

Для веселия планета наша мало оборудована.
Надо вырвать радость у грядущих дней.
В этой жизни помереть не трудно.
Сделать жизнь значительно трудней.

В. Маяковский
(«Сергею Есенину»)

Введение

Комитет по охране прав детей Министерства образования и науки Республики Казахстан обращает наше внимание на участвовавшие в республике случаи суицида и суицидального поведения детей и подростков. По итогам 2008 года в республике было зарегистрировано 554 случая и попыток к совершению суицида среди несовершеннолетних, с начала 2009 года произошло 12 случаев и попыток к совершению суицида, по Акмолинской области-7.

Анализ данных показывает, что основными причинами суицидального поведения детей являются:

- сложные взаимоотношения и конфликты с педагогами,
- социально-психологическое состояние,
- межличностные отношения,
- неблагоприятные семейно-общественные условия жизни детей,
- отсутствие поддержки в морально-духовном росте и понимания проблем ребенка со стороны родителей.

Серьезную обеспокоенность сегодня вызывает снижение возрастной границы среди детей, совершающих самоубийство.

В этой связи областной ИПК и ПРО считает необходимым проведение работы по обеспечению педагогических коллективов общеобразовательных школ методическими рекомендациями по организации работы с учащимися, склонными к суицидальным действиям.

1. Психологические особенности суицидального поведения

Проблема суицидального поведения традиционно привлекает внимание общества и исследователей. В общественном сознании самоубийство принадлежит к тем сложным явлениям жизни, к которым испытывают двойственное отношение. С одной стороны, человек, покончивший с собой, вызывает жалость и сострадание. С другой - сам факт суицида осуждается как грех, и даже преступление. Близкие часто хотят скрыть этот страшный факт. Как отмечает Н. Бердяев, «можно сочувствовать самоубийце, но нельзя сочувствовать самоубийству».

Суицид - психологическое явление и, чтобы понять его, нужно понять душевное состояние человека, который решил покончить с собой. Самоубийство совершается в особую, исключительную минуту жизни, когда черные волны заливают душу и теряется всякий луч надежды.

Суицид - исключительно человеческий акт. Люди, совершающие суицид, обычно страдают от сильной душевной боли и находятся в состоянии стресса, а также чувствуют невозможность справиться со своими проблемами. Они часто страдают психическими болезнями, эмоциональными нарушениями, особенно депрессией, и смотрят в будущее без надежды.

Психология самоубийства есть, прежде всего, психология безнадежности. Когда есть надежда, можно перенести самые страшные испытания и мучения, потеря надежды склоняет к самоубийству. В жизни человека есть опасные периоды, когда над ним сгущается тьма. Если человеку удастся вырваться из нее, то он спасен. Вот почему в иные минуты так важны бывают понимание и помощь. Может спасти сказанное слово или даже взгляд, дающий почувствовать, что человек этот не один на белом свете, который стал для него черным. Психология самоубийства есть психология замыкания человека в самом себе, в своей собственной тьме.

Причин самоубийств множество. Люди убивают себя из-за несчастной любви, от сильной страсти или не сложившейся семейной жизни; убивают от бессилия и позора, бесчестия; от потери состояния и нужды; убивают, чтобы избежать измены и предательства; от безнадежной болезни и страха, мучительных страданий. Самоубийство может быть от совершенного бессилия и от избытка сил. Его психология так странна, что бывали случаи, когда люди убивали себя от страха заразиться холерой. В этом случае они хотели прекратить невыносимое чувство страха, которое страшнее смерти. Самоубийство может совершиться и по мотивам эстетическим, из желания умереть красиво, умереть молодым, вызвать к себе особую симпатию.

Самоубийца — человек, потерявший веру, надежду, впавший в грех уныния и отчаяния, он думает о себе и не думает о ближних. Правда, бывали случаи, когда человек решается уйти из жизни, чтобы не быть в тягость своим ближним. Это — особый случай самоубийства, не основанный на эгоизме, он вызывается безнадежной болезнью, совершенной немощью или потерей способности к труду. Некоторые люди уходили из жизни, чтобы дать место другим, даже своим соперникам. Однако в любом случае это было трагедией для близких.

