

Психолого-педагогическое сопровождение и профилактика суицидального поведения подростков

Данилова Ж.Л., Панфиленко З.Н.

Учреждение образования «Витебский государственный университет имени П.М. Машерова»

Данная статья освещает актуальные вопросы психолого-педагогического сопровождения и определения эффективности профилактических мероприятий, направленных на минимизирование факторов, способствующих развитию суицидального риска у подростков с акцентуациями характера. Цель исследования – определение эффективности психолого-педагогического сопровождения и профилактических мероприятий для подростков, склонных к суицидальному риску.

Материал и методы. Для определения эффективности психопрофилактической программы, направленной на минимизирование факторов, способствующих развитию суицидального риска у подростков с акцентуациями характера, нами было организовано исследование, которое проходило в ноябре 2014 – апреле 2015 года с участием 21 подростка в возрасте от 14 до 15 лет, учащихся 8 класса ГУО «Средняя школа № 8 г. Новополоцка».

Результаты и их обсуждение. Исследование заключалось в составлении и осуществлении психолого-педагогического сопровождения, направленного на профилактику суицидального поведения у подростков с акцентуациями характера. Составление программы психопрофилактики суицидального поведения у подростков с акцентуациями характера осуществлялось на основе данных диагностического обследования с учетом индивидуальных особенностей участников.

На основании контент-анализа и интервью мы выявили, что эффективность проведенных занятий с элементами тренинга достаточно высока, однако существует необходимость подбора более эффективных методов воздействия на область неудачного эмоционального опыта для подростков.

Заключение. Определена эффективность психолого-педагогического сопровождения и проведенных профилактических мероприятий для подростков, склонных к суицидальному риску. Комплексность в психолого-педагогическом сопровождении и профилактике показала значительно стойкий и конструктивный результат исследования.

Ключевые слова: суицидальное поведение, факторы риска, акцентуации характера, психолого-педагогическое сопровождение, профилактическая работа.

Psychology and Pedagogical Maintenance and Prevention of Suicide Behavior of Teenagers

Danilova Zh.L., Panfilenko Z.N.

Educational Establishment "Vitebsk State P.M. Masherov University"

This article takes up topical issues of psychology and pedagogical maintenance and determination of efficiency of the preventive actions directed at minimization of factors, promoting development of suicide risk of teenagers with character accentuation. The research objective is determination of efficiency of psychology and pedagogical maintenance and preventive actions for the teenagers inclined to suicide risk.

Material and methods. For determination of the efficiency of the psycho preventive program directed at minimization of the factors promoting development of suicide risk of teenagers with nature accentuation we conducted a research which took place in November, 2014 – April, 2015 with the participation of 21 teenagers aged from 14 up to 15, eighth year pupils Educational Establishment "High school No. 8 of Novopolotsk".

Findings and their discussion. The research consisted in creation and implementation of psychology and pedagogical maintenance directed at prevention of suicide behavior of teenagers with nature accentuation. Creation of the program of psycho prevention of suicide behavior of teenagers with accentuation of nature was performed on the basis of this diagnostic inspection taking into account specific features of participants.

Based on the content analysis and an interview, efficiency of the given classes with elements of training is rather high, however there is a need of finding more effective methods of impact on the area of unsuccessful emotional experience for teenagers.

Conclusion. The conducted research allowed defining efficiency of psychology and pedagogical maintenance and the held preventive events for the teenagers inclined to suicide risk. Complexity in psychology and pedagogical maintenance and prevention defined considerably resistant and real result of the research.

Key words: suicide behavior, risk factors, character accentuation, psychology and pedagogical maintenance, prevention work.

Суицидальное поведение можно отнести к поведенческим нарушениям, а их проявление в подростковом возрасте часто связано с акцентуациями характера. Мы посчитали важным составление и проведение психопрофилактических ме-

роприятий, направленных на предотвращение суицидального поведения в будущем у подростков.

Цель исследования – определение эффективности психолого-педагогического сопровождения и профилактических мероприятий для подростков, склонных к суицидальному риску.

Материал и методы. Для определения эффективности психопрофилактической программы, направленной на минимизирование факторов, способствующих развитию суицидального риска у подростков с акцентуациями характера, нами было организовано исследование, которое проходило в ноябре 2014 – апреле 2015 года с участием 21 подростка в возрасте от 14 до 15 лет, учащихся 8 класса ГУО «Средняя школа № 8 г. Новополоцка». Исследование проводилось в несколько этапов:

1) Первичная обработка полученных диагностических данных и отбор участников профилактических мероприятий. Отбор осуществлялся на основе данных, полученных при помощи методики «Выявление суицидального риска у детей» (А.А. Кучер, В.П. Костюкевич). Участниками стали те подростки, у которых было определено наличие факторов, способствующих развитию суицидальных тенденций [1, с. 32].

