

Министерство образования и науки Российской Федерации
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г.ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра безопасности жизнедеятельности

**ПРОФИЛАКТИКА СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ
В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ**

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студента 4 курса 441 группы
направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование»
профиля подготовки «Безопасность жизнедеятельности»
факультета физической культуры и безопасности жизнедеятельности
Хлюстова Сергея Ивановича

Научный руководитель
доцент кафедры безопасности
жизнедеятельности,

должность, уч. степень, уч. звание

дата, подпись

Е. Г. Чеботарева

инициалы, фамилия

Заведующий кафедрой
безопасности жизнедеятельности,
кандидат медицинских наук, доцент

должность, уч. степень, уч. звание

дата, подпись

Н.В. Тимушкина

инициалы, фамилия

Балашов 2017

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. Проблема суицида среди детей и подростков на сегодняшний день актуальна как никогда. Все чаще подростки становятся героями печальной новостной хроники. Достаточно вспомнить историю самоубийства двух ребят в Псковской области в ноябре 2016 года. Немногом ранее прокатилась череда самоубийств подростков, оказавшихся участниками Интернет-игры, в которой в качестве финального задания требовалось покончить с собой. Подобные случаи кажутся вымыслом из фильма ужасов, но это реальность.

Обучающиеся, особенно подростки, относятся к группе суицидального риска. Дело в том, что в этот возрастной период дети крайне эмоциональны. Они не осознают, что разбушевавшиеся эмоции – это следствие гормональных изменений в организме. И часто поводом для бурной реакции становятся совсем незначительные события. Стоит помнить, что психологический смысл суицида – это, чаще всего, реакция на чрезмерное напряжение, сильный стресс. Это способ убежать от проблем. Люди, совершающие суицид, обычно страдают от сильной душевной боли и находятся в состоянии стресса, а также чувствуют, что не способны справиться со своими проблемами.

Конечно, на этом этапе им необходима поддержка семьи. Именно от родителей дети ждут помощи в первую очередь, но, к сожалению, не всегда ее получают. Родители часто настолько заняты работой и обеспечением финансовых потребностей семьи, что не могут уделять детям достаточно времени и не успевают вовремя заметить признаков сильного эмоционального стресса у ребенка.

Помимо семьи, немаловажную роль в воспитании подрастающего поколения играют образовательные организации. Работа по профилактике суицидального поведения у учащихся в наши дни также ложится именно на школу, где работают профессиональные педагоги и психологи, обладающие знаниями по возрастной психологии, которых часто не хватает родителям.

Профилактика суицидального поведения – сложный и весьма щепетильный процесс. Работа в этом направлении должна проводиться экологично, органично вписываться в образовательный процесс. Необходимым ее элементом является тесное взаимодействие педагогов, школьного психолога и семьи.

К сожалению, добиться такого взаимодействия крайне сложно. В некоторых ситуациях педагог-психолог правильно понимает сущность надвигающегося кризиса, но остается пассивен. Либо педагог, видя проблему, пытается помочь, но неверно понимает психологические причины сложившейся ситуации, и поэтому его действия по отношению к ребенку или родителям оказываются неэффективны. Родители также далеко не всегда идут на контакт с образовательной организацией, предпочитая «не выносить сор из избы» и игнорируют проблему, надеясь, что все решится само собой. Либо прибегают к «дедовским» методам воспитания, только усугубляя ситуацию.

Цель данного исследования – определить степень предрасположенности обучающихся к суицидальному поведению и разработать программу мероприятий по профилактике у них суицидального поведения.

Объектом исследования является учебно-воспитательный процесс в общеобразовательной школе, **предметом** – мероприятия по профилактике суицидального поведения обучающихся.

Цель, объект, предмет исследования определили необходимость постановки и решения следующих **задач**:

1. Показать проявление проблемы и причины поведения обучающихся на современном этапе.
2. Подобрать диагностический инструментарий для оценки степени предрасположенности обучающихся к суициду.
3. Разработать и апробировать программу мероприятий по профилактике суицидального поведения обучающихся.

Методы исследования:

Теоретические: анализ литературных данных по изучаемой проблеме.

Эмпирические: тестирование, планирование экспериментально-исследовательской работы, педагогический эксперимент, математико-статистические методы обработки результатов исследования.

Работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников, содержащего 31 наименование, и приложений.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

В первой главе «Теоретический анализ проблемы профилактики суицидального поведения у подростков» анализируется социальная опасность суицидального поведения, выявлены особенности его проявления у подростков, рассматриваются современные подходы к его профилактике.

