Иванова Елена Валерьяновна,
педагог-психолог
ГБОУ лицей №384 Кировского района, г. Санкт-Петербурга
Россия, Санкт-Петербурга

ПРОФИЛАКТИКА СУИЦИДАЛНОГО ПОВЕДЕНИЯ УЧАЩИХСЯ

В статье раскрывается роль психолого-педагогической службы в профилактике, выявлении и предупреждении суицидального поведения детей и подростков. Выявлены основные возрастные периоды и характерные для них трудности, которые могут стать причиной суицидального поведения детей и подростков. На основе изложенного сформирована методика работы с детьми и подростками для профилактики и предупреждения суицидального поведения.

На протяжении всей своей жизни человек вынужден встречаться с различными разрушающими факторами, испытывать эмоционально напряжение, стрессы, сталкиваться с тяжелыми жизненными ситуациями. Не всегда взрослому человеку под силу самостоятельно преодолеть трудности без посторонней помощи. Но что если эти трудности возникли у ребенка, чья личность только находятся в стадии формирования? Поэтому в наше время наиболее остро стоит проблема детского суицида и суицидальных наклонностей. Динамичные изменения, происходящие в современном мире и их влияние на несформировавшуюся психику подрастающего поколения зачастую становятся фактором попадания детей в группу риска.

Для начала разберемся что такое суицид и выявим факторы, которые теоретически могут стать риском совершения суицида. Суицид – это акт самоубийства, совершаемого человеком в состоянии сильного душевного расстройства либо под влиянием психического заболевания, а также осознанный акт устранения из жизни под воздействием стрессов, острых психотравмирующих ситуаций, когда собственная жизнь утрачивает для человека смысл[1]. Наиболее часто суицидальные наклонности встречаются в подростковом возрасте. По официальным данным количество самоубийств с 2019 года в России составляет около 2000 человек, из которых более трети — дети и подростки. 2018 год 683 российских подростка, по данным Следственного комитета России, добровольно ушли из жизни, в 2017-м их было 692 человека[2]. Теперь перейдем к фактором, приводящим к попаданию в группу риска. Во-первых, риск к суицидальным наклонностям имеют люди, страдающие различными психическими заболеваниями. Вторым фактором являются психотравмирующие ситуации, такие как: трудные жизненные ситуации, потеря близкого человека, дисфункции семейных систем (психологическое давление со стороны родственников,

применение насилия в семье), отвержение ребенка коллективом, школьная дезадаптация, проблемы в личной жизни.

Поэтому психолого-педагогическая служба в школе имеет специфическую задачу выявления и профилактики суицидального поведения учащихся. Для этого организуется психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса, направленного на раннее выявление учеников, склонных к суицидальному поведению и отнесение таких к группе риска, с которой проводится профилактическая работа. Психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса заключается в предотвращении проблем развития личности, помощь в социализации ребенка, разрешение кризисных ситуаций, помощь в выстраивании взаимоотношений в учебном коллективе и т.д.

Психолого-педагогическое сопровождение продуктивно реализуется в рамках определенных условий: использование научной основы и системы методик по выявлению, профилактике и предотвращению суицидальных рисков; повышение квалификации педагогом-психологом и прохождение курсов обучения, направленных на расширение профессиональных навыков в области работы с детьми, склонными к суицидальному поведению; постоянно действующая система взаимодействия с учителями и родителями.

Для различных возрастных групп учащихся существует ряд специфических проблем, обусловленных этапу социализации. Можно разделить учащихся на три возрастные группы.

Начальная школа – ребенок делает первые шаги в самостоятельную жизнь, с этого момента в его окружении появляется еще одна социальная группа, с которой он плотно взаимодействует – учебный коллектив. Его основной деятельностью становится учеба. Наряду с новым статусом «ученик», могут появиться новые страхи и проблемы. Могут выявиться проблемы в развитии и воспитании, боязнь школы и сложности адаптации к школьной жизни. Так же могут возникнуть проблемы социализации ребенка в коллективе, проблемы взаимоотношений в классе и с учителями.

В данной возрастной группе главная задача педагога-психолога ранняя диагностика и выявление отклонений в развитии и психоэмоциональном состоянии, а так же коррекция. Повышение степени адаптации к школе и мотивации к учебной деятельности.

