій для принципи організації.

**Основні поняття теми:** булінг, превенція, групова динаміка, чинники травмування, превентивна допомога, просвітництво

### **Практичне заняття (3 год.):**

1. Принципи безпечної взаємодії в групі
2. Стадії розвитку групової динаміки
3. Чинники, що впливають на патологізацію чи нормалізацію групової взаємодії
4. Особливості психологічного консультування жертви, агресора (автора булінгу), свідка

### **Самостійна робота (2 год.):**

1. Апробація діагностичних методик (Тест шкільної тривожності Філіпса; методика діагностики агресивних і ворожих реакцій А. Басса і А. Дарки; «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка; Агресивна поведінка» Є. П. Ільїна, П. А. Ковальова; діагностика емпатії А. Меграбяна і Н. Епштейна; проективна методика «Тест руки» Е. Вагнера.

### ***Питання для самоперевірки***

1. В чому полягає небезпека булінгу для агресора, жертви, свідка?
2. Як булінг пов'язаний із суїцидальним ризиком?
3. Хто може зупинити булінг?
4. Які характеристики групи можуть бути запобіжником розвитку суїцидальної тенденції у її членів?
5. В чому полягає профілактична цінність просвітницької роботи?

### **Тема 3. Основи кризового втручання (інтервенції) (6 год.)**

Принципи кризового втручання на трьох рівнях: із суїцидентом; з іншими учнями; на рівні адміністрації (внутрішня та зовнішня комунікація, залучення зовнішньої допомоги). Завдання кризового втручання. Етапи кризового втручання. Маршрути надання подальшої соціально-педагогічної, психологічної, медичної допомоги. Принципи роботи з близьким оточенням суїцидента. Функціональні обов'язки та принципи комунікації 1) дирекції, 2) членів педагогічного колективу, 3) психолога, соціального педагога, медичного працівника; 4) батьківського активу у випадку суїцидального епізоду.

***Основні поняття теми:*** кризове втручання, маршрути надання допомоги, суїцидент, оточення суїцидента, розподіл функцій

#### **Практичне заняття (2 год.):**

1. Розмовні методи і принципи виявлення потреб дитини.
2. Створення скриптів (сценаріїв) розмовної інтервенції з особами на різних стадіях розвитку суїцидальної тенденції.
3. Принципи групового та індивідуального кризового консультування.

#### **Самостійна робота (2 год.):**

Подивитися фільм «Звичайні люди» (реж. Р.Редфорд, 1980) та проаналізувати консультативні методи та підходи, які психолог-консультант застосовував до свого неповнолітнього клієнта.

### ***Питання для самоперевірки***

1. Хто і в якій ситуації може здійснювати кризове втручання?
2. Чи може група бути об'єктом кризового втручання і чому?
3. Хто в закладі освіти має відповідати за організацію кризової психологічної допомоги?
4. Залучення яких фахівців є обов'язковим елементом кризового втручання?

### **Тема 4. Психологічна допомога (поственція) у закладі освіти особам і групам, які пережили суїцид близької (знайомої) людини (6 год.)**

Принципи поственційного супроводу груп, які пережили суїцид одного із членів (родини, класу, друзів, учнівського та педагогічного колективу): хто, як, коли. Групові механізми та динаміка травматизації, горювання, відновлення. Діагностика психоемоційного благополуччя груп і осіб, які пережили суїцид близької (знайомої) людини. Основи внутрішньої (персонал та учні освітнього закладу) та зовнішньої (громада, органи управління, ЗМІ) кризової комунікації. Маршрути отримання зовнішнього поственційного супроводу для власного закладу освіти.

***Основні поняття теми:*** поственція, динаміка горювання, відновлення, психоемоційне благополуччя

### **Практичне заняття (2 год.):**

1. Напрями та принципи комунікації щодо суїциду (буліциду) або його спроби в закладі освіти.
2. Потенційний вплив соцмереж на розвиток суїцидальних тенденцій та суїцидальних кластерів.
3. Психологічні підходи до емоційного відреагування та меморалізації.