Суицидв психолого-педагогической и медицинской литературе определяется как умышленное самоповреждение со смертельным исходом. Отечественные исследователи рассматривают суицид с разных точек зрения, обращая внимание на аспекты этого явления, которые актуальны для их работы. Так, А. А. Смирнова определяет суицид как отклоняющееся поведение социально-пассивного типа. Она полагает, что тенденция к саморазрушению свойственна всем людям, только проявляется в их поведении сильнее или слабее. Серьезные мысли о суициде возникают у каждого пятого подростка.

Суицид подростка и суицид взрослого человека – в принципе различны. Согласно концепции А. Г. Амбрумовой, суицид рассматривается как следствие социально-психологической дезадаптации личности, возникающей при переживании микросоциального конфликта (ссоры с родными, друзьями, близким человеком). Она выделяет истинные и незавершенные суициды (попытки самоубийства).

Анализ суицидальных проявлений подростков показал, что суицидальное поведение в этом возрасте, хотя и имеет много общего с

аналогичным поведением у взрослых, отличается возрастным своеобразием. Это обусловлено спецификой физиологических и психологических механизмов развивающегося организма и личности в период ее становления.

Подростки невоспринимают смерть всерьез. Они охотно идут на риск, часто неоправданный. Нередко, совершая суицид, они прямо не предусматривают смертельного исхода. В отличие от взрослых у подростков отсутствуют четкие границы между истинной суицидальной попыткой и демонстративным поступком, носящим характер шантажа.

Для суицидентов-подростков характерно стремление быть свидетелем реакции окружающих на свою смерть или надежда на «второе рождение». Нерасчетливость и отсутствие знаний о способах самоубийства создают повышенную угрозу смерти вне зависимости от выбранной формы самоубийства. Опасность увеличивают и возрастные особенности.

У подростков страх смерти не базируется на осознанном представлении о ценности жизни. Общая неустойчивость, недостаточность критики, повышенная самооценка и эгоцентризм создают условия для снижения ценности жизни, что негативно окрашивает эмоциональность подростка, а в конфликтной ситуации создает предпосылки для суицидального поведения.

При этом суицидоопасные конфликтные ситуации могут складываться из незначительных, по мнению взрослых, неприятностей и событий. Однако, юношеский максимализм, неспособность предвидеть последствия своих поступков и прогнозировать исходы сложившейся ситуации, отсутствие жизненного опыта, создают у подростков ощущение безысходности, неразрешимости конфликта, порождают чувство отчаяния и одиночества. Это обуславливает повышенный суицидальный риск в пубертатном возрасте.

Педагогам, воспитателям, родителям необходимо знать, какие жизненные ситуации могут стать катализатором суицидального поведения, в

каких случаях следует уделить особое внимание подростку и его проблемам.

Профилактика суицидального поведения – это сложный процесс, требующий согласованной работы не только образовательной организации, но и социальных работников, психологов и других служб. При этом профилактика суицидального поведения у детей школьного возраста – это обязанность образовательной организации. Работа в этом направлении должна вестись в несколько этапов и, что самое главное, не «на бумаге», а в реальности. Администрация и педагоги школы должны проявлять заинтересованность жизнью обучающихся, знать об их проблемах, поддерживать контакт с родителями, чтобы вовремя выявить подростков из группы риска суицида.

На сегодняшний день существует ряд нормативных документов, направленных на защиту прав ребенка, а также на обеспечение профилактики суицидального поведения детей и подростков. В них прописаны обязанности и ответственность взрослых (родителей, опекунов, педагогов). Однако механизм профилактики пока недостаточно полно разработан, и это не позволяет эффективно бороться с проблемой увеличения случаев суицида среди подростков.

Во второй главе «Программа мероприятий по профилактике суицидального поведения школьников» приведены результаты исследования, которое проводилось на базе МОУ СОШ № 9г. Балашова. В нем приняли участие учащиеся 8 класса в количестве 20 человек.

Целью исследования являлась диагностика склонности подростков к суицидальному поведению для последующей разработки программы профилактики суицидального риска.

Педагогический эксперимент включал в себя два этапа:

1. Констатирующий эксперимент (проведение диагностики);
2. Формирующий эксперимент (разработка и апробирование программы).

При выборе методик для диагностики мы обращали внимание на то,

чтобы цель теста не сообщалась испытуемым напрямую. Были отобраны следующие методики:

1. Тест выявления суицидального риска у детей (А. А. Кучер, В. П. Костюкевич).

2. Диагностика суицидального поведения подростков (Модификация опросника Г. Айзенка «Самооценка психических состояний личности» для подросткового возраста).

3. Опросник С. Г. Корчагиной «Одиночество».

