

Формы профилактики подростковой суицидальности

Предупреждение побуждений к самоубийству и повторных суицидальных попыток у учащихся относится к одной из важных задач педагогов учреждений образования. Вот некоторые формы профилактики подростково-юношеской суицидальности:

- неукоснительное соблюдение педагогической этики, требований педагогической культуры в повседневной работе;
- освоение хотя бы минимума знаний возрастной психопатологии, а также соответствующих приемов индивидуально-педагогического подхода, лечебной педагогики;
- раннее выявление контингента риска на основе знания его характеристики в целях динамического наблюдения и своевременной психолого-педагогической коррекционной работы;
- активный патронаж семей, в которых проживают учащиеся группы риска, с оказанием консультативной помощи родителям и психолого-педагогической помощи детям;
- неразглашение факторов суицидальных случаев в учреждении образования, где учится суицидент;
- рассмотрение угрозы самоубийства в качестве признака повышенного суицидального риска;
- усиление внимания родителей к порядку хранения лекарственных средств, а также к суицидогенным психологическим факторам;
- рекомендация проведения при необходимости тактичной консультации юноши или девушки с педагогом-психологом, психотерапевтом, психиатром;
- формирование у учащихся таких понятий, как «ценность человеческой жизни», «цели и смысл жизни», а также индивидуальных приемов психологической защиты в сложных жизненных ситуациях.

Для осуществления этого перечня необходимо:

- повышение уровня психологической подготовки педагогов, родителей;
- создание различных внеучебных форм психологической помощи: территориальных психологических консультаций, включающих в свою структуру психиатра, психотерапевта, юриста и других специалистов; телефона доверия для анонимной психологической помощи при кризисных состояниях и др.

Таким образом, для создания системы профилактики суицидов у детей, подростков и юношей необходим комплекс организационно-педагогических мер, который бы на деле обеспечил реализацию провозглашаемых принципов гуманизации в воспитании и образовании.

Основным направлением профилактики самоубийств среди учащихся является просвещение педагогов, родителей и самих учащихся учреждений образования, в результате которого необходимо нацеливать взрослых на внимательное и чуткое отношение к молодежи, а учащихся - на формирование активной жизненной позиции и определение истинных ценностных ориентаций в жизни. Для просвещения педагогов и родителей учащихся могут использоваться такие приемы и формы работы как:

1. Лекции. Например, с такой тематикой, как «Роль семьи в воспитании подрастающего поколения», «Особенности взаимодействия родителей со взрослым ребенком», «Поиск позитивных путей в разрешении конфликтных ситуаций», «Молодежь и безответственное поведение», «Любовь в юношеском возрасте», «Нравственность и духовность в современном мире», «Укрепление психического здоровья и предупреждение факторов риска суицидального поведения» и др. Лекции могут проводить приглашенные специалисты инспектор по делам несовершеннолетних, врач – нарколог, врач-психоневролог и др.

2. Тематические родительские собрания – «Возрастные особенности юношеского возраста», «Царапины души семейного воспитания» с приглашением инспектора по делам несовершеннолетних.

3. Проблемные мастерские для педагогов, родителей и учащихся с примерной тематикой: «Нормы неконфликтного общения», «Пути получения помощи в ситуации дискомфорта учащегося в группе» и др.

4. Круглые столы, консультации, диспуты, дискуссии по различным правовым аспектам, вопросам воспитания и взаимодействия родителей с детьми, педагогов с учащимися и др.

Примерные профилактические мероприятия с учащимися

1. **Акции.** Например, «Я выбираю жизнь» и др.
2. **Литературно музыкальные гостиные.** Например, «Есть целый мир в душе моей» и т.д.
3. **Воспитательные часы,** которые могут проходить в интерактивной форме такие, как «Поиск позитивных путей разрешения конфликтных ситуаций», «Любовь и гендерные взаимоотношения в юношеском возрасте», «Экстремальная ситуация. Как себя вести?» и др.
4. **Лекции,** которые могут проводить, как специалисты СППС учреждения образования, так и другие специалисты ИДН, врач-нарколог, гинеколог и др.
5. **Конкурсы сочинений,** например, о смысле жизни по таким темам: «Несколько слов о поиске смысла жизни», «Классики литературы о смысле жизни» и др.
6. **Конкурсы стенгазет по вопросам здорового образа жизни,** психического здоровья и т.д.
7. **Семейные спартакиады** – «Я и моя семья».
8. **Диспуты или диспуты-практикумы.** Например, «Пять первых шагов самоусовершенствования». Готовясь высказать самостоятельное мнение, учащиеся лучше уясняют и усваивают нравственные принципы.
9. **Дискуссии:** «Курение – за и против», «Роль отца в воспитании детей», «Кто главный в семье?», «В чем сила слабого и сильного пола» и др.