Средняя школа – для данной возрастной группы характерен процесс становления индивидуальных личностных качеств и овладение навыками, которые станут неотъемлемой частью взрослой жизни. На данном этапе ребенок может столкнуться с проблемами переходного возраста, следовательно, могут возникнуть проблемы в общении с родителями и сверстниками. Ребенок переходит в новый для него статус подростка – а это новая ступень социализации. Зачастую этот процесс сопровождается различными конфликтами, переживаниями, неврозами. Наряду с вышесказанным, подросток склонен обзавестись проблемой адаптации к новым условиям обучения, когда на смену одному преподавателю приходят

множество преподавателей-предметников, которые имеют различные требования и подходы к учебному процессу.

Следовательно, педагог психолог должен уделять особое внимание данной возрастной группе, делая акцент на особенности переходного возраста. Здесь имеет место тестирование и выявление подростков, имеющих какие-либо отклонения в поведении или проблемы в социализации. К каждому проблемному случаю стоит находить индивидуальный подход. Это можно сделать за счет бесед с педагогом-психологом, в ходе которых могут быть выявлены склонности к суицидальному поведению и проведена профилактическая работа.

Старшая школа – наиболее сложный период в жизни подростка, так как перед ним встают не детские проблемы, а именно самоопределение и выбор будущей профессии. Именно от этого шага зависит, как сложится его жизнь в будущем. Так же наряду с этим давление на психику подростка оказывает тревога за сдачу экзаменов. В настоящее время очень много внимания привлекается к сдаче ЕГЭ: усложняется система сдачи, за учениками ведется пристальный контроль, баллы по экзамену приравнивают к «билету в счастливую жизнь» - все эти нагнетающие факторы вводят подроста в состояние высокой тревожности и неврозов. Последние, в свою очередь, становятся базисом конфликтов подростка с родителями, окружающими и товарищами.

В данной возрастной группе подросток склонен «закрываться в себе» или же наоборот вступать в конфликты с окружающими, противопоставляя свое мнение и действия взглядам окружающих, желая получить больше внимания. Поэтому в данный период времени педагог-психолог должен стать для подростка не только мудрым наставником, но и товарищем, который сможет дать совет по повод самоопределения, выслушать и «скорректировать острые углы».

Разобравшись с дифференциацией учеников в различные возрастные группы и выявив типичные проблемы, характерные данному возрасту, мы можем наблюдать, что среднестатистические проблемы различных возрастов связаны в большей степени с адаптацией к школе и учебному коллективу. Это обусловлено тем, что дети и подростки большую часть своего времени связывают с процессом обучения и взаимодействия в школьной среде.

Исходя из этого, основной задачей психолого-педагогической службы сопровождения должно стать наблюдение за учениками и выявление «групп риска». Эту задачу можно решить за счет групповой и индивидуальной работы с учениками, направленной на профилактику суицидального поведения и формирование навыков адаптации. Так же необходимо оказать помощь классному руководителю в уравновешивании настроений в учебном классе, обеспечить возможность каждому ученику эффективно применять свои знания и навыки. При выполнении этой задачи возможно своевременное выявление кризисных ситуаций, которые в процессе могут привести к суицидальному поведению.

Для выполнения данной задачи, мы выделим основные направления психолого-педагогического сопровождения, детей склонных к суицидальному поведению.

Первым направлением мы выделим общую профилактику, которая заключается в обеспечении вовлечения всех учащихся в жизнь школы и предупреждение их школьных трудностей и социальной дезадаптации.

Задача данного направления – это сопровождение педагогом-психологом образовательного процесса, направленного на профилактику суицидального поведения обучающихся на основании данных мониторинга, наблюдений за психофизиологическим и эмоциональным состоянием учащихся, проведение диагностик с целью раннего выявления учащихся, склонных к суицидальному поведению.

Форма реализации направления разделяется на несколько блоков: информационно – аналитический, диагностический, профилактический.

Информационно – аналитический блок заключается в формировании аналитических баз данных по всем возрастным категориям учащихся; в ведении документации психолого-педагогической службы; обеспечении необходимыми документами и информацией справочного характера.