### **Самостійна робота (2 год.):**

Скласти перелік установ, організацій, фахівців з найбільш зручним маршрутом отримання допомоги у поственційному супроводі власного закладу освіти.

### ***Питання для самоперевірки***

1. Якою є головна мета потвенційного супроводу?
2. Як відрізняється процес горювання на індивідуальному та груповому рівнях?
3. Назвіть критерії психологічного відновлення групи після пережитого кризового або травмівного досвіду.
4. Чому залучення зовнішньої допомоги є обов'язковим елементом поственції?
5. Яких слів та понять слід уникати в повідомленні про суїцид (буліцид) або його спробу та чому?

### **Тема 5. Організаційні принципи і засади превенції/поственції суїцидів у закладі освіти (5 год.)**

Принципи побудови системи управління суїцидальними ризиками в закладі освіти. Психологія та методологія ухвалення управлінських рішень в кризових умовах. Створення кризової команди. Склад і розподіл функцій всередині кризової команди. Укладення внутрішніх протоколів превенції/поственції суїцидів освітнього закладу. Напрями поственційного реагування у перші 24/48/72 години після інциденту.

***Основні поняття теми:*** протокол, кризова команда, управління ризиками

### **Практичне заняття (2 год.):**

1. Алгоритм створення і скликання кризової команди.

2. Напрями адаптації типового протоколу поственційного супроводу до конкретного закладу освіти.

3. Моделювання роботи з кейсами згідно розподілу обов'язків членів кризової команди у випадках: спроби суїциду у закладі освіти; спроби суїциду поза закладом освіти; гострої кризової ситуації, яка містить суїцидальний ризик і потребує кризової інтервенції; звернення представників ЗМІ за коментарем.

### **Самостійна робота (1 год.):**

Моделювання маршрутів отримання зовнішнього поственційного супроводу з позиції: психолога, педагога, дирекції закладу освіти

### ***Питання для самоперевірки***

1. Чи може керівник закладу освіти бути керівником кризової команди і чому?
2. Які дії в рамках протоколу поственції мають обов'язковий характер протягом перших 24-72 годин? Які з них є негайними?
3. Які функції має виконувати кризова команда?
4. Хто, як і кого має інформувати в разі вчинення учнем закладу освіти суїциду або його спроби? У чому відмінність при інциденті на території закладу освіти і поза межами?

### **Питання для самостійного опрацювання:**

Здійснити моніторинг елементів системи управління суїцидальними ризиками в своєму освітньому закладі – що є, чого немає, напрями вдосконалення.

Скласти порівняльну таблицю ознак булінгу та аб'юзивних відносин у горизонтальній (учень – учень) та вертикальній (учень – педагог; учень-батьки) взаємодії;

Здійснити моніторинг знань працівників закладу освіти на предмет маркерів ризику суїциду (буліциду);

Здійснити моніторинг знань працівників закладу освіти на предмет реагування у випадку ризику суїциду (буліциду);

Ознайомитися з національним алгоритмом з поственції суїциду (буліциду у закладі освіти).

**Додаткові завдання для самостійного опрацювання (зі змогою індивідуальної консультації):**

*1. Складіть драфт тексту повідомлення учнів закладу, яке зачитують вчителі на першому уроці на наступний день після інциденту, враховуючи наступні особливості:*

- Зазначте, що трагічний випадок, який трапився з одним з учнів, може вразити навіть не дуже близьких до нього (неї) осіб. І тому в найближчі дні важливо ставитися один до одного з особливою увагою, підтримкою і турботою.
- Від імені закладу повідомте про створені в закладі освіти можливості отримати в разі необхідності фахову підтримку. Якщо в закладі створена кімната підтримки, вкажіть місце її розташування і переконайтеся, що усім учням зрозуміло, як її знайти.
- Поінформуйте учнів, що їхнім батькам також надійде повідомлення про загибель (спробу самогубства) дитини.
- Поінформуйте учнів про заходи, вжиті закладом освіти для їхньої безпеки та попросить неухильно дотримуватися відповідних вимог у разі необхідності (наприклад, негайно залишити територію школи).
- Попросіть учнів утримуватися від розповсюдження інформації про трагічний випадок у соціальних мережах або іншими каналами, оскільки зайвий розголос може завдати додаткових страждань постраждалій родині та наразити на небезпеку інших дітей. Зазначте, що обговорювати інцидент можна лише у колі близьких осіб, або з визначеними фахівцями.