Затем были проанализированы полученные результаты по всем трем методиками. В тесте на выявление суицидального риска у детей (А. А. Кучер, В. П. Костюкевич) после заполнения обучающимися бланка подсчитывается количество отметок в каждой колонке. О наличии суицидального риска свидетельствует результат, полученный в колонке «Добровольный уход из жизни». Результаты, полученные по остальным показателям, дают информацию о других факторах суицидального риска как о стрессогенных проблемах, влияющих на состояние психологического комфорта подростка.

Никто из испытуемых не набрал ни по одной из категорий такого количества баллов, которое свидетельствовало о необходимости формирования у него антисуицидальных факторов. В графу с темой «Добровольный уход из жизни» испытуемые не отнесли такое количество утверждений, чтобы можно было говорить о необходимости особого внимания к ним. Впрочем, это не единственная графа, по которой баллы оказались низкими. Получается, что выраженной склонности к суицидальному поведению у испытуемых не наблюдается.

Вместе с тем, по ряду факторов суицидального риска некоторые испытуемые оказались в зоне «особого внимания». То есть, можно говорить, что эти проблемы для обучающихся – источники стресса. Однако стресс, скорее всего, вызван иными причинами, и не является показателем суицидального поведения.

Анализ результатов диагностики по опроснику Г. Айзенка «Самооценка психических состояний личности» показал, что 60 % испытуемых демонстрируют высокий уровень личностной тревожности. Высокий уровень фрустрации выявлен примерно у трети испытуемых. Эти два показателя считаются наиболее информативными при оценке суицидального риска у подростков. Однако следует иметь в виду, что одной методики Айзенка для того, чтобы сделать точные выводы недостаточно. На наш взгляд, причиной высокого уровня личностной тревожности у испытуемых могут быть характерные для подросткового возраста эмоциональность и неуверенность в себе. Кроме того, остальные два показателя (агрессия и ригидность) в основном находятся на низком уровне. Следовательно, большинство испытуемых достаточно легко адаптируется к изменениям в жизни и окружающей действительности и не выбирает при этом деструктивный стиль поведения.

Опросник С.Г. Корчагиной «Одиночество» позволил выявить, что половина опрошенных не чувствует себя одинокими. 30 % испытуемых переживают неглубокое чувство одиночества, однако оно может быть ситуативным и не соответствовать реальности (вызвано плохим настроением, размолвкой с другом и т.д.). У 20 % опрошенных подростков выявлено глубокое или очень глубокое переживание чувства одиночества. На это педагогу необходимо обратить внимание.

Таким образом, результаты констатирующего эксперимента показали, что у испытуемых нет выраженных признаков суицидального поведения. Вместе с тем, у некоторых подростков есть проблемы, являющиеся для них источниками стресса. Поэтому мы считаем, что для испытуемых будет полезно участие в разработанной нами программе мероприятий по профилактике суицидального поведения.

Программа включает в себя пять внеурочных мероприятий для обучающихся:

1. Классный час на тему «Мне дорога жизнь».

2. Интегрирующее занятие «Мы вместе».
3. Классный час на тему «Помоги найти выход».
4. Занятие с элементами тренинга «Кто я?»
5. Творческий проект «Жизнь как ценность».

В ходе мероприятий использовались следующие методы: словесный, беседа, метод проектов. Формы работы: групповая, работа в парах, фронтальная (во время беседы). Обязательным элементом является использование наглядности (фотографий, видеофрагментов).

Для оценки результативности предлагаемой программы после окончания серии внеклассных мероприятий с учащимися было проведено повторное тестирование. Нами были применены те же методики, что и на констатирующем этапе эксперимента.

Сравнение результатов методики оценки суицидального риска у детей (А. А. Кучер, В. П. Костюкевич) показало, что ответы учащихся по-прежнему не указывают на необходимость формирования у них антисуицидных факторов (эта графа осталась пустой, как и констатирующем этапе). По показателям графы «требуется особое внимание» можно судить о том, что по всем факторам процент учащихся, нуждающихся в дополнительном внимании со стороны педагога и психолога, сократился. Ситуация полностью не исправлена, но прогресс все же наблюдается.

При повторном проведении методики Г. Айзенка уменьшился процент испытуемых с высоким уровнем личностной тревожности и фрустрации. Увеличилось количество обучающихся, демонстрирующих низкий уровень по этим показателям. Однако по шкале агрессии процесс учащихся с высоким уровнем остался прежним, хотя уменьшилось количество испытуемых, демонстрирующих средний уровень агрессии. В целом по всем четырем шкалам уровень выраженности качеств снизился, что можно считать положительным результатом проведенных мероприятий.

И, наконец, при сравнении результатов повторного прохождения испытуемыми опросника С.Г. Корчагиной «Одиночество» также заметны

изменения. Количество обучающихся, не испытывающих одиночество, увеличилось на 10 %. Результат нельзя назвать впечатляющим, но с другой стороны до нуля сократилось количество испытуемых, переживающих очень глубокое чувство одиночества, а это, на наш взгляд, важно.

