(cc) BY

Загребова Татьяна Викторовна
студентка
Научный руководитель
Карандеева Арина Вячеславовна
старший преподаватель
ФГБОУ ВО «Тульский государственный
педагогический университет им. Л.Н. Толстого»
г. Тула, Тульская область

ПРОФИЛАКТИКА СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ В КОНТЕКСТЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ

Аннотация*: в данной статье освещается проблема профилактики подросткового суицидального поведения. Особое внимание уделяется роли школы, педагогов-предметников, классных руководителей, психологов образовательных организаций в пропедевтической функции обнаружения склонности к деструкциям своих воспитанников. Даны конкретные рекомендации отмеченным выше участникам образовательного процесса в обеспечении благоприятного психологического климата класса, который является основой психологически безопасной образовательной среды.*

Ключевые слова*: психологическая безопасность, особенности подросткового возраста, суицидальное поведение, благоприятный психологический климат, профилактика суицидального поведения.*

По данным доклада Всемирной организации здравоохранения, опубликованного в начале сентября 2019 года, ежегодно в мире совершается 800 тысяч суицидов. Однако, заметим, что сводки были составлены только по летальным исходам. Суицидальные попытки, при которых жизнь человеку удалось спасти, не учитывались. В 2020 году добровольно ушло из жизни 1,5 миллиона человек. Попыток же совершено в 15 раз больше указанного числа. В связи с этим можно представить, насколько обширна группа риска людей, склонного к суицидальному поведению [1].

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Так же ВОЗ резюмирует, что из общего числа суицидов 20% приходится на подростковый возраст. Если в мире частота случаев суицидов на 100 тысяч подростков приблизительно равна 7, то в нашей стране она колеблется в районе 19–20 случаев. Таким образом, Россия была помещена на третье место по числу подростковых самоубийств после Гайана (30,2) и Лесото (28,9) [1].

В подростковый период человек стремится занять удовлетворяющее его положение в группе сверстников. Стоит отметить, что его «раздирают» внутренние противоречия: с одной стороны, желание быть конформным, которое позволяет войти в референтную группу, перенять ее ценности, манеру поведения, внешнюю атрибутику (особенно ярко видно в субкультурах); с другой стороны – тяга к созданию собственного «Я»- уникального, столь непохожего на других [4].

Эти противоречия безусловно сказываются на поведенческих реакциях, выдаваемым подростком даже на незначительные стимулы и раздражители. Гибкость поведения снижена, ведь в психике переходного возраста кроются как детские, так и взрослые черты, тяжело «примеряемые» между собой. Тем не менее можно выделить собственно подростковые психологические реакции. Среди них Ирина Владимировна Шаповаленко отмечала: «отрицательную имитацию», реакцию группирования, хобби-реакцию, реакции, связанные с сексуальным влечением, эмансипацию. Критериями патологичности поведенческих реакций считают распространенность этих реакций за пределы микрогруппы и ситуации, где они возникли; нарушение социальной адаптации в целом, наличествование невротических расстройств [5].

Вместе с тем становится очевидно, что приоритетным направлением психического развития в подростковом возрасте является формирование стратегий преодоления трудностей [2]. Но решение не всех проблем доступно подросткам, ведь многое из них уходят корнями в детство, трансформируясь, наполняются «взрослым смыслом», становятся причиной столкновений с новыми требованиями окружающей действительности и кажутся не разрешимыми. Важно приобщить взрослеющего ребенка к конструктивным способам решения проблемных ситуаций, заключающихся в активном преобразовании трудностей, преодоления

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

травмирующих обстоятельств, в результате которых зачастую возникает чувство роста собственных возможностей [5].