2) Составление и осуществление психолого-педагогического сопровождения по профилактике суицидального поведения. Составление программы психопрофилактики суицидального поведения у подростков с акцентуациями характера осуществлялось на основе данных диагностического обследования с учетом индивидуальных особенностей участников и включило в себя: а) две групповые консультации для родителей участников, направленные на распознавание суицидального поведения подростков и правила воспитания акцентуированных личностей; б) одну групповую консультацию для педагогов, направленную на распознавание суицидального поведения подростков, правила взаимодействия и установления контакта с акцентуированными личностями; в) восемь занятий с элементами тренинга, направленных на нормализацию самооценки, формирование навыков принятия себя и своей индивидуальности, помощь в определении и использовании внешних и внутренних ресурсов, определение ценностей и правила постановки жизненных целей, осознание ценности здорового образа жизни; уменьшение интенсивности агрессивных и негативных поведенческих реакций; г) повторную диагностику участников психопрофилактических мероприятий.

Количественный и качественный анализ полученных результатов включал в себя: а) контент-анализ данных, полученных от специального упражнения; б) качественный анализ данных интервью; в) обработка данных с использованием методов математической статистики, а именно G-критерия знаков. Метод нашего исследования применим к результатам, полученным

при помощи методик «Выявление суицидального риска у детей» (А.А. Кучер, В.П. Костюкевич) и «Самооценка психических состояний личности» Г. Айзенка; г) качественный анализ данных, полученных при помощи методики «Исследование самооценки» (Дембо–Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан). По нашему мнению, результаты, полученные с помощью данной методики, нецелесообразно анализировать при помощи статистических методов, так как в случае с самооценкой изменения динамически наблюдались одновременно в обе стороны, то есть для одних сфер – повышались и для других сфер – понижались. Однако статистические методы, такие как T-критерий Уилкоксона и G-критерий знаков не в состоянии учесть подобные факторы, что делает их неэффективными в этой области, так как противоположная направленность в изменениях определяется ими как случайная.

Результаты и их обсуждение. Второй этап исследования заключался в составлении и осуществлении психолого-педагогического сопровождения, направленного на профилактику суицидального поведения у подростков с акцентуациями характера. Эти мероприятия разрабатывались на основании анализа данных, приведенных выше.

Первым психопрофилактическим мероприятием стало групповое консультирование родителей, дети которых составили целевую группу профилактики суицидального поведения. Тема данной консультации: «Суицидальное поведение и акцентуации характера в подростковом возрасте». Целью консультации стало стимулирование у родителей чувства ответственности и долга за проявления поведенческих реакций их детей. В ходе консультации родители знакомились с результатами диагностики. Им была дана информация о видах, причинах и динамике суицидального поведения, об основных формах неправильного воспитания, способствующих усилению или развитию акцентуаций характера. Также им давались общие и частные рекомендации о правилах поведения с подростками, демонстрирующими суицидальную направленность, и правилах воспитания акцентуированного подростка. Кроме того, им были разъяснены причины, цели и меры профилактической программы и предложено дать письменное согласие на участие подростка в профилактических мероприятиях. В результате согласие было получено от 7 из 10 родителей.

Далее были проведены еще две групповые консультации для педагогов, работающих с целевой группой подростков. Консультации имели следующие темы: «Что такое суицидальное пове-

дение, почему оно возникает и как его предотвратить» с целью научить педагогов замечать и различать суицидальное поведение подростков; «Что такое акцентуации характера и как правильно взаимодействовать с акцентуированным подростком» с целью научить педагогов конструктивному взаимодействию с акцентуированными подростками, которое будет способствовать гармоничному развитию последних [2].

В ходе консультаций педагоги информировались о видах, причинах и динамике суицидального поведения и о типах акцентуаций характера, способствующих суицидальной направленности поведения. Давались общие рекомендации о правилах поведения с подростками, демонстрирующими суицидальную направленность, и о правилах взаимодействия с акцентуированными подростками. Кроме того, разъяснялись причины, цели и меры профилактической программы, а также обоснованность и обязательность участия педагогов при проведении профилактических мероприятий.