Таким образом, можно сделать вывод, что предложенная нами программа внеурочных мероприятий по профилактике суицидального поведения среди подростков является эффективной и способствует достижению положительного результата. Мы полагаем, что если программу расширить, добавив больше мероприятий или превратить в регулярные внеурочные занятия, она может обеспечить устойчивый положительный эффект.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проблема профилактики суицидального поведения подростков сегодня особенно актуальна, поскольку в последние годы участились случаи суицидов и суицидальных попыток среди несовершеннолетних.

Подростковый возраст – это кризисный период в жизни человека, момент перехода из детства во взрослую жизнь. Появляется ощущение взрослости, но еще не сформированы «взрослые» ценности, взгляды, миропонимание. Отсюда – частые конфликты, как внешние (с родителями, педагогами), так и внутренние. Подросток считает себя взрослым (и хочет, чтобы его так же воспринимали другие), но чрезмерная эмоциональность мешает ему наладить взаимоотношения с окружающими.

Суицидальное поведение подростков – увеличительное зеркало, в котором наиболее отчетливо проявляются основные трудности и проблемы детей. У них снижается толерантность эмоциональной сферы, нарастает агрессивность, обнаруживается неумение противостоять житейским трудностям, снижается самооценка. Причина суицидального поведения чаще всего кроется в неспособности подростка справиться с навалившимися проблемами, конфликтами в сферах близких отношений, которые

воспринимаются как крайне значимые и травматичные. Было установлено, что лишь у 10% подростков в случае самоубийства имеется истинное желание покончить собой, в остальных 90% – это «крик о помощи». Часто суицидальные действия подростков носят демонстративный характер.

Современный подход к работе по профилактике суицида среди подростков характеризуется усилением психологических, педагогических, медицинских, правовых и общественных мер воздействия с помощью использования достижений практической, возрастной и социальной психологии. Основной акцент должен ставиться на меры первичной профилактики, направленной на поддержание и развитие условий, способствующих сохранению физического, личностного и социального здоровья, и на предупреждение неблагоприятного воздействия на него факторов социальной и природной среды.

Профилактика суицидального поведения обучающихся возлагается на образовательные организации. С одной стороны это логично, ведь учителя взаимодействуют с подростками ежедневно и могут заметить тревожные изменения в их поведении. К тому же, сотрудники школы обладают знаниями из области психологии и педагоги, которых нередко нет у родителей. С другой стороны справиться с проблемой силами только образовательной организации невозможно. У учителя нет полномочий, чтобы, например, направить подростка на консультацию к психологу, если сам подросток или его родители с этим не согласны (а нередко так и случается). В некоторых случаях взрослым проще не обращать внимание, надеясь, что ситуация разрешится сама собой.

Меры по налаживанию механизма профилактики принимаются на разных уровнях: на уровне государства, общественных организаций, медицинских учреждений, школы, семьи. Однако эффективность им может обеспечить только скоординированные усилия всех заинтересованных сторон.

В рамках бакалаврской работы нами была разработана и апробирована

программа внеклассных мероприятий, направленных на профилактику суицидального поведения среди подростков. Результаты проведенного научного исследования позволяют сделать следующие выводы:

1. Анализ данных диагностики, проведенной на констатирующем этапе эксперимента, выявил, что у испытуемых учащихся 8 класса отсутствуют признаки суицидального поведения. Вместе с тем, у некоторых обучающихся есть проблемы, являющиеся для них источниками стресса, более половины испытывают чувство тревоги, а 20 % – одиночества. Эти факторы по отдельности не подтверждают суицидальные наклонности учащихся, однако, они могут привести к суицидальному поведению.

2. Разработанная нами программа состоит из пяти внеурочных мероприятий, цель которых – познакомить учащихся с проблемой суицида, показав, что самоубийство не может и не должно считаться выходом из трудной ситуации. Кроме того, часть занятий направлена на то, чтобы помочь учащимся с помощью специально подобранных упражнений укрепить взаимоотношения со сверстниками, научиться лучше понимать и контролировать собственные эмоции.

3. Повторная диагностика показала, что результаты тестов улучшились. Уменьшился процент учащихся, требовавших особого внимания по тесту А. А. Кучера, В. П. Костюкевича. Анализ данных повторного использования опросника Г. Айзенка показал снижение уровня личностной тревожности и фрустрации в группе. Число учащихся, испытывающих чувство одиночества, также уменьшилось.

4. Мы считаем, что разработанная нами программа эффективна и может быть использована при работе с подростками для профилактики суицидального поведения.