

УДК 159.9.07

В статье рассматриваются вопросы психологической подготовки учителей к организации работы по предупреждению и преодолению проблем в поведении несовершеннолетних. Описаны результаты эмпирического исследования представлений студентов педагогического вуза и педагогов учреждений общего среднего образования о специфике профилактики суицидальных рисков у обучающихся.

The article reveals the problem of psychological preparation of teachers for organizing the pedagogical process to prevent and overcome problems in the behavior of minors. The results of an empirical study of the ideas of students of a pedagogical university and teachers of general secondary education institutions about the specifics of the prevention of suicidal risks in students are presented.

ПРОФИЛАКТИКА СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ. КАК ПОМОЧЬ ПОДРОСТКАМ?

Исследование представлений студентов и педагогов
о специфике превенции суицидальных рисков
у несовершеннолетних

С. И. Коптева,

первый проректор
БГПУ им. Максима Танка,
кандидат психологических наук, доцент

М. Ф. Бакунович,

заведующий кафедрой психологического
обеспечения профессиональной деятельности
Института психологии БГПУ им. Максима Танка,
кандидат психологических наук, доцент

С. А. Корзун,

старший преподаватель кафедры
психологического обеспечения профессиональной деятельности
Института психологии БГПУ им. Максима Танка

Современный человек зачастую оказывается перед необходимостью своевременно и быстро адаптироваться к трудным жизненным ситуациям, находить эффективные способы их разрешения. Однако специфика условий жизни, неэффективность стратегий совладания с трудностями, неумение использовать ресурсный потенциал оказывают влияние на увеличение количества травмирующих обстоятельств, что отражается на эмоциональном благополучии и психическом здоровье людей.

Одной из значимых проблем современного общества является аутоагрессивное поведение несовершеннолетних. Суицидальное поведение как наиболее серьезная форма аутоагрессии традиционно была предметом изучения

философов (Н. А. Бердяев, А. Камю, И. Кант, А. Шопенгауэр, Б. Г. Юдин, Д. Юм, К. Ясперс и др.), социологов (Э. Дюркгейм, М. Хальбвакс, Я. И. Гилинский и др.), юристов (А. Ф. Кони), медиков (Ч. Ламброзо, М. Ферри, Н. И. Козлов,

А. Д. Никитин и др.), психиатров (Ж.-Э. Эскироль, А. Г. Амбрумова, С. В. Бородин, Е. М. Вроно, А. Е. Личко, А. Р. Ратинов, Е. Г. Трайнина и др.), педагогов (А. А. Арламов, И. А. Танеев, Ю. Н. Дюндик, Н. М. Кий, Н. Ю. Костюнин, М. И. Рожков и др.), психологов (З. Фрейд, В. Франкл, К. Меннингер, Э. Шнейдман, Е. В. Змановская, Н. В. Конончук, С. А. Игумнов, И. А. Погодин и др.). Авторы психологических и педагогических исследований утверждают, что предупредить суицидальное поведение человека можно, если своевременно распознать и скорректировать суицидогенные факторы, развить у индивида «антисуицидальные» психологические особенности, формировать такие черты характера, которые позволят противостоять сложным обстоятельствам [6].

Детерминанты суицидального поведения подростков

Актуальность вопросов предупреждения суицидального поведения подростков и молодых людей отражают статистические данные. Так, в 2018–2019 гг. при содействии Министерства здравоохранения Республики Беларусь, Детского фонда ООН (ЮНИСЕФ), Представительства ВОЗ в Республике Беларусь и Министерства образования Республики Беларусь было проведено масштабное социологическое исследование, нацеленное на выявление проблем, связанных с психическим здоровьем и суицидальным поведением молодежи в нашей стране. Оно показало, что достаточно большое количество подростков и молодых людей склонны к демонстрации суицидальных мыслей и намерений. В качестве причин были названы чувство одиночества (49,2%), конфликты с родителями (43,4%), отсутствие смысла жизни (36,3%), несчастная любовь (29,9%), неприятности с учебой (26,36%), конфликты со сверстниками (18,9%), потеря близкого человека (17,03%). Эксперты связывают полученные результаты с отсутствием эффективных программ, касающихся обучения и повышения квалификации специалистов в вопросах психического здоровья человека, а также с недостаточным количеством компетентных в этой области работников [7].

В ряде исследований, где анализируются детерминанты суицидального поведения подростков, отмечается, что школьные проблемы могут провоцировать формирование у ребят суицидальных намерений. С точки зрения Н. М. Кий, современная школа должна быть ориентирована на помощь подросткам в осуществлении ими экзистенциального выбора, т. е. выбора жизни против саморазрушения. Создание психолого-педагогических условий для реализации такого выбора возможно, только если педагоги,

психологи и сотрудники всех органов и служб, работающих с подростками, осознают личную ответственность за жизнь ребенка и включатся в психопрофилактическую работу по выявлению, купированию и торможению суицидальной активности несовершеннолетних [4].