Дискуссия – разновидность диалога, целенаправленный, упорядоченный обмен идеями, мнениями всех участников обсуждения проблемы ради поиска смысла, истины. Одним из важнейших отличительных признаков дискуссии является самоорганизация участников, т.е. способность присутствующих доброжелательно выстраивать взаимные отношения как взаимодействие для углубленного и разностороннего обсуждения проблем.

В настоящее время используются разнообразные формы дискуссии:

10. **Круглые столы,** например, со следующей тематикой: «Ответственное поведение – мой выбор!», «Молодежь против суицида», «Одиночество – проблема современности», «Я в этом мире не один», «Я против наркотиков», и т.д.

Круглый стол – участники (5-7 человек) располагаются в центре аудитории и высказывают суждения по рассматриваемой проблеме. За пределами круга могут находиться слушатели, задающие вопросы и способные повлиять на ход рассмотрения вопросов.

«Заседание экспертной группы» – работа в одной аудитории нескольких групп экспертов, проблема обсуждается в группе, а далее члены экспертных групп кратко выступают перед всей аудиторией.

«Симпозиум» – участники выступают с заранее подготовленными сообщениями, отражающими их точку зрения по данной проблеме, и отвечают на вопросы аудитории.

«Дебаты» – форма обсуждения заявленной проблемы предусматривает точно фиксированные во времени выступления утверждающей и оппонировающей сторон, чередующиеся с вопросами и комментариями поочередно от каждой группы.

«Судебное заседание» – участники распределяют обязанности членов судебного слушания и, выполняя ролевые предписания, рассматривают предложенную проблему.

Особая роль в дискуссии принадлежит ведущему педагогу, который непосредственно и опосредованно задает тон в обсуждении проблем. Для проведения полноценной дискуссии необходимо владеть следующими приемами: - *приемы введения в дискуссию:* стимулирующие вопросы типа «как?», «почему?» и т.п.; изложение проблемы; включение ролевой игры; показ фильма; прослушивание записи; использование текущих новостей и т.п.;

- *приемы регулирования хода дискуссии:* побуждение участников к углублению мысли; краткий пересказ-пояснение слов участника дискуссии; выдерживание паузы; фокусирование внимания участников на обсуждаемой проблеме и т.п.;

- *приемы подведения итогов обсуждения:* резюмирование сказанного по обсуждаемой проблеме; формулирование выводов; анализ хода обсуждения проблемы; организация рефлексии и т.п.

11. **Философские столы,** например, «Что нужно для полного счастья?», «Поиск смысла жизни...» и др. **«Философский стол»** наиболее оптимальная форма проведения дискуссионного воспитательного часа. Это довольно сложная форма работы. Она требует достаточно высокого уровня психолого-педагогической подготовки педагога. В учреждении образования при использовании такой формы проведения воспитательного мероприятия кураторы или мастера учебных групп активно

взаимодействуют со специалистами государственных и общественных организаций, служителями церкви. Открытое обсуждение вопросов проходит в атмосфере уважения к каждому мнению и суждению.

12. Конференции. Например, «Наше духовное богатство» и др.

13. Кинолектории, презентации, например на тему «Нравственные ценности», «Ранние роды», «Мат - не наш формат» и др.

14. Вечера встреч – «Экология души» или с приглашением гостей, например, ветеранов войны, писателей и др.

15. Концертные и юмористические шоу-программы – «С улыбкой по жизни», «Я люблю тебя жизнь» и др.

16. КВНы - «Какой характер – такая жизнь. Какая жизнь – такое и здоровье».

17. Консультации педагога социального по различным правовым аспектам.

С целью профилактики суицидов и суицидального поведения в своей работе педагоги социальные могут использовать личностно-ориентированные технологии, к которым относится игра. Игровая технология имеет принципиальное значение в развитии личности, поскольку она целостно охватывает весь спектр деятельности, в котором формирующийся человек **самореализуется как личность, насыщает его жизнь всевозможными способами реализации высших психических функций, норм, ценностей.** Это способ группового диалогического исследования возможной действительности в контексте личностных интересов.

В процессе реализации игровой технологии необходимо опираться на следующие принципы: добровольность участия, развитие игровой динамики, поддержание благоприятной психологической атмосферы, взаимосвязь игровой и неигровой деятельности и др.

К игровым технологиям, наиболее эффективно развивающим ценностную сферу личности, относятся такие, как ситуационные, ролевые, деловые, имитационные, интерактивные и т.д. *Ситуационная игра* в качестве ключевого элемента имеет ситуацию – конкретный эпизод, модель деятельности в профессиональной сфере, реальные события и т.д. – которая преподносится в различных вариантах: случай из практики, видеозапись, анализ принятого в конкретной ситуации решения и т.д.