В связи с этим педагогам, психологам образовательных организаций важно создать для подростков психологически безопасную среду, которая, по определению Уильяма А. Кана, являет собой обстановку в организации, коллективе, семье и других социальных ячейках, позволяющая членам группы действовать, не опасаясь негативных последствий, связанных с самооценкой, статусом или карьерой. Ошибочно полагать, что психологически безопасная среда будет утопическим миром, где дети не будут сталкиваться ни с конфликтами, ни с трудностями. Главная задача будет ставиться в другом – создание условий для формирования у участников образовательного процесса умений и навыков, способствующих успешному преодолению эмоциональных нагрузок и психологического дискомфорта возникающих разнообразных жизненных ситуация и тормозящих развитие личности, а также умение их минимизировать. Ребенок, чувствуя себя защищенным, не только эффективнее стравляется с посильными трудностями, но и не боится попросить «руку помощи» у взрослого, если проблема кажется не разрешимой. Памятуя о том, что подростковым суицидальным попыткам предшествуют «крики о помощи», сопровождаемые ощущением отчужденности и бессилия, взрослым необходимо дать понять ребенку, что он нужен и его готовы выслушать.

Итак, какие же методы создания психологически безопасной среды могут быть применимы педагогами и психологами для профилактики суицидального поведения своих воспитанников? Прежде всего работу стоит начинать с создания благоприятного психологического климата классных коллективов. В таком коллективе его члены доброжелательны в отношении друг друга, готовы к сотрудничеству, справедливы и эмоционально вовлечены; способны на взаимопомощь и не пренебрегают ею; помогают новичкам, поддерживают и защищают слабых; удовлетворены принадлежностью к своей группе, свободно выражают своё мнение в классном сообществе, принимают на себя ответственность за состояние дел в группе.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Для создания благоприятного классного климата работа ведется в нескольких направлениях. Со стороны классного руководителя следует создавать условия для организации совместной деятельности детей (определение интересов учеников, приобщение их к внутришкольным кружкам и секциям, рассмотреть возможность включения методики КТД по И.П. Иванову); формировать традиции группы (например, поздравление именинников, ведение «географии наших путешествий»; традиция «теплых писем», которые пишутся болеющим, уехавшим, находящимся в конфликте ученикам; проведение классных выставок творческих работ) [3]. Педагоги-предметники могут включать в свои занятия элементы групповой работы, проектную методику, где учащиеся смогут проявить свою компетентность и творческий подход, оказаться в «ситуации успеха», развивать навыки сотрудничества; учиться взаимодействовать не только в рамках узких микрогрупп, определяемых личными симпатиями, но и со всеми членами группы.

Педагогам-психологам, помимо консультативного сопровождения педагогов-предметников и классных руководителей по вопросам, обозначенным выше, следует проводить социологические исследования, позволяющие выделять отверженных членов группы. При наличии таких лиц разрабатывается цикл коррекционно-развивающих занятий, направленных на исправление сложившейся ситуации и включения ученика в коллектив. Немаловажен для подросткового возраста будет метод ролевых игр, призванных расширить репертуар поведения воспитанников, выведения из внутреннего плана во внешний, неконструктивных моделей поведения; модификация поведения участников группы в сторону максимального приближения к эталону и закрепления его во внутреннем плане. Актуальностью будут пользоваться и тренинги по развитию коммуникативных навыков.

Обобщая все вышесказанное, стоит отметить, что создание психологически безопасной образовательной среды можно включить в список приоритетных задач, ставящихся перед современной школой. Ведь школа является одной из немногих организаций, имеющих самый широкий охват детей различных

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

возрастов и профессионально подготовленных педагогов и психологов, способных вовремя заметить склонность воспитанников к суицидальному поведению и оказать корректирующее воздействие.

Список литературы

1. Всемирная организация здравоохранения. Официальный сайт [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.who.int/ (дата обращения: 10.10.2022).

2. Личко А.Е. Типы акцентуаций характера и психопатий у подростков / А.Е. Личко. – М., 1999. – 126 с.

3. Мазурова Е.В. Формирование психологически безопасной образовательной среды: диагностический инструментарий, программы и технологии. Методические рекомендации для педагогов-психологов / Е.В. Мазурова. – Барнаул: КГБУ «Алтайский краевой центр психолого-педагогической и медико-социальной помощи», 2019. – 72 с.

4. Ремшмидт Х. Подростковый и юношеский возраст: Проблемы становления личности / Х. Ремшмидт. – М., 1994. – С. 150–158.

5. Шаповаленко И.В. Возрастная психология (Психология развития и возрастная психология) / И.В. Шаповаленко. – М.: Гардарики, 2005. – 349 с.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)