Иногда самоубийство может производить впечатление силы. Нелегко покончить с собой, нужна безумная решительность. Но в действительности самоубийство не есть проявление силы человеческой личности, оно совершается нечеловеческой силой, которая за человека совершает этот чудовищный поступок. Верующие считают, что самоубийство есть малодушие, отказ проявить духовную силу и выдержать испытание, это измена жизни и ее Творцу. Психология самоубийства есть психология обиды, обиды на жизнь, на других людей, на весь мир.

Люди аскетического типа, напряженной духовной жизни, обращенные к Богу, никогда не кончают жизнь самоубийством.

Самоубийца считает себя единственным хозяином своей жизни и своей смерти, он не хочет знать Того, Кто создал жизнь и от Кого зависит смерть. Но

это ложное и поверхностное суждение. Моя жизнь есть не только моя, на которую я имею абсолютное право собственности. Она также есть жизнь моих близких, друзей, моего народа, общества, наконец, всего мира, частичкой которого я являюсь.

Можно условно выделить три основные концепции суицидального поведения:

- психопатологическая,
- психологическая,
- социальная.

Психопатологическая концепция исходит из предположения, что все самоубийцы - это душевно больные люди, а все суицидальные действия — проявления острых и хронических психических расстройств. Сторонниками этой концепции были такие видные отечественные психиатры, как Н.П. Бруханский, В.К. Хорошко и др.

Согласно *психологической концепции*, ведущим и основным в формировании суицидальных тенденций является психологический фактор.

Зигмунд Фрейд рассматривал самоубийства как проявление инстинкта смерти, который может проявиться в агрессии против других и как частный случай - в агрессии против самого себя. Распространены также толкования суицида как трансформированного любовного влечения, когда лица, совершающие самоубийства, надеются, что после смерти воссоединятся с любимым человеком или умершими родственниками, либо уповают на то, что, умерев, они обретут ту любовь и сочувствие, на которые тщетно надеялись при жизни, либо стремление снять напряжение, вызванное кризисным состоянием.

Экзистенциалисты считают, что основная причина самоубийства — «экзистенциальный вакуум» - утрата смысла жизни.

Поведенческая теория исходит из понятия «рефлекса цели» (Павлов 1952). И.П. Павлов писал: «Рефлекс цели имеет огромное жизненное значение, он есть основная форма жизненной энергии каждого из нас, ... жизнь перестает призывать к себе, как только исчезает цель, поэтому мы читаем весьма часто в записках, оставляемых самоубийцами, что они прекращают жизнь потому, что она бессельна».

Основоположник *социальной концепции* Эмиль Дюркгейм считал, что самоубийство во всех случаях может быть понято лишь с точки зрения взаимоотношений индивидуума с социальной средой, причем социальный фактор играет ведущую роль.

Современные ученые не отрицают того факта, что социальные факторы занимают видное место среди причин суицидального поведения, но объяснение проблемы самоубийств лишь с точки зрения влияния на человека социальной среды считают односторонним. Главный недостаток этой концепции - недооценка роли личности во взаимоотношениях с социальной средой.

Профессор А.Г. Абрумова предложила концепцию суицидального поведения, согласно которой суицидальное поведение есть следствие

социально-психологической дезадаптации личности в условиях переживаемого ею микросоциального конфликта.

Подростковый суицид. По данным Всемирной организации здоровья, в 1983г. в мире покончили жизнь самоубийством более 500тыс. человек, а 15 лет спустя - уже 820 тыс. человек, из них 20% приходится на подростковый и юношеский возраст

За последние 15 лет число самоубийств в возрастной группе от 15 до 24 лет увеличилось в 2 раза и в силу ряда причин смертность во многих экономически развитых странах стоит за 2-3 местах.

Покушающиеся на свою жизнь, как правило, дети из неблагополучных семей. В таких семьях часто происходят конфликты между родителями, а также родителями и детьми с применением насилия; родители относятся к детям недоброжелательно и даже враждебно. Способствовать принятию решения покончить с собой могут экономические проблемы в семье, ранняя потеря родителей или утрата с ними взаимопонимания, болезнь матери, уход из семьи отца

Причиной покушения на самоубийство может быть депрессия, вызванная потерей объекта любви, сопровождаться печалью, подавленностью, потерей интереса к жизни и присутствием мотивации к решению насущных жизненных задач. Иногда депрессия может и не проявляться столь явно: подросток старается скрыть ее за повышенной активностью, чрезмерным вниманием к мелочам или вызывающим поведением — правонарушениями, употреблением наркотиков, беспорядочными сексуальными связями.