Алгоритм ситуационной игры может быть представлен следующим образом: создание игровых коллективов (микрогруппы по 5-7 человек) – предъявление конкретной ситуации – обсуждение ситуации в группах – выработка коллективного решения – обсуждение вариантов решения – выявление оптимального варианта – определение победителей. Решением вопросов взаимодействия между микрогруппами занимается созданный в группе «центр».

Ролевая игра предполагает наличие разнообразных ролей и многочисленных ходов. Ролевые игры (прежде всего с эмоциональной рефлексией и элементами драматизации) являются мощным инструментом при осмыслении культурного опыта и формировании национальных и общечеловеческих ценностных ориентаций. Особенно рельефно выделяется линия достижения результата при наличии конструктивной опоры в игре – преодоление препятствий в достижении игровых целей, корректировке ведущим силы переживания в игре, включение юмора и оптимизма в игровое пространство, свободе решения игровых проблем.

Деловые игры – это уникальный вариант сочетания ситуационной и ролевой игры, предусматривающий много комбинаций решения поставленной профессиональной проблемы.

Имитационные игры – это своего рода инструмент, структура для хранения, передачи и извлечения смыслов, поскольку в процессе игрового освоения отношений открываются новые, часто неожиданные смысловые связи, распознать которые, перебирая варианты восприятия, - основная задача участников. Для многих участников игра выступает как имитация реальных ситуаций на эмоциональном уровне, позволяющая развить контакт с окружением.

Имитационные игры могут быть ручными (настольные игры), моделирующими реальную деятельность (проективными), а также игры с компьютерной поддержкой.

Искусство проведения имитационной игры включает разворачивание максимального разнообразия содержащихся в ней смыслов. Особое значение имеет послеигровое обсуждение – в эти 10-15 минут происходит момент истины, осознание ценностей, наступает озарение, стремительно являются смыслы событий, происходит их выбор и понимание.

Интерактивные игры – организационно-обучающие, организационно-деятельностные, организационно-мыслительные и др., которые готовятся и проводятся специально подготовленной командой организаторов (игротехников).

Таким образом, следует отметить приоритетное положение личностно ориентированных, диалоговых, коммуникативных, рефлексивных технологий для развития ценностных ориентаций личности. Самая значимая роль принадлежит рефлексивным элементам технологий, позволяющим оценить свой потенциал, ранжировать жизненные позиции, углубить процессы осмысления ценностной парадигмы.

Главным показателем эффективности деятельности по формированию ценностей, а через них и личности учащегося можно считать *«личностный рост»* (10). Целесообразно сравнивать учащихся не друг с другом, а с самим собой, подчеркивая тем самым позитивные или негативные изменения, произошедшие в нем за тот или иной промежуток времени. Оценивать нужно поступки, взгляды, но не самого человека.

Оценивая результаты воспитания через категорию личностного роста, мы подчеркиваем значимость позитивной динамики развития личности (т.е. развития ценностного отношения к людям, Отечеству, труду и т.д.), а не соответствия ее какому-либо эталону, стандарту, норме (быть непременно гуманистом, патриотом, творцом и т.д.). Но для полноценного описания личностного роста учащегося недостаточно одной лишь характеристики его ценностных отношений, необходима также оценка *устойчивости* данных отношений, определение ее *динамики*. С этой целью предлагаются диагностические методики, которые проводит педагог-психолог. Например, **опросник «Диагностика личностного роста обучающихся колледжа»** (П.В. Степанов, Д.В. Григорьев, И.В. Кулешова). Целесообразно проводить опрос либо 2 раза в учебный год (в начале и в конце), либо каждый год – на каждом курсе, что позволяет проследить, какие изменения произошли в развитии учащихся на протяжении нескольких лет.

С целью работы по профилактике суицидов и суицидального поведения педагог-психолог кроме уже перечисленных форм и приемов может использовать еще и такие, как

1. **«Брейнсторминг» или «мозговая атака»** - метод, который получил широкое применение при проведении воспитательных часов по нравственно-правовой тематике. Чем многообразнее формы и ярче проведение мероприятия, тем легче достигается цель, и решаются поставленные задачи. «Беседы за круглым столом», «Открытый микрофон», «Дискуссионные качели», «Гостиные», правовые лектории отличаются проблемностью тематики, способом подачи информации и организации обмена мнениями.

2. Большую роль по профилактике суицидов и суицидального поведения учащейся молодежи оказывают:

- **экскурсии** по историческим местам, в музеи этнографии, художественные музеи городов способствуют формированию представлений учащихся о лучших качествах белорусского народа: трудолюбии, щедрости, по-настоящему влюбленности в свою родную землю, уважении к другим людям, гостеприимстве, развитом чувстве гуманизма;

- **факультативы или специальные курсы** по изучению нравственно-правовых корней, основ общения, этикета.