Необходимо отметить, что суицидальное поведение подростка обычно является следствием его социально-психологической дезадаптации в условиях переживаемого микросоциального конфликта и выступает как суммативный результат психотравмирующих обстоятельств, а также деструктивных способов реагирования на них. Следовательно, становится возможным диагностировать суицидальный риск по наличию у индивида эмоциональных нарушений, антивитаальных переживаний и конфликта в значимой для него сфере. Осознание учителями ответственности за жизнь ребенка и его психическое здоровье позволит рассматривать психолого-педагогическую профилактику суицидального поведения подростков как превентивную меру. При этом одной из задач, которую необходимо решить, является психологическая подготовка педагогов к организации работы по предупреждению и преодолению проблем в поведении несовершеннолетних. Сегодня в поле зрения учителя оказываются прежде всего интеллект, операциональная успешность, а не ценностные ориентации обучающегося, особенности его самоорганизации, взаимоотношения со сверстниками и взрослыми, эмоции и чувства. В связи с этим ученые подчеркивают отсутствие у многих педагогов необходимых знаний об особенностях подросткового возраста, о факторах, способствующих формированию у ребят асоциального поведения, о специфике развития подростка и его проблемах, сущности профилактической деятельности [1]. Так, результаты исследований, проведенных в Российской Федерации, показали, что 74,6% классных руководителей испытывают определенные трудности при организации профилактической работы с учащимися данной категории. У них недостаточно знаний для выявления ребят, склонных к суицидальному поведению, оказания им психолого-педагогической помощи, они не всегда активно, оперативно и грамотно решают вопросы, касающиеся предупреждения и профилактики такого поведения, с подростками и их родителями [3].



С. И. Коптева

Превенция суицидального поведения подростков: результаты исследования

Как отмечает М. Ю. Григорьевская, решение проблемы подготовки будущих учителей к профилактике суицидального поведения подростков связано с выделением таких критериев психолого-педагогической готовности, как мотивационный (осознание необходимости предупреждения суицидального поведения учащихся, устойчивая мотивация к такой работе), теоретический (владение психологическими знаниями о суицидальном поведении старшеклассников, о содержании, методах, формах работы педагога), практико-диагностический (владение диагностическими методиками выявления причин отклоняющегося поведения у школьников, умение планировать, организовывать, координировать, корректировать воспитательную работу с ними) [3]. В связи с этим необходимо подчеркнуть, что особое значение в процессе подготовки студентов-психологов должно отводиться супервизии как специальному практическому модулю по сопровождению специалистов в кризисной ситуации [2]. При этом целесообразно уделить внимание повышению у будущих учителей уровня психологической компетентности в вопросах профилактики суицидального поведения подростков, оказания первой психолого-педагогической помощи детям, находящимся в кризисной ситуации.

Все сказанное выше определило актуальность проведенного нами **исследования** с целью изучения представлений студентов педагогического вуза и учителей учреждений общего среднего образования о специфике профилактики суицидальных рисков у несовершеннолетних. Респондентами стали студенты 3 курса педагогического университета гуманитарного, физико-математического и естественнонаучного профилей, а также учителя-предметники учреждений общего среднего образования г. Минска в количестве 92 человек (64 студента – 19 юношей и 45 девушек, 28 учителей со стажем от 3 лет и выше – 24 женщины и 4 мужчин). Средний возраст студентов – 20 лет, педагогов – 33 года. В качестве диагностического инструментария использовались авторские анкеты.

Результаты исследования, проведенного среди студентов, показали, что большинство респондентов (79%) отмечают особую актуальность вопроса профилактики суицидального поведения несовершеннолетних для современной школы. В качестве доминирующих факторов, провоцирующих такое поведение, будущие педагоги указывают конфликтные взаимоотношения

с родителями (56%), буллинг (36%) и психологические проблемы подростка (25%). Большинство студентов (51%) отмечают неготовность классных руководителей и учителей-предметников заниматься профилактикой рисков суицидального поведения у несовершеннолетних. При этом, оценивая собственный уровень развития профессиональных компетенций

в данной области, многие студенты (36%) отмечают позицию «ниже среднего». Заслуживают особого внимания ответы, полученные по критерию «компетенции учителя / классного руководителя, направленные на снижение риска суицидальных намерений у несовершеннолетних», которые косвенно могут свидетельствовать как об опыте респондентов, так и об уровне развития у них профессиональных компетенций. Так, в качестве основных профилактических мер респонденты отмечают проведение различного рода бесед с обучающимися (38%) и внимательное отношение к ребятам (22%). Запрос респондентов на возможность приобретения соответствующих знаний и умений подчеркивает важность таких позиций, как «знание алгоритма действий при оказании психологической помощи несовершеннолетнему в кризисной ситуации» (55%), «маркеры суицидального поведения у несовершеннолетних» (41%) и «причины суицидального поведения несовершеннолетних» (14%).