Риск самоубийства более высок среди тех, кто пристрастился к наркотикам или алкоголю. Под их влиянием повышается вероятность внезапных импульсов. Бывает и так, что смерть от передозировки является преднамеренной.

Исследование, проведенное среди учащихся восьмых и девярых классов, показало, что подростки, ведущие сексуальную жизнь и употребление алкоголя, подвергаются большему риску самоубийства, чем те, кто от этого воздерживаются.

Для многих склонных к самоубийству подростков характерны высокая внушаемость и стремление к подражанию. Фактор внушаемости был выявлен в результате небезызвестных «эпидемий самоубийств» среди подростков. Жители г.Клер-Лейк-Сити (штат Техас) были шокированы волной самоубийств (шесть юношей покончили с собой в течение двух месяцев). В другом техасском городе Пиано произошло восемь самоубийств, после того, как себя задушил один учащийся средней школы. Жители богатых округов к северу от Нью-Йорка были потрясены цепочкой из двенадцати самоубийств. Когда случается одно самоубийство, оно становится сигналом к действию для других предрасположенных к этому подростков. Небольшие группы ребят даже объединялись с целью создания некой субкультуры самоубийств. Потенциальные самоубийцы часто имеют покончивших с собой родственников или предков.

Суицид может быть непосредственным результатом душевной болезни. Некоторые подростки страдают галлюцинациями, когда чей-то голос приказывает им покончить с собой. Причиной самоубийства может быть чувство вины и (или) страха или враждебности. Подростки могут тяжело переживать неудачи в личных отношениях. Девушкам может показаться, что они беременны. Попытка самоубийства - это крик о помощи, обусловленный желанием привлечь внимание к своей беде или вызвать сочувствие у окружающих. Поднимая на себя руку, ребенок прибегает к последнему аргументу в споре с родителями. Он нередко представляет себе смерть как некое временное состояние: он очнется и снова будет жить. Совершенно искренне желая умереть в невыносимой для него ситуации, он действительно хочет лишь наладить отношения с окружающими. Здесь нет попытки шантажа, но есть наивная вера: пусть хотя бы его смерть образумит родителей, тогда закончатся все беды, и они снова заживут в мире и согласии.

Восьмилетний мальчик, который пытался повеситься на собственных колготках, но вовремя был вынут из петли, рассказывал, что решил умереть потому, что не было никакой другой возможности убедить родителей не отправлять его в детский дом. Родители, впрочем, этого делать не собирались: его просто пугали - очень уж часто на него жаловались в школе. «Понимаете, - говорил мальчик, - иначе на них подействовать было невозможно. Я уж и прощения просил, и ревел, и ругался, и скандалил, — не слышат, и все. В детский дом, говорят, сдадим — будешь знать». — «И ты решил умереть? А что это такое, по-твоему, - умереть? Что потом будет?» — «Ну, если я умру, мама тогда уже точно поймет, что в детский дом меня сдавать нельзя, и все будет хорошо». - «Когда?» — «Когда смерть кончится». По счастью, его из петли вынуть успели.

Что же происходит с родителями, если собственный ребенок не может их дозваться? Отчего они так глухи, что сыну пришлось лезть в петлю, чтобы был услышан его крик о помощи?

Сознание собственной правоты и непогрешимости делает родителей поразительно нетерпимыми, неспособными без оценок, без осуждения и поучения просто любить и поддерживать ребенка. Упрекая его, родители произносят порой слова настолько злобные и оскорбительные, что ими поистине можно убить. Они при этом не думают, что своим безобразным криком буквально толкают его на опасный для жизни поступок.

Пятнадцатилетняя девочка после ожога пищевода (она выпила бутылку ацетона во время скандала с матерью) рассказывала: «Я была готова на все, лишь бы заставить ее замолчать, я даже выговорить не могу, как она меня обзывала». Девочка не собиралась умирать. А годы скитания по хирургическим отделениям, тяжелые операции и погубленное на всю жизнь здоровье - это цена неумения и нежелания матери держать себя в руках, когда ей показалось, что дочка слишком ярко нарядилась.