2. *Сформуєйте драфт тексту повідомлення для ЗМІ та інформаційних ресурсів закладу освіти про інцидент, з урахуванням таких вимог:*

- Повідомлення має бути сформульованим від імені адміністрації закладу та містити лише підтверджену на момент публікації інформацію.
- Повідомляти про те, що смерть настала внаслідок самогубства, можна лише за результатами висновку слідства та за згодою членів родини суїцидента. Наприклад: «Адміністрація та шкільний персонал закладу проінформований про загибель учня(-ениці) 20\_ року народження. Обставини та причини смерті встановлюються слідством».
- Формулювання повідомлення має спиратися на Спільний акт узгодження № 2 «Висвітлення засобами масової інформації теми суїциду», прийнятого 22 листопада 2017 р. під егідою Національної ради України з питань телебачення і радіомовлення, та послуговуватися наступними правилами:
  - а) до офіційного висновку слідства називати самогубство як одну з версій слідства, повідомляючи також інші версії за їх наявності;
  - б) без попередньої кваліфікації органами досудового слідства факту доведення до самогубства не допускати власних припущень доведення до самогубства;
  - в) уникати власних оцінок і припущень про можливі причини самогубства.
- Основним принципом висвітлення теми суїциду є поширення такої інформації у формах та в способах, що не допускають:
  - а) заохочення або спонукання до нових суїцидів з мотивів наслідування;
  - б) додаткової психічної травматизації рідних і близьких осіб, що вчинили суїцид, та осіб, що вчинили спробу суїциду;
  - в) травматизації, шокування та залякування аудиторії, особливо, дитячої;
- Уникати формулювань, які впливають на вчинення нових суїцидів з мотивів наслідування та які небажані при поширенні інформації про суїцид, а саме:

а) романтизація, естетизація та/або героїзація суїциду та/або особи, яка його вчинила або намагалася вчинити, зокрема, цитування емоційної передсмертної записки, схвалення факту самогубства тощо;

б) поширення деталізованої інформації про спосіб вчинення самогубства та наслідки суїциду в описовій формі або через демонстрацію місця вчинення самогубства (особливо, якщо в цьому місці було вчинено кілька самогубств), предметів, за допомогою яких було вчинено самогубство (наприклад: назва медичного препарату чи доза, характеристики інструменту вчинення самогубства);

в) поширення інформації про те, що суїцид може стати способом вирішення проблеми (зокрема, спекулювання на розкаянні близьких, звинуваченні ними себе в самогубстві іншої людини);

г) порівняння особи, яка вчинила самогубство, з героями літератури чи кінематографу (наприклад, Ромео чи Джульєттою), використання висловлювань на кшталт «епідемія самогубств», «місто з найвищим рівнем самогубств», «міст самогубців», «будинки самогубців» тощо.

- Уникати формулювань, які призводять до додаткової психічної травматизації рідних і близьких осіб, що вчинили суїцид, та осіб, що вчинили спробу суїциду, та які небажані при поширенні інформації про суїцид. Такими є:

а) розкриття без свідомої згоди членів сім'ї особи, яка вчинила суїцид, інформації, що дозволяє ідентифікацію широкою громадськістю неповнолітньої особи, яка вчинила суїцид або спробу суїциду: прізвище дитини;

б) неповага до конфіденційності та приватного життя осіб, які вчинили спробу суїциду, або рідних і близьких особи, яка вчинила суїцид чи його спробу:

в) використання іронічних (саркастичних), зневажливих (принизливих) чи стигматизуючих висловлювань і метафор щодо особи, яка вчинила самогубство або спробу самогубства, та її рідних.

- Забезпечити присутність у повідомленні інформації про створені у закладі освіти можливості психологічної та інформаційної підтримки дітей та

батьків. Надати контактні дані гарячих ліній, груп допомоги, кризових психологічних центрів тощо, де особи, які потребують допомоги, можуть її отримувати.