Результаты исследования, проведенного среди учителей учреждений общего среднего образования, также показали, что для большинства респондентов (96%) очень актуальны вопросы профилактики суицидального поведения несовершеннолетних. В качестве доминирующих факторов, провоцирующих такое поведение, педагоги указали следующие: неразделенная любовь (71%), конфликты с родителями (57%) и психологические проблемы подростка, в частности страх не соответствовать ожиданиям окружающих (13%). Большинство респондентов (64%) отмечают частичную готовность классных руководителей и учителей-предметников заниматься вопросами профилактики рисков суицидального поведения у несовершеннолетних. При этом, оценивая собственный уровень развития профессиональных компетенций в данной области, педагоги (61%) отмечают позицию «средний». В качестве основных профилактических



М. Ф. Бакунович



С. А. Корзун

мер учителя определяют оказание психологической поддержки через выстраивание доверительных отношений (36%) и беседы или другие воспитательные мероприятия (18%). Относительно запроса на получение дополнительных знаний и умений большинство педагогов, как и большинство студентов педагогического университета, отметили, что

хотят знать определенный алгоритм действий при оказании психологической помощи несовершеннолетнему в кризисной ситуации (57%), уметь определять маркеры и внешние признаки суицидального поведения у несовершеннолетних (39%).

Таким образом, анализ результатов исследования показал, что в настоящее время как студенты, так и педагоги не готовы строить эффективную работу по профилактике суицидального поведения несовершеннолетних. В связи с этим предлагаем вашему вниманию ряд памяток для учителей, которые помогут в организации работы с подростками.

Памятка для педагогов «Маркеры суицидального риска у несовершеннолетних»

Вербальные маркеры

1. Прямо и явно говорит о смерти: «Я собираюсь покончить с собой», «Я не могу так дальше жить».
2. Косвенно намекает о своем намерении: «Я больше не буду ни для кого проблемой», «Вам больше не придется обо мне волноваться».
3. Много шутит на тему самоубийства.
4. Проявляет нездоровую заинтересованность в вопросах смерти.

Примерные «вербальные ключи», характеризующие суицидальные намерения: «Ненавижу свою жизнь!», «Они пожалеют о том, что сделали», «Не могу больше этого вынести... Надоело... Сколько можно! Сыт по горло!», «Просто жить не хочется... Пожил и хватит!», «Никому я не нужен... Лучше умереть!», «Это выше моих сил...», «Ненавижу всех и все!», «Единственный выход – умереть!», «Больше ты меня не увидишь», «Если больше не увидимся, спасибо за все!».

Поведенческие маркеры

1. Окончательно приводит в порядок дела, мирится с давними врагами.

2. Демонстрирует радикальные перемены в поведении: ест и спит слишком мало или слишком много, становится неряшливым, избегает общения с одноклассниками.
3. Наблюдается резкое снижение успеваемости, безразличие к учебе.
4. Отмечается в течение длительного времени подавленное состояние, пониженный эмоциональный фон, раздражительность.
5. Замыкается в себе.
6. Может быть чрезмерно деятельным или, наоборот, безразличным к окружающему миру.
7. Может ощущать попеременно то внезапную эйфорию, то приступы отчаяния.
8. Проявляет признаки беспомощности, безысходности и отчаяния.

Ситуационные маркеры

1. Социально изолирован (не имеет друзей или имеет только одного друга), чувствует себя отверженным.
2. Перенес тяжелую потерю (смерть кого-то из близких, развод родителей).
3. Ранее предпринимал попытки суицида.
4. Имеет склонность к самоубийству вследствие того, что покончил жизнь самоубийством кто-то из друзей, знакомых или членов семьи.
5. Слишком критически настроен по отношению к себе: заниженная самооценка заметна в поведении и высказываниях.
6. Являлся жертвой насилия (физического, сексуального или эмоционального).
7. Живет в нестабильном окружении (тяжелые потери, серьезный кризис в семье, алкоголизм, наркомания).
8. Проявляет рискованное поведение.

