

**Горячая линия для педагогов-психологов образовательных организаций
Смоленской области**

***«Психолого-педагогические технологии в профилактике
суицидального поведения подростков»***

Выступление

*«Роль психолого-педагогической службы образовательной организации
в профилактике детского и подросткового суицида»*

*Фараонова Н.М.,
педагог-психолог СОГБОУ
«Центр диагностики и консультирования»,
председатель бюро ОМО педагогов-психологов
Смоленской области*

Психологический смысл суицида чаще всего заключается в отреагировании аффекта, снятии эмоционального напряжения, ухода от той ситуации, в которой волей неволей он оказывается.

Суицидальное поведение – это следствие социально-психологической дезадаптации личности в условиях переживаемого макросоциального (семейного, внутриличностного, профессионального, любовного и т.п.) конфликта и личностных факторов.

Суицидальное поведение, как и любое другое, социально детерминировано, а значит, условия воспитания ребенка в семье (отсутствие одного из родителей, особенно отца, гиперопека со стороны матери, дистантность отца, психическое насилие со стороны родителей), особенности социализации личности и ближайшее окружение ребенка имеют огромное значение в формировании патологической склонности личности к суициду.

Целью профилактики суицидального поведения в образовательной организации является оптимизация психологического климата, повышение компетентности участников УВП в области профилактики и предупреждение потенциально возможных ситуаций, связанных с суицидальной проблематикой.

Многоплановость проблем, которые требуют решения, предполагает участие в этой деятельности разных специалистов: медиков, инспекторов и др. Однако ведущая роль в решении возникающих вопросов будет принадлежать специалистам психолого-педагогических служб ОО, в частности педагогу-психологу.

Первый уровень – общая профилактика

Цель – повышение уровня психологического климата и групповой сплоченности в школе.

Задачи педагога-психолога на данном этапе:

– Изучение особенностей психолого-педагогического статуса каждого учащегося с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих в психическом состоянии, общении, развитии и обучении.

– Создание системы психолого-педагогической поддержки учащихся разных возрастных групп в воспитательно-образовательном процессе так и в период трудной жизненной ситуации (составление программы или плана работы по профилактике суицидального поведения учащихся).

– Психологическое просвещение среди родителей в первую очередь через выступления на родительских собраниях, лекториях, конференциях, через информирование на сайте школы.

– Привлечение различных государственных органов и общественных объединений для оказания помощи и защиты законных прав и интересов ребенка.

– Формирование позитивного образа Я, уникальности и неповторимости не только собственной личности, но и других людей на различных уроках и занятиях по психологии.

– Привитие существующих в обществе социальных норм поведения, формирование детского милосердия, развитие ценностных отношений в социуме.

Мероприятия: создание общих школьных программ психологического здоровья, здоровой среды в школе, так чтобы дети чувствовали заботу, уют, любовь. Организация внеклассной воспитательной работы. Разработка эффективной модели взаимодействия школы и семьи, а также школы и всего сообщества.

Учащиеся, чувствующие, что учителя к ним справедливы, что у них есть близкие люди в школе, ощущающие себя частью школы, гораздо реже думают или пытаются совершить самоубийство.

Второй уровень – первичная профилактика

Цель – выделение групп суицидального риска; сопровождение детей, подростков и их семей группы риска с целью предупреждения самоубийств.

Задачи педагога-психолога на данном этапе:

– Сопровождение детей и подростков группы риска по суицидальному поведению с целью предупреждения самоубийств: терапия кризисных

состояний, формирование адаптивных копинг-стратегий, способствующих позитивному принятию себя подростками и позволяющих эффективно преодолевать критические ситуации существования.

– Работа с семьей ребенка, попавшего в трудную жизненную ситуацию или испытывающего кризисное состояние.

– Выявление детей, нуждающихся в незамедлительной помощи и защите.

– Работа с семьей ребенка, попавшего в трудную жизненную ситуацию или испытывающего кризисное состояние.

– Оказание экстренной первой помощи, обеспечение безопасности ребенка, снятие стрессового состояния.

Мероприятия:

1. Диагностика суицидального поведения.

2. Индивидуальные и групповые занятия по обучению проблем-разрешающего поведения, поиска социальной поддержки, ее восприятия и оказания, повышению самооценки, развитию адекватного отношения к собственной личности, эмпатии.

3. Классные часы, круглые столы, стендовая информация:

- Изучение теоретических аспектов проблемы с позиции различных наук (философии, физиологии, психологии, социологии, педагогики) и использование информации в работе с педагогами и родителями.

- Повышение осведомленности персонала, родителей и учащихся о признаках возможного суицида, факторах риска и путях действия в этой ситуации.

С педагогами проводится психологическое просвещение в вопросах психологического здоровья самих педагогов, а также дезадаптивного поведения детей и подростков, в том числе суицидального, дается информация о мерах профилактики суицида среди детей и подростков. Родителей знакомим с информацией о причинах, факторах, динамике суицидального поведения, даются рекомендации, как заметить надвигающийся суицид, что делать, если у ребенка замечены признаки суицидального поведения.