Данные консультации, по нашему мнению, будут способствовать не только повышению компетенции в указанных областях педагогов и родителей подростков, но и стимулируют у них чувство ответственности за свои действия во время взаимодействия с подростками. А это будет благоприятствовать выполнению полученных рекомендаций и в свою очередь повысит эффективность профилактических мероприятий. Так, например, если родители и педагоги гипертимного подростка будут знать о том, что условия строгой дисциплины будут усиливать у него реакцию эмансипации, в связи с чем он может попасть в асоциальную среду со всеми вытекающими последствиями (и в том числе суицидальная активность). Они будут стараться придерживаться рекомендации о предоставлении разумной самостоятельности подростку, что будет положительно сказываться на поведении и уменьшать в нем риск суицидальной направленности. Помимо консультативных мероприятий в профилактическую программу был включен цикл из 8 занятий с элементами тренинга под названием «Я живу», целями которого стали содействие гармонизации черт характера и формирование положительного отношения к жизни.

Для достижения поставленных целей были выделены следующие задачи: 1) формирование адекватной самооценки; 2) отработка навыков принятия себя и своей индивидуальности; 3) помощь в выявлении и использовании внешних и внутренних ресурсов; 4) осознание ценностей и определение жизненных целей; 5) понимание

ценности здорового образа жизни; 6) содействие уменьшению интенсивности агрессивных и негативных поведенческих реакций.

Кроме общих целей и задач каждое из 8 занятий с элементами тренинга имело частные цели и задачи. Подборка упражнений осуществлялась на основании данных, полученных при помощи диагностического исследования и наблюдения. В ходе выполнения данных мероприятий упражнения могли модифицироваться и заменяться в соответствии с потребностями и способностями группы. Таким образом, мы считаем, что можем контролировать продуктивность мероприятий, учитывая при этом особенности каждого члена группы и группы в целом на протяжении всего цикла занятий.

При подборке упражнений основной упор был сделан на упражнения, способствующие осознанию ответственности за свое здоровье и пагубного влияния вредных привычек; формирование ценности здорового образа жизни; упражнения, направленные на сплоченность и принятие себя и окружающих людей; упражнения, направленные на осознание жизненных ценностей и тренирующие конструктивность в постановке целей. Обоснованностью этого считаем полученные результаты при помощи методики «Выявление суицидального риска у детей» (А.А. Кучер, В.П. Костюкевич), которые показали, что наиболее распространенными причинами, создающими суицидальные риски, являются алкоголь, наркотики, проблема выбора жизненного пути, потеря смысла жизни и отношения с окружающими. На такие факторы, как несчастная любовь и семейные неурядицы, воздействие оказывалось при помощи упражнений, направленных на расширение внешних и внутренних ресурсов, а также данные темы по возможности включались в проведение и обсуждение других упражнений [1, с. 32].

Упражнения, направленные на обучение выражению агрессивных импульсов при помощи безопасных методов, обучение самостоятельно снятию напряжения и расслаблению, обучение поиску положительных сторон в негативных ситуациях, обучение новым, конструктивным формам поведения, были включены в занятия с целью снижения выраженности таких психических состояний, как агрессия, фрустрация, ригидность и тревожность. Следует отметить, что упражнениям подобного рода уделялось меньшее количество времени, чем описанным выше, так как их выраженность среди целевой группы в подавляющем большинстве находится на среднем уровне. Однако те участники, которые демонстрировали высокий уровень данных состояний, более

активно вовлекались в упражнения подобного рода. Работая в области нормализации самооценки и принятия собственной индивидуальности, упражнения, способствующие достижению данной цели, проводились в самом начале цикла, а далее участникам демонстрировалась важность правильного оценивания своей личности с вынесением рекомендаций на протяжении всех занятий. Таким же образом осуществлялось воздействие на осознание важности негативного опыта и поиска положительных сторон жизни [3].

Профилактические мероприятия в виде занятий с элементами тренинга осуществлялись с применением следующих методов: арт-терапия; сказкотерапия; игровая терапия; методы, направленные на развитие социальной перцепции; дискуссия; мозговой штурм. Позиция тренера-исследователя чередовалась от директивной к недирективной. Так, например, правила группы определял сам тренер и напоминал участникам о их соблюдении, в то же время право принимать или не принимать участие в упражнении оставалось за участниками. Также для достижения более быстрого результата в некоторых случаях участники делились на пары или наделялись какими-либо ролями по усмотрению тренера, в других могли сами выбирать себе партнера для упражнения. Кроме того, допускалось проведение упражнений на основании интересов и просьб участников тренинга, не включенных изначально в план занятий. Однако спонтанные упражнения не заменяли плановых, а включались как дополнительные, продлевая время занятия с согласия участников [3].