Памятка «Опасные ситуации в жизни несовершеннолетнего, которые могут быть поводом для суицидальных намерений»

1. Отвержение сверстниками, буллинг, кибербуллинг, троллинг.
2. Ссора или острый конфликт со значимыми взрослыми.
3. Несчастливая любовь или разрыв романтических отношений.
4. Объективно тяжелая жизненная ситуация (потеря близкого человека, резкое общественное отвержение, тяжелое заболевание).
5. Личная неудача на фоне высокой значимости и ценности социального успеха.
6. Резкое изменение социального окружения (например, в результате смены места жительства).

7. Нестабільная сямейная сітуацыя (развод родзіцеляў, канфлікты, наяўнасць праблемы залежнасцей, насілле і пр.).

Памятка

«Что нужно делать, чтобы снизить риск суицидального поведения у несовершеннолетних»

1. Поддерживайте диалог с учащимися, оставляйте возможность контакта, чтобы при необходимости они могли обратиться к вам.

2. Помните, что авторитарный стиль взаимодействия неэффективен и даже опасен: чрезмерные запреты, ограничение свободы и наказания могут спровоцировать у подростка ответную агрессию или аутоагрессию.

3. Старайтесь всегда подчеркивать все хорошее и успешное, что присуще учащемуся, но в то же время дайте ему понять, что опыт ошибок и неудач такой же важный, как и опыт достижения успеха. Помогите ребенку найти сферу, где он успешен независимо от отметок.

4. Способствуйте созданию дружеской атмосферы в классе, ориентируйте ребят на совместную деятельность и сотрудничество.

5. Обращайте внимание на ситуации, когда один или несколько учеников становятся объектами для нападков, поговорите с участниками конфликта так, чтобы был услышан каждый, не занимайте чью-либо сторону.

6. Пресекайте ситуации буллинга, троллинга в классном коллективе.

7. Обращайтесь к специалисту, если понимаете, что по каким-то причинам не получается сохранить контакт с отдельными учащимися или классом.

8. Действуйте совместно с администрацией школы, представителями социально-педагогической и психологической службы в случае возникновения кризисной ситуации.

9. Сохраняйте для себя контакты ресурсных центров, специализирующихся на оказании экстренной психологической помощи несовершеннолетним.

Резюме авторов

Выявленные проблемы, касающиеся уровня профессиональной компетентности будущих педагогов и учителей-предметников в вопросах превенции суицидального поведения несовершеннолетних, показали необходимость оптимизации психологической подготовки студентов. Для этого считаем целесообразным разработать и внедрить в образовательный процесс УВО педагогического профиля факультатив, нацеленный на совершенствование у будущих учителей профессионально важных психологических компетенций в области психопрофилактики суицидального поведения подростков.

ЛИТЕРАТУРА

1. **Андрюшина, О. В.** Формирование специальной компетентности учителя в сфере профилактики асоциального поведения подростков: автореф. ... дис. канд. пед. наук: 13.00.08 / О. В. Андрюшина; Самар. гос. пед. ун-т. – Самара, 2006. – 19 с.
2. **Вихристюк, О. В.** Проблемы подготовки педагогов-психологов образовательных организаций в области превенции суицидального поведения подростков и молодежи / О. В. Вихристюк, Л. А. Гаязова, Г. С. Банников // Психология и право. – 2019. – № 3. – С. 18–34.
3. **Григорьевская, М. Ю.** Совершенствование деятельности классных руководителей по предупреждению суицидального поведения старшеклассников: автореф. ... дис. канд. пед. наук: 13.00.01 / М. Ю. Григорьевская; Чуваш. гос. пед. ун-т. – Чебоксары, 2007. – 19 с.
4. **Кий, Н. М.** Педагогическая профилактика суицидального поведения подростков: автореф. ... дис. канд. пед. наук: 13.00.01 / Н. М. Кий; Камчат. гос. пед. ун-т. – Петропавловск-Камчатский, 2005. – 23 с.
5. **Корепанова, Е. В.** Моделирование процесса психологической подготовки студентов – будущих менеджеров педвуза на основе акмеологического подхода / Е. В. Корепанова, М. В. Порфирьева // Современные педагогические технологии в организации образовательного пространства региона: материалы областной научно-практической конференции, 24 апр. 2018 г. – Мичуринск: БИС, 2018. – С. 130–134.
6. **Максименкова, Л. И.** Психолого-педагогическое сопровождение детей и подростков, находящихся в кризисной ситуации / Л. И. Максименкова. – Псков: Псковский государственный университет, 2013. – 400 с.
7. **Пресс-конференция по вопросам психического здоровья подростков и молодежи в Республике Беларусь** [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.unicef.by/en/press-centr/269.html>. – Дата доступа: 01.11.2020.
8. **Канавина, С. С.** Профилактика суицидов среди несовершеннолетних путем повышения стрессоустойчивости: методические рекомендации / С. С. Канавина. – Иркутск: Круг, 2015. – 176 с.