- Повідомити, що заклад освіти буде проводити зустріч з батьками та іншими членами спільноти (дата/час/локація), якщо така зустріч запланована.
- Вказати контактні дані фахівців Кризової команди за напрямками діяльності

## МЕТОДИ НАВЧАННЯ

### I. Методи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності

#### 1) За джерелом інформації:

- Словесні: лекція (традиційна, проблемна, лекція-прес-конференція) із застосуванням комп'ютерних інформаційних технологій (PowerPoint – Презентація), семінари, пояснення, розповідь, бесіда.
- Практичні: вправи, case studies.

2) За логікою передачі і сприймання навчальної інформації: індуктивні, дедуктивні, аналітичні, синтетичні.

3) За ступенем самостійності мислення: репродуктивні, пошукові, дослідницькі.

4) За ступенем керування навчальною діяльністю: під керівництвом викладача; самостійна робота слухача.

II. Методи стимулювання інтересу до навчання і мотивації навчально-пізнавальної діяльності: створення ситуації пізнавальної новизни; створення ситуацій зацікавленості (метод цікавих аналогій тощо).

III. Інтерактивні методи навчання: дискусії; мозковий штурм, ділові і рольові ігри, тренінги.

## **МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ КУРСУ**

- опорні конспекти лекцій;
- методичні рекомендації;
- робоча навчальна програма;
- методичні матеріали з підготовки до семінарських і практичних занять;
- технічні засоби;
- мультимедійні матеріали;
- новітні інформаційно-комунікативні технології.

## **СИСТЕМА ТА КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ**

Контроль засвоєння навчальної програми відбувається шляхом підтвердженого використання цифрової платформи, проходження практичних завдань підтверджується відповідними звітами. Система контролю: вхідне й вихідне діагностування; підготовка та захист проектів. За результатами навчання видається сертифікат про підвищення кваліфікації визначеного зразка.



## СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

### Нормативно-правові документи:

Верховна Рада України, Законодавство України (2018). Закон України «Про внесення зміни до статті 120 Кримінального кодексу України щодо встановлення кримінальної відповідальності за сприяння вчиненню самогубства» Взято з <https://bit.ly/3y1rNFV>

Верховна Рада України, Законодавство України (2018). Закон України Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню). Взято з <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2657-viii#Text>

Міністерство освіти і науки (2014). Лист № 1/9-179 від 28.03.2014 «Щодо профілактики суїцидальних тенденцій серед учнів» Взято 19 листопада 2021 з <https://bit.ly/3GdTKgx>

Міністерство освіти і науки України (2019). Лист №1/9-414 «Про деякі питання щодо створення у 2019-2020 н.р. безпечного освітнього середовища, формування в дітей та учнівської молоді ціннісних життєвих навичок». Взято з <https://drive.google.com/file/d/1Ap6C0f7v3EkdWcCAnjhe38h5TUh6p-dc/view>

Національна рада України з питань телебачення та радіомовлення (2017). *Спільний акт узгодження № 2 Висвітлення засобами масової інформації теми суїциду*. Взято 20 листопада 2021 з <https://bit.ly/3ErDsAa>

### Основна література:

*Вирішую конфлікти та будує мир навколо себе: електронний курс* (2021) <https://bit.ly/31yWM01>

Габрієлян А.Е. (2019). Профілактика суїцидальної поведінки підлітків. Шкільному психологу. *Усе для роботи : науково-методичний журнал*, 2, с. 2-7.