Для получения информации об эффективности занятий с элементами тренинга использовались методы контент-анализа и интервью об удовлетворенности участников работой. Контент-анализ проводился на основе данных, собранных посредством упражнения «Чемодан в дорогу» на последнем занятии. Инструкция данного упражнения подразумевала написание участниками группы того, что они узнали, чему научились на занятиях и что из приобретенных знаний уже используют. Результаты, полученные при помощи данного упражнения, представлены в таблице.

Индивидуальные единицы счета – упоминание наиболее актуальной темы участниками по результатам первого диагностического исследования. **Единицы счета** – общее количество встречающихся тем. **Единицы счета (%)** – процент от общего числа участников. Анализ полученных данных показал, что все области, на которые оказывалось воздействие, были выделены участниками тренинга прямо либо косвенно, свидетельствуя о том, что цели каждого из занятий достигались. Кроме того, каждый из участников выделял те темы, которые были наиболее актуальны для него по результатам первого диагностического исследования, свидетельствуя, что концентрация внимания на особенностях каждого участника распределялась верно и не препятствовала достижению основной цели. Однако один из участников, выделив актуальные для него темы смысла жизни и отношений с окружающими, не назвал тему любви, причиной чего, по нашему мнению, является его отсутствие на двух тренинговых за-

Таблица – Результативность занятий с элементами тренинга

Единицы контент-анализа	Единицы анализа	Индивидуальные единицы счета	Единицы счета	Единицы счета (%)
Факторы суицидального риска	Алкоголь и наркотики	2 из 2	13	100%
	Потеря смысла жизни, проблема выбора жизненного пути	4 из 4	38	100%
	Отношения с окружающими	4 из 4	29	100%
	Несчастливая любовь	1 из 2	5	57%
Особенности психических состояний	Агрессия	1 из 1	6	85,7%
	Фрустрация	–	12	85,7%
	Тревожность	–	10	100%
	Ригидность	–	6	85,7%
Самооценка	Повышение	1 из 1	2	14%
	Понижение	3 из 4	6	71,5%
Итого	Выделение тех или иных тем	7 из 7	10 из 10	100%

нениях, где активно прорабатывалась тема. Но, помимо этого, данная область не была выделена еще двумя участниками группы. Другой из участников назвал актуальные для него темы зависимостей, агрессии и любви, никак не отметил изменения самооценки в сторону снижения, хотя и не пропустил ни одного занятия. В связи с этим следует подчеркнуть, что данный участник демонстрировал сопротивление в отношении упражнений, направленных на нормализацию самооценки: отказывался от участия в упражнениях; жаловался, что они слишком сложные и неинтересные; провоцировал конфликтные ситуации; принимал закрытые позы. Наиболее эффективной оказалась работа, связанная с проблемами употребления алкоголя, наркотиков, отношений с окружающими, выбора жизненного пути и потери смысла жизни. Данное утверждение подкрепляется тем, что каждый из участников выделил данные области как прямо, так и косвенно в независимости от индивидуальной актуальности. Часто отмечались темы смысла жизни и выбора жизненного пути, за ней – отношений с окружающими, а далее – зависимости [4].

По нашему мнению, такие показатели являются результатом того, что на данные области делался основной упор, так как, во-первых, это наиболее распространенные факторы развития суицидального риска в целевой группе, а во-вторых, мы считаем, что данные факторы способны легко возникать в подростковом возрасте. Так, ощущения бессмысленности существования и отсутствие целей свидетельствуют о переживании кризисного периода в жизни личности, каким и является подростковый возраст. Кроме того, подобные ощущения могут спровоцировать возникновение суицидальных мыслей и подтолкнуть подростка к употреблению алкоголя и наркотиков, что уже само по себе является формой суицидальной активности. Говоря об области отношений с окружающими, отметим важность для этого возраста реакции группирования со сверстниками, неудовлетворенность в данной сфере может вызывать сильные эмоциональные реакции у подростков, крайней точкой которых может стать суицид. Именно поэтому подобным упражнениям уделялось особое внимание, что сказалось на высокой результативности занятий в данных областях. Область, связанную с тревожностью, также отметили все участники группы, однако только косвенные упоминания о ней не превышали двух повторений у одного участника. Учитывая, что в целевой группе не было участников с высоким уровнем тревожности и соответствующим упражнениям уделялось меньшее внимание, результа-

тивность занятий в данной области оказалась достаточно высокой [4].