Диагностический блок включает в себя получение своевременной и достоверной информации об индивидуально-психологических особенностях личности учащихся, выявление способностей и интересов детей, так же диагностики причин нарушений в развитии, поведении для выявления детей группы риска по суицидальному поведению.

Реализация диагностического блока достигается путем проведения тестовых диагностик особенностей личности и поведения ребенка, мотивационной, эмоционально-волевой сферы, самооценки, уровня коммуникации и ценностной ориентации; обследования с целью выявления уровня развития, страхов, тревог, психологических проблем личности; обеспечение адаптации к школе, выявление группы детей, испытывающих трудности в обучении, поведении; диагностика уровня готовности учащихся к переходу из одной ступени обучения в другую; мониторинг личностных особенностей школьников в период возрастных кризисов.

Профилактический блок – это предупреждение отклоняющегося поведения, алкоголизма и наркомании, социальной дезадаптации детей и подростков, а также возникновения суицидального поведения.

Он реализуется посредством пропаганды здорового образа жизни, формирования жизненных ценностей и толерантности, которые вырабатываются в процессе взаимодействия педагога с учениками в процессе тренинговых и развивающих занятий, бесед, лекций, классных часов; мастер-классов, тренингов для педагогов и родителей;

Вторым направлением мы можем выделить индивидуальную работу с конкретными учащимися, у которых были выявлены склонности к суицидальному поведению, направленную на профилактическую и коррекционную работу с группой риска.

Коррекционная работа заключается в обеспечение продуктивного психического развития и становления личности учащихся, входящих в группу риска; коррекция межличностных отношений ученик-ученик, ученик-учитель; содействие преодолению дезадаптивных периодов в жизни школьников; формирование социально-поведенческих навыков; коррекция познавательных процессов: внимания, памяти, мышления.

Она реализуется путем индивидуальной работы с каждым проблемным случаем, путем его выявления и совместной работы учащегося с педагогом-психологом над его преодолением, тем самым снижая риск суицидального поведения среди детей.

Консультативная работа заключается в оказании помощи учащимся, педагогам и родителям по вопросам организации психолого-педагогического сопровождения профилактики суицидального поведения.

Консультативная работа включает: консультирование школьников по вопросам самоопределения, обучения, проведение консультаций по решению проблемных ситуаций; консультирование педагогов образовательного учреждения по вопросам обучения и воспитания учащихся; консультирование родителей по вопросам воспитания, семейных и межличностных взаимодействий.

Работа с семьей включает в себя вовлечение родителей или близких родственников в процесс индивидуальной работы с учеником, находящимся в группе риска или испытывающим сложности во взаимодействии с учебным коллективом и педагогами, а так же повышение уровня психологических знаний и психологической культуры в семьях.

Работа с семьей реализуется путем взаимодействия педагога-психолога и родителей, участия в родительских собраниях, проведения консультаций и бесед с родителями, тренингов и мастер-классов. Так же выявление неблагополучных семей и работа с ними.

Социально-диспетчерская работа имеет задачи: обеспечения получения социально-психологической помощи, выходящей за рамки компетенции школьной психологической службы. Реализуется с помощью организации междисциплинарного (разные учебные предметы) и межведомственного взаимодействия (педагогика, медицина и т.д.), поддержание контактов со специализированными медицинскими, социальными, психотерапевтическими учреждениями районного уровня с целью профилактики детского суицида и рискового поведения.

Таким образом, можно сделать вывод, что при проведении комплексной профилактической работы, как в группах, так и индивидуально с учащимися, учитывая особенности разных возрастных категорий возможно снижение рисков суицидального поведения. Этого можно достичь при психологическом сопровождении учащихся и взаимодействии педагога психолога с учителями и родителями.

Литература:

1. Педагогический энциклопедический словарь / гл. ред. Б. М. Бим-Бад. - 3-е изд., стер. - Москва : Большая российская энциклопедия, 2009. - 527 с.
2. Статистика и аналитика Следственного комитета Российской Федерации за 2017-2019 годы.
3. Кожевникова Т.А., Кожевников В.Н. Методы оптимизации профилактики суицидального поведения // Суицидология
4. nfourok.ru/psihologopedagogicheskoe-soprovozhdenie-obrazovatelnogo-processa-napravlennogo-na-profilaktiku-suicidalnogo-povedeniya-obuchayus-2773176.html