ДУ «Інститут модернізації змісту освіти» (2021). Інформаційна база професійного інструментарію фахівців психологічної служби у системі освіти України. Взято з <https://bit.ly/3y82Tol>

Панок, В. Г., Вієвський, А. М., Лепеха, К. І., Лунченко, Н. В., Луценко, Ю. А., Острова, В. Д., & Сосновенко, Н. В. (2016). *Інформаційно-освітня протиалкогольна програма «Сімейна розмова». Методичний комплекс*. К. : ТОВ «Видавництво «Діалог Пресс». Взято з <https://lib.iitta.gov.ua/711575/1/Posibnyk%20panton.pdf>

Поственція суїциду (буліциду): робота з колективом закладу освіти: методичні рекомендації / за ред. С. Л. Чуніхіної, Л. А. Найдьоновой, Н. Ф. Умеренкової ; Національна академія педагогічних наук України, Інститут

соціальної та політичної психології. – Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2022. – 76 с.  
Взято з: <https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2022/08/methodrec-chunayume-2022.pdf>

Луценко, Ю. А., Воронкевич, Н. В., Мельникова, Н. А., Гіду, Ю. А., Комар, Н. А., Шелест, Т. В., ... & Семенко, Ю. В. (2015). *З досвіду проведення корекційної роботи практичного психолога і соціального педагога з дітьми з девіантною та деліквентною поведінкою*. Взято з <https://lib.iitta.gov.ua/107251/1/424.pdf>

Лях, Т. Л., & Паркер Роеден, Л. (2013). *«Не смійся з мене: просвітницько-профілактична програма тренінгових занять»*: Навчально-методичний посібник для соціальних педагогів, практичних психологів та вихователів

Найдьонова, Л., Чуніхіна, С., Чорна, Л., Умеренкова, Н., & Гутник, К. (2021). Організаційна модель поственції суїциду (буліциду) або його спроби в закладі освіти: аналіз зарубіжного досвіду. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*, (48(51), 124-144. [https://doi.org/10.33120/ssspj.vi48\(51\).244](https://doi.org/10.33120/ssspj.vi48(51).244)

Найдьонова, Л. А. (2020). *Діагностика булінгу і кібербулінгу: метод. рек (вид 2-е)*. Взято з <https://bit.ly/3xSppBa>

### **Додаткова література:**

Цюман Т. П., Бойчук Н. І. Кодекс безпечного освітнього середовища: метод. посіб (2018) Взято з <https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/protidia-bulingu/21kbos.pdf>

ЮНІСЕФ, ГО «Укр. ін-т соц. дослідж. ім. О. Яременка» (2019). *Соціальна обумовленість та показники здоров'я підлітків та молоді : за результатами соціологічного дослідження в межах міжнародного проекту «Здоров'я та поведінкові орієнтації учнівської молоді»* : моногр. Балакірева О. (ред.). К.: Поліграфічний центр «Фоліант».

Вознесенська, О. & Сидоркіна, М. (2015). *Арт-терапія у подоланні психічної травми*. К. : Золоті ворота.

Психологія кризових станів: наука і практика / Збірник матеріалів Міжнародної науково-практичної конференції (м. Київ, 4-6 листопада 2021 року) / за ред. С. Д. Максименка, В. В. Турбан. – Київ, Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2021. 226 с.

American Foundation for Suicide Prevention and Suicide Prevention Resource Centre. (2011). *After a Suicide: A Toolkit for Schools*, Newton, MA: Education Development Centre, Inc.

American Foundation for Suicide Prevention, & Suicide Prevention Resource Center. (2018). *After a suicide: A toolkit for schools (2nd ed.)*. Waltham, MA: Education Development Center.

Andriessen, K. (2009). Can postvention be prevention? *Crisis* 30, 43–47. doi: 10.1027/0227-5910.30.1.43

Andriessen, K., Krysinska, K., Hill, N. T., Reifels, L., Robinson, J., Reavley, N., & Pirkis, J. (2019). Effectiveness of interventions for people bereaved through suicide: a systematic review of controlled studies of grief, psychosocial and suicide-related outcomes. *BMC psychiatry*, 19(1), 1-15.

Andriessen, K., Krysinska, K., Kxlves, K., & Reavley, N. (2019). Suicide postvention service models and guidelines 2014–2019: A systematic review. *Frontiers in psychology*, 10, 2677. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02677>

Andriessen, K., Rahman, B., Draper, B., Dudley, M., & Mitchell, P. B. (2017). Prevalence of exposure to suicide: A meta-analysis of population-based studies. *Journal of Psychiatric Research*, 88, 113-120.

