

Профилактика девиантного, в том числе суицидального поведения обучающихся в условиях современной школы

Калугина Е.А.

Одной из главных целей школьного образования является создание и поддержание психологических условий, обеспечивающих полноценное психическое и личностное развитие каждого ребенка. Поэтому учебно-воспитательный процесс становится больше ориентированным на личность ученика, его индивидуальные возможности, способности и интересы. Большое значение для развития личности имеет психическое здоровье, т. е. состояние полного душевного, физического и социального благополучия. Суицидальное поведение в настоящее время является глобальной общественной проблемой.

Что же такое суицид? Суицид – умышленное самоповреждение со смертельным исходом, лишение себя жизни. Психологический смысл суицида чаще всего заключается в отреагировании аффекта, снятии эмоционального напряжения, ухода от той ситуации, в которой человек оказывается. Суицидальное поведение – это проявление суицидальной активности: мысли, намерения, высказывания, угрозы, попытки, покушения.

Изучение проблемы суицида среди молодёжи показывает, что в целом ряде случаев подростки решались на самоубийство в целях обратить внимание родителей, педагогов на свои проблемы и протестовали таким образом против бездушия, безразличия и жестокости взрослых. Психология самоубийства – это, прежде всего, психология безнадежности, обиды на жизнь, на других людей, на весь мир, утрата смысла жизни.

Различают следующие типы суицидального поведения:

- демонстративное поведение (способы суицидального поведения чаще всего проявляются в виде порезов вен, отравления неядовитыми лекарствами, изображения повешения)
- аффективное суицидальное поведение (прибегают к попыткам повешения, отравлению токсичными и сильнодействующими препаратами)
- истинное суицидальное поведение (чаще прибегают к повешению).

Какие же мотивы могут быть у подростка?

Они предельно экстремальные, требующие пристального внимания со стороны взрослых:

- переживание обиды, одиночества, отчужденности и непонимания;
- действительная или мнимая утрата любви родителей, неразделенное чувство и ревность;
- переживания, связанные со смертью, разводом или уходом родителей из семьи;
- чувства вины, стыда, оскорбленного самолюбия, самообвинения;
- боязнь позора, насмешек или унижения;
- страх наказания, нежелание извиниться;
- любовные неудачи, сексуальные эксцессы, беременность;

- чувство мести, злобы, протеста; угроза или вымогательство;
- желание привлечь к себе внимание, вызвать сочувствие, избежать неприятных последствий, уйти от трудной ситуации;
- сочувствие или подражание товарищам, героям книг или фильмов.

Мы, взрослые, думаем о том, как накормить, одеть ребенка, работая с утра до ночи. Решаем проблемы других людей. Но забываем о том, что нас дома ждет ребенок со своими нерешенными задачами, со своими мыслями в голове, которые мы часто не хотим слушать. Когда случается непоправимое, человек начинает думать, что в своей жизни он сделал не так. Родители часто навязывают свои мысли, свои идеи собственному ребенку, не готовы слушать его мнение, принимают и решают всё за него. А ведь это индивидуальная личность, которая ещё не стоит крепко на своих ногах, а в голове путаница (учёба, друзья, любовь). Именно в этот момент ребенок нуждается в советах родителей, в их поддержке. Ребенку необходимо выговариваться именно дома, а не на улице среди сверстников, которые не могут правильно указать дорогу.

Если взрослый слышит от ребенка слова о смерти, его это должно насторожить (ненавижу жизнь; не могу больше этого выносить; жить не хочется; никому я не нужен).

В случае подозрения о наличии суицидальных намерений у подростка, беседу с ним можно строить следующим образом: «Как твои дела? Как ты себя чувствуешь? Ты выглядишь, словно в воду опущенный, что происходит?» В случае открытого суицидального высказывания следует обсудить эту проблему с подростком: «Ты надумал покончить с собой? Как бы ты это сделал? А если ты причинишь себе боль? Ты когда-нибудь причинял себе боль раньше? Что произошло в тот период? Если бы я попросил не причинять себе боль, ты бы смог отказаться от своих намерений? Что мешает тебе дать обещание? Что помогло тебе справиться с трудностями в прошлом? Помогло бы это тебе теперь? От кого бы ты хотел получить помощь? Знают ли твои близкие, что тебе трудно сейчас?» Такая беседа является первичной формой профилактики у подростка и может быть проведена любым человеком, находящимся рядом с подростком, переживающим кризис душевного состояния. Необходимо помнить о серьезном отношении ко всем угрозам. Слушайте внимательно. Собеседник должен почувствовать, что вы равнодушны к его проблемам. Настаивайте на том, что самоубийство неэффективный способ решения всех проблем. Пытайтесь заключить соглашение о несовершении самоубийства. Основным пунктом соглашения должно быть обещание подростка не причинять себе боли никаким образом. Если вы должны уйти, оставьте подростка на попечении взрослого. Пригласите специалиста или проводите подростка к тому, кто сможет вывести подростка из кризисного состояния.

