

Паксюткина Лариса Борисовна

студентка

ФГБОУ ВО «Тульский государственный
педагогический университет им. Л.Н. Толстого»

г. Тула, Тульская область

Яковлева Анастасия Вячеславовна

старший преподаватель

ГОУ ДПО ТО «Институт повышения квалификации и профессиональной
переподготовки работников образования Тульской области»

г. Тула, Тульская область

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ СЕМЬИ В СИТУАЦИИ СУИЦИДАЛЬНОГО РИСКА У ПОДРОСТКА

***Аннотация:** в статье рассматриваются особенности подросткового возраста и факторы суицидального риска, связанные с личностными акцентуациями и семейными отношениями. Подчеркивается роль семьи в формировании эмоциональной устойчивости подростка и значимость психолого-педагогического сопровождения, направленного на профилактику аутоагрессивного поведения и стабилизацию семейной системы.*

***Ключевые слова:** семья, подростковый возраст, эмоциональная нестабильность, суицидальное поведение, эмоциональная поддержка.*

Подростковый возраст представляет собой критический этап психического и социального развития, характеризующийся формированием идентичности, пересмотром жизненных ориентиров и поиском собственного места в системе социальных отношений. В этот период наблюдаются выраженные изменения в эмоционально-волевой сфере, проявляющиеся в повышенной чувствительности, импульсивности, перепадах настроения и склонности к аффективным реакциям, что связано с интенсивными нейрофизиологическими процессами и повышенной значимостью внешних стимулов [7, с. 34]. Усиление влияния группы сверстников, рост стремления к автономии и одновременно недостаточная

сформированность механизмов саморегуляции нередко создают внутренние конфликты, повышающие уровень психосоциального напряжения [2, с. 57].

Как отмечает А. Е. Личко, личностные особенности играют ключевую роль: подростки с эмоционально-лабильным типом характеризуются быстрой сменой настроения и высокой уязвимостью к депрессии, циклоидный тип проявляет колебания от чрезмерной активности до подавленности, а истероидный тип стремится к демонстративности и привлечению внимания, включая риск суицидальных действий [3, с. 203]. Особую группу риска составляют подростки с чертами пограничного расстройства личности, у которых наблюдаются нестабильность эмоций, импульсивность и склонность к аутоагрессии. Эти особенности усиливают восприимчивость к стрессовым ситуациям, социальной изоляции, конфликтам в семье и отвержению сверстниками, повышая вероятность возникновения суицидальных мыслей и поведения.

Семья представляет собой один из наиболее значимых факторов, определяющих эмоционально-личностное развитие подростка и уровень его устойчивости к стрессовым ситуациям. Неблагоприятный характер внутрисемейных отношений – эмоциональная дистанция, хронические конфликты, отсутствие поддержки или выраженная критичность – существенно повышает вероятность формирования у подростка чувства одиночества, тревожности и внутренней незащищённости, что может способствовать возникновению суицидальных мыслей [1, с. 41]. Исследования показывают, что подростки, испытывающие дефицит принятия и вовлеченности со стороны родителей, демонстрируют более высокий уровень депрессивных переживаний, сниженной самооценки и трудностей саморегуляции, что делает их более уязвимыми к аутоагрессивному поведению [6, с. 73]. В этих условиях значимость семьи проявляется не только в предотвращении деструктивных форм поведения, но и в создании атмосферы эмоциональной безопасности, где подросток может открыто выражать переживания, не опасаясь осуждения. Поддерживающий тип родительского взаимодействия способствует стабилизации эмоционального состояния ребенка, формированию чувства принадлежности и укреплению его способности конструктивно справляться с

жизненными трудностями [4, с. 51]. Таким образом, семья выступает одновременно и фактором риска, и ключевым ресурсом профилактики суицидального поведения, что определяет необходимость её активного включения в дальнейшее психолого-педагогическое сопровождение подростка.

Психолого-педагогическое сопровождение семьи в условиях суицидального риска у подростка основывается на понимании того, что именно семейная система определяет эмоциональную устойчивость ребёнка, характер распознавания им собственных переживаний и способность обращаться за помощью. В ситуации кризиса в семье нередко проявляются повышенная тревожность родителей, их дезорганизация, попытки гиперконтроля или, напротив, эмоциональное отстранение, что усиливает внутреннее напряжение подростка и может способствовать закреплению аутоагрессивных тенденций [5, с. 41]. Поэтому основная цель сопровождения заключается в восстановлении конструктивного взаимодействия между членами семьи, создании атмосферы эмоциональной безопасности и формировании адекватного понимания особенностей подросткового поведения в кризисный период [9, с. 73].

Работа специалистов направлена на выявление деструктивных моделей общения, которые могут усугублять состояние подростка: обесценивание чувств, резкая критичность, отсутствие диалога, неконтролируемые семейные конфликты или игнорирование признаков эмоционального неблагополучия. В ходе консультирования родители обучаются навыкам поддержки, способам корректного реагирования на эмоциональные перепады, особенностям общения с подростком, переживающим страх, отчаяние или ощущение безысходности [9, с. 78]. Особое внимание уделяется формированию у родителей понимания, что их реакции – от паники до отрицания – могут быть восприняты подростком как подтверждение его беспомощности или ненужности, что требует постепенной коррекции эмоционального фона семьи [8, с. 51].

Сопровождение также предполагает совместную выработку стратегий поведения в кризисных ситуациях, создание условий для открытого выражения подростком эмоций без риска наказания или осуждения, а также согласование

правил взаимодействия внутри семьи, направленных на снижение напряжения и предотвращение повторных аффективных вспышек [8, с. 54]. Таким образом, психолого-педагогическая помощь ориентирована не только на стабилизацию состояния подростка, но и на изменение семейной атмосферы, укрепление внутрисемейных связей и повышение общей устойчивости семьи к стрессу, что является ключевым фактором профилактики суицидальных проявлений.

Список литературы

1. Волкова Н.В. Психология семейных отношений и семейного воспитания / Н.В. Волкова. – М.: Академия, 2019. – 256 с.
2. Выготский Л.С. Психология развития ребёнка / Л.С. Выготский. – М.: Педагогика, 2019. – 280 с.
3. Эльконин Д.Б. Психология развития: подростковый возраст / Д.Б. Эльконин. – М.: Инфра-М, 2020. – 312 с.
4. Захарова Е.И. Эмоциональное благополучие ребёнка в семье: психологические механизмы и особенности формирования / Е.И. Захарова. – СПб.: Речь, 2018. – 224 с.
5. Иванова Н.В. Психологические аспекты семейного реагирования на кризисные состояния подростков / Н.В. Иванова. – М.: Педагогика, 2019. – 124 с.
6. Клейберг Ю.А. Психология девиантного поведения подростков / Ю.А. Клейберг. – М.: Юрайт, 2020. – 312 с. EDN VBCODL
7. Личко А.Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков / А.Е. Личко. – СПб.: Питер, 2019. – 301 с.
8. Петрова Л.Г. Психолого-педагогическое консультирование семей, переживающих кризис / Л.Г. Петрова. – Екатеринбург: УрГПУ, 2018. – 96 с.
9. Смирнова Е.А. Семейные факторы риска и поддержки при суицидальном поведении подростков / Е.А. Смирнова. – СПб.: Речь, 2020. – 188 с.