Australian Institute for Suicide Research and Prevention & Postvention Australia (2017) Postvention Australia Guidelines: A resource for organisations and individuals providing services to people bereaved by suicide. Brisbane: Australian Institute for Suicide Research and Prevention.

Australian Institute for Suicide Research and Prevention, & Australia, P. (2017). *Postvention Australia Guidelines: A Resource for Organisations and Individuals Providing Services to People Bereaved by Suicide*. Australian Institute for Suicide Research and Prevention.

Centre for Suicide Prevention (2014). A Suicide Prevention Toolkit. After a Student Suicide.

Centre for Suicide Prevention (2021). After A Student Suicide. A Suicide Prevention Toolkit. Retrieved from <https://bit.ly/3EsRmC4>

Department of Education and Children’s Services, Catholic Education SA Association of Independent Schools of SA (2010). Suicide Postvention Guidelines: A framework to assist staff in supporting their school communities in responding to suspected, attempted or completed suicide. Retrieved from <https://bit.ly/31D4ihp>

Falcone T. & Timmons-Mitchell J. (2018). *Suicide Prevention. A Practical Guide for the Practitioner*. Springer International Publishing AG.

Higher Education Mental Health Alliance (2014). *Postvention: A Guide for Response to Suicide on College Campuses*.

Joshi, S. V., Ojakian, M., Lenoir, L., & Lopez, J. (2017). Toolkit for mental health promotion and suicide prevention.

Kumar U. (2017). *Handbook of Suicidal Behaviour*. Springer Singapore.

Sadek J. A (2019). *Clinician’s Guide to Suicide Risk Assessment and Management*. Springer International Publishing.

Talbott, L. L., & Bartlett, M. L. (2012). Youth Suicide Postvention: Support for Survivors and Recommendations for School Personnel. *Alabama Counseling*

*Association Journal*, 38 (2), 104–105. <https://asparc.org/wp-content/uploads/2019/03/ALCA-Journal-on-Suicide.pdf>

UNICEF. (2020). Булінг та кібербулінг у підлітковому середовищі. Статистичні дані щодо булінгу серед підлітків України. Retrieved from <https://uni.cf/3ooV2zj>

### **Електронні ресурси:**

Всеосвіта (2021). Підліткова депресія. Причини виникнення та алгоритми подолання. Взято з <https://www.youtube.com/watch?v=MsMDIIFco74>

Всеосвіта (2021). Суїцидальна поведінка у підлітків: причини виникнення та алгоритми подолання. Взято з <https://www.youtube.com/watch?v=YM5fHQPO4OU>

Денісова Л. Нарада керівників правоохоронних та інших державних органів щодо додержання прав дітей. Київ, 2021. URL: <https://bit.ly/3oonQYT> (дата звернення 02.12.2021)

*Про кібербулінг для підлітків* (2020). Дія. Цифрова освіта. Взято 20 листопада 2021 з <https://osvita.diiia.gov.ua/courses/cyberbullying>

*Протидія булінгу у школі: онлайн-курс про школу для вчителів* (2020). EdEra. Взято 20 листопада 2021 з <https://bit.ly/31BATNG>

*Протидія та попередження булінгу (цькування) в закладах освіти* (2019). Prometheus. Взято 21 листопада 2021 з <https://bit.ly/3opaBXI>

Навчальне видання

*Світлана Леонідівна Чуніхіна*  
*Наталія Федорівна Умеренкова*

**ПРЕВЕНЦІЯ І ПОСТВЕНЦІЯ  
СУЇЦИДІВ, ПОВ'ЯЗАНИХ  
ІЗ БУЛІНГОМ (КІБЕРБУЛІНГОМ)  
У ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ**

**ПРОГРАМА**  
курсу підвищення кваліфікації для психологів,  
соціальних педагогів керівників та заступників керівників  
закладів освіти

Літературне редагування *Т. А. Кузьменко*

Адреса Інституту: 04070, м. Київ, вул. Андріївська, 15

E-mail: [info@ispp.org.ua](mailto:info@ispp.org.ua)

Сайт: <https://ispp.org.ua>

Підписано до друку 21.07.2022 р. Гарнітура Times New Roman. Авт. арк. 1,0