Школа, где подростки проводят треть дня, представляется средой для осуществления профилактики суицидального риска среди учащихся. В связи с этим в нашей школе была разработана система профилактических мероприятий, направленных на предупреждение суицидального поведения несовершеннолетних, в реализации которой принимают участие все участники образовательной деятельности: педагоги, учащиеся, родители, психологи.

С начала учебного года в нашей школе особое внимание уделялось вновь прибывшим учащимся и учащимся 1, 5, 10 классов, данная категория детей проходит процесс школьной адаптации. На основании плана работы проводится совместное с классным руководителем наблюдение за течением адаптационного периода, оказывается психологическая поддержка, помощь. Все учащиеся прошли психологическую диагностику, по результатам которой выявлена «группа риска» с признаками повышенного уровня тревожности, пониженным настроением, с низкой активностью. С этими учащимися проводятся вторичная диагностика, а впоследствии коррекционные занятия по снятию эмоционального напряжения, тревоги, осуществляется психолого-педагогическое сопровождение.

В преддверье выпускных экзаменов (9, 11 классы) с учащимися проводится диагностическое обследование эмоционального состояния и склонности к депрессивным состояниям. Со всеми выпускниками проводятся занятия с элементами тренинга, способствующие снятию эмоционального напряжения и обучению способам саморегуляции и самоконтроля.

Стоит отметить, что под особым вниманием находятся учащиеся, состоящие на всех видах учета, учащиеся из неблагополучных семей, приемные и опекаемые подростки; дети, родители которых находятся в разводе и, конечно же, одаренные ученики.

В план воспитательной работы школы внесены темы мероприятий, посвященные жизненным ценностям: темы о здоровом образе жизни, дружбе, добре, взаимопонимании.

В работе с семьей используются разнообразные формы деятельности, то есть родительские собрания, лектории, консультации и занятия с рассмотрением вопросов детско-родительских отношений, проблем и условий семейного воспитания, межличностных отношений со сверстниками и взаимоотношений полов, профилактики семейных конфликтов.

Классные руководители посещают семьи обучающихся с целью изучения условий жизни и воспитания в семье, консультирования родителей по выявленным проблемам.

С педагогическим коллективом проводится психологическое просвещение по вопросам дезадаптивного, в частности суицидального, поведения детей и подростков, дается информация о возможных мерах профилактики суицида. Обращается внимание классных руководителей на индивидуальную работу с семьей.

Анализируя эффективность нашей деятельности, приходим к выводу, что данное направление в настоящее время значимо. Но стоит отметить, что положительная динамика незначительна. Иными словами, сопровождение учащихся «группы риска» организуется с момента выявления до окончания обучения подростка в нашем образовательном учреждении. То есть учащийся будет под особым контролем даже после проведенной коррекционной работы.

На разных ступенях образовательного процесса, направленного на общую профилактику суицидального поведения обучающихся, задачи психолого-педагогического сопровождения различны.

Для начальной школы - это ранняя диагностика и коррекция нарушений в развитии и воспитании ребенка, профилактика его страхов и тревог, «школьной боязни», преодоление проблем, связанных с подготовленностью к обучению в школе, обеспечение беспроблемной адаптации к школе, повышение заинтересованности младших школьников в учебной деятельности, развитие познавательной и учебной мотивации, самостоятельности и самоорганизации, творческих способностей.

Основная школа - это адаптация к новым условиям обучения, поддержка в решении задач личностного и ценностно-смыслового самоопределения и саморазвития подростков, помощь в решении проблем социализации, формирование жизненных навыков, профилактика неврозов, помощь в построении конструктивных отношений с родителями и сверстниками, профилактика девиантного поведения и наркозависимости.

В старшей школе - помощь в профильной ориентации и профессиональном самоопределении, поддержка в решении экзистенциальных проблем (самопознание, поиск смысла жизни. Формирование ценности жизни, достижение личной идентичности), развитие временной перспективы старшеклассников, способности к целеполаганию, развитие психосоциальной компетентности.

На всех этапах обучения задачей общей профилактики является создание психологически безопасной образовательной среды, которая включает в себя:

1. Защищенность от психологического насилия (публичное унижение; оскорбление; высмеивание; угрозы; обидное обзывание; игнорирование; неуважительное отношение; недоброжелательное отношение).

2. Референтную значимость окружения (при её отсутствии ребенок отрицает ценности и нормы школы, стремится «покинуть» школу).

3. Удовлетворенность в личностно-доверительном общении. Отсутствие удовлетворенности в личностно-доверительном общении приводит к эмоциональному дискомфорту, нежеланию высказывать свою точку зрения и мнение; нежелание обращаться за помощью, невнимательность к просьбам и предложениям.

Калугина Елена Александровна, педагог-психолог
МБОУ СОШ №19 г. Мичуринска