Относительно тем ригидности, фрустрации и агрессии также можно отметить высокую результативность занятий, хотя выделялись данные темы не всеми участниками. Так, тема агрессии выделялась всегда прямо, но один из участников, выдержанный и спокойный по результатам первого диагностического исследования, вообще не отметил эту область, а другой с такими же результатами выделил одной из первых. По нашему предположению, это может свидетельствовать о том, что в первом случае область разрядки агрессии была не актуальна для участника и поэтому не дала никакого отражения, а во втором случае участнику очень нравилось рисовать (из наблюдений во время занятий), в то время как воздействие на агрессивное поведение осуществлялось посредством арт-терапии, что сделало данные упражнения для него интересными и запоминающимися. Кроме того, примечательно, что все участники отметили, что уже применяют в жизни те или иные знания. Также по окончании последнего занятия проводилось интервью, где каждому участнику предлагалось рассказать о своем отношении как к самим занятиям, так и к личности тренера.

Пятеро из семи участников (71,4%) ответили, что удовлетворены результатами проделанной работы, так как узнали многое, что для них стало полезным. Один из подростков не знает, удовлетворен он или нет, так как не чувствует в себе изменений, но занятия ему понравились. Однако один из участников остался не удовлетворен тем, что, по его мнению, психологу не удалось снизить у него уровень агрессии, в связи с этим предполагаем, что, имея психастенический тип акцентуации характера, данному подростку сложнее других брать на себя ответственность за собственную жизнь. И за время профилактических мероприятий изменить данное положение не удалось в силу того, что полноценной коррекции акцентуаций характера не осуществлялось. Говоря о личности тренера-исследователя, каждый из подростков (100%) высказался положительно, каждый подчеркнул «мудрость» тренера и «серьезное отношение» к участникам, также отмечались теплота, доброта, понимание и чувство юмора. Критику высказал только один из участников гипертимного типа, отметив, что ему хотелось бы получать во время занятий больше свободы и больше подвижных упражнений. Необходимо подчеркнуть, что в ходе проведения занятий позиции тренера сменялись с директивных на недирективные, и наоборот. А упражнения с директивной пози-

цией тренера могли оказаться дискомфортными для подростка с гипертимной акцентуацией характера.

Таким образом, отметим, что на основании контент-анализа и интервью эффективность проведенных занятий с элементами тренинга, в субъективном смысле, достаточно высока, однако в дальнейшем следует разработать более эффективные методы воздействия на область неудачного эмоционального опыта для подростков.

Заключение. В рамках психолого-педагогического сопровождения были осуществлены два диагностических исследования с вынесением частных рекомендаций («до» и «после» профилактических мероприятий), две групповые консультации для педагогов и одна групповая консультация для родителей. Данные консультации способствовали повышению уровня компетенции в областях суицидального поведения и акцентуаций характера педагогов и родителей подростков, стимулировали у них чувство ответственности за свои действия во время взаимодействия с подростками. Это значительно повышает эффективность профилактических мероприятий.

Среди потенциальных участников психолого-педагогического сопровождения находятся подростки с различными типами акцентуаций характера, каждая из которых, кроме одного типа,

имеет определенные риски суицидальной активности. Мы считаем целесообразным проводить психопрофилактику суицидального поведения у подростков с акцентуациями характера, основанную на минимизировании факторов, способствующих развитию суицидальных тенденций с использованием индивидуального подхода и привлечения родителей и педагогов подростков. Кроме того, к профилактическим мерам собственно суицидального поведения мы считаем разумным присоединить и коррекционные элементы, направленные на акцентуации характера. С нашей точки зрения, такая комплексность в психолого-педагогическом сопровождении и профилактике даст значительно стойкий и конструктивный результат.

ЛИТЕРАТУРА

1. Кучер, А.А. Выявление суицидального риска у детей / А.А. Кучер, В.П. Костюкевич // Вестн. психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. – 2001. – № 3. – С. 32–39.
2. Личко, А.Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков / А.Е. Личко. – СПб.: Речь, 2013. – 256 с.
3. Макарычева, Г.И. Тренинг для подростков: профилактика ассоциального поведения / Г.И. Макарычева. – СПб.: Речь, 2007. – 192 с.
4. Панфиленко, З.Н. Факторы проявления суицидального поведения подростков с акцентуациями характера / З.Н. Панфиленко // Психологическая студия: сб. науч. ст. / под ред. С.Л. Богомаза, В.А. Каратерзи. – Витебск: ВГУ имени П.М. Машерова, 2015.

Поступила в редакцию 24.09.2016 г.