С детьми о суициде вести беседы необходимо с позиции их помощи товарищу, который оказался в трудной жизненной ситуации. Известно, что подростки в трудной ситуации чаще всего обращаются за помощью и советом к своим друзьям, чем к взрослым. Именно поэтому подростки должны быть осведомлены о том, что суицид это уход, уход от решения проблемы, от наказания и позора, унижения и отчаяния, разочарования и

утраты, отвергнутости и потери самоуважения... словом, от всего того, что составляет многообразие жизни, пусть и не в самых радужных ее проявлениях. Прежде чем оказать помощь другу, который собирается совершить суицид, важно располагать основной информацией о суициде и о суицидентах. Особенно важно быть в курсе дезинформации о суициде, которая распространяется гораздо быстрее, чем информация достоверная. Дети должны получить достоверную информацию о суициде, которую необходимо знать для оказания эффективной помощи оказавшемуся в беде другу или знакомому.

4. Разработка плана действий в случае самоубийства, в котором должны быть процедуры действия при выявлении учащегося группы риска, действия при угрозе самоубийства и после самоубийства.

Третий уровень – вторичная профилактика

Цель – предотвращение самоубийства.

Задачи педагога-психолога на данном этапе:

– Педагог-психолог может взять на себя роль того, кто мог бы отговорить самоубийцу от последнего шага или выступить в роли консультанта того, кто решился вступить в контакт с учащимся, который грозит покончить жизнь самоубийством, отговорить самоубийцу от последнего шага.

– Психолог входит в состав кризисного штаба по предотвращению самоубийства.

Мероприятия:

1. Оценка риска самоубийства.

Оценка риска самоубийства происходит по схеме: крайняя (учащийся имеет средство совершения самоубийства, выработан четкий план), серьезная (есть план, но нет орудия осуществления) и умеренная (вербализация намерения, но нет плана и орудий).

2. Оповещение соответствующего учреждения психического здоровья (психиатрическая клиника), запрос помощи. Оповещение родителей.

3. Разбор случая со школьным персоналом, который был включен в работу, так чтобы он мог выразить свои чувства, переживания, внести предложения относительно стратегий и плана работы.

Четвертый уровень – третичная профилактика

Цель – снижение последствий и уменьшение вероятности дальнейших случаев, социальная и психологическая реабилитация суицидентов.

Задачи педагога-психолога на данном этапе должны быть определены и требуют проработки. Данная работа – уровень медицинских психологов, психотерапевтов.

Мероприятия:

1.Оповещение, возможность проконсультироваться с психологом, внимание к эмоциональному климату в школе и его изменению.

Задачи педагога-психолога на данном этапе: оказание экстренной первой помощи, снятие стрессового состояния у очевидцев происшествия (дети, подростки, персонал школы).

2.Глубинная психотерапевтическая коррекция, обеспечивающая профилактику образования конфликтно-стрессовых переживаний в дальнейшем.

Никто никогда не даст никаких гарантий, и это естественно, что все будет благополучно в любой школе; но, тем не менее, если удастся поддерживать уровень мероприятий, не доводя его выше уровня первичной профилактики – это важный и ценный показатель качества проводимых мероприятий.

Главное, что вся проделанная профилактическая работа должна быть направлена формирование антисуицидальных факторов.

Антисуицидальные факторы личности – это сформированные положительные жизненные установки, жизненная позиция, комплекс личностных факторов и психологические особенности человека, а также душевные переживания, препятствующие осуществлению суицидальных намерений.

К ним относятся:

- эмоциональная привязанность к родным и близким людям, степень значимости отношений с ними, боязнь причинить им душевную боль;
- выраженное чувство долга, обязательность;
- концентрация внимания на состоянии собственного здоровья, боязнь причинения себе физического ущерба;
- религиозные и социальные табу, связанные с проблемой смерти и самоубийства; боязнь греха самоубийства;
- учет общественного мнения и избегание осуждения со стороны окружающих, представления о позорности самоубийства и неприятие (осуждение) суицидальных моделей поведения;
- наличие актуальных жизненных ценностей, целей;
- проявление интереса к жизни;
- убеждения о неиспользованных жизненных возможностях;

- планирование своего ближайшего будущего и перспектив жизни;
- наличие жизненных, творческих, семейных и других планов, замыслов;
- наличие духовных, нравственных и эстетических критериев в мышлении;
- психологическая гибкость и адаптированность, умение компенсировать негативные личные переживания, использовать методы снятия психической напряженности;
- неуверенность в надёжности выбранного способа самоубийства;
- негативная проекция своего внешнего вида после самоубийства.

Для формирования антисуицидальных установок следует:

- постоянно общаться с ребенком, не оставлять его наедине со своими мыслями;
- вселять уверенность в свои силы и возможности;
- внушать оптимизм и надежду;
- проявлять сочувствие, окружать теплом и пониманием;
- осуществлять контроль за поведением ребенка, анализировать его отношения со сверстниками.

Чем большим количеством антисуицидальных, жизнеутверждающих факторов обладает человек, в частности подросток, чем сильнее его «психологическая защита» и внутренняя уверенность в себе, тем прочнее его антисуицидальный барьер.

Антисуицидальный барьер – комплекс социально-психологических факторов личности, препятствующий формированию суицидальной активности или обесценивающий её значимость как способа разрешения психотравмирующей ситуации.