Родителям следует помнить: если скандал уже разгорелся, нужно остановиться, заставить себя замолчать, сознавая свою правоту. В состоянии

аффекта подросток крайне импульсивен и агрессивен. Любой попавший под руку острый предмет, лекарство в вашей аптечке, подоконник в вашей квартире - все станет реально опасным, угрожающим его жизни.

Если человек серьезно задумал совершить самоубийство, то обычно об этом нетрудно догадаться по ряду характерных признаков, которые можно разделить на 3 группы: *словесные, поведенческие и ситуационные*.

Словесные признаки

Человек, готовящийся совершить самоубийство, часто говорит о своем душевном состоянии. Он или она могут:

1. Прямо и явно говорит о смерти: «Я собираюсь покончить с собой»; «Я не могу так дальше жить».
2. Косвенно намекать о своем намерении: «Я больше не буду ни для кого проблемой»; «Тебе больше не придется обо мне волноваться».
3. Много шутить на тему самоубийства.
4. Проявлять нездоровую заинтересованность вопросами смерти.

Поведенческие признаки

1. Раздавать другим вещи, имеющие большую личную значимость, окончательно приводить в порядок дела, мириться с давними врагами.
2. Демонстрировать радикальные перемены в поведении, такие, как:
в еде - есть слишком мало или слишком много;
во сне - спать слишком мало или слишком много;
во внешнем виде — стать неряшливым;
в школьных привычках — пропускать занятия, не выполнять домашние задания, избегать общения с одноклассниками; проявлять раздражительность, угрюмость; находиться в подавленном настроении;
замкнуться от семьи и друзей;
быть чрезмерно деятельным или, наоборот, безразличным к окружающему миру; ощущать попеременно то внезапную эйфорию, то приступы отчаяния.
3. Проявлять признаки беспомощности, безнадежности и отчаяния.

Ситуационные признаки

Человек может решиться на самоубийство, если:

- Социально изолирован (не имеет друзей или имеет только одного друга), чувствует себя отверженным.
- Живет в нестабильном окружении (серьезный кризис в семье — в отношениях с родителями или родителей друг с другом; алкоголизм — личная или семейная проблема);
- Ощущает себя жертвой насилия - физического сексуального или эмоционального.
- Предпринимал раньше попытки суицида.
- Имеет склонность к самоубийству вследствие того, что оно совершалось кое-то из друзей, знакомых или членов семьи.
- Перенес тяжелую потерю (смерть кого-то из близких, развод родителей).
- Слишком критично настроен по отношению к себе.

Если замечена склонность школьника к самоубийству, следующие советы помогут изменить ситуацию.

1. Внимательно выслушайте решившегося на самоубийство подростка. В состоянии душевного кризиса любому из нас прежде всего необходим кто-нибудь, кто готов нас выслушать. Приложите все усилия, чтобы понять проблему, скрытую за словами.
2. Оцените серьезность намерений и чувств ребенка. Если он или она уже имеют конкретный план самоубийства, ситуация острая, чем если эти планы расплывчаты и неопределенны.
3. Оцените глубину эмоционального кризиса. Подросток может испытывать серьезные трудности, но при этом не помышлять о самоубийстве. Часто человек, недавно находившийся в состоянии депрессии, вдруг начинает бурную, неустанную деятельность. Такое поведение может служить основанием для тревоги.
4. Внимательно отнеситесь ко всем, даже самым незначительным обидам и жалобам. Не пренебрегайте ничем из сказанного. Он или она могут и не давать волю чувствам, скрывая свои проблемы, но в то же время находиться в состоянии глубокой депрессии.
5. Не бойтесь прямо спросить, не думают ли он или она о самоубийстве. Опыт показывает, что такой вопрос редко приносит вред. Часто подросток бывает рад возможности открыто высказать свои проблемы.

Следующие вопросы и замечания помогут завести разговор о самоубийстве и определить степень риска в данной ситуации:

- Похоже, у тебя что-то стряслось. Что тебя мучает? (Так можно завязать разговор о проблемах подростка).

Утверждения о том, что кризис уже миновал, не должны ввести вас в заблуждение. Часто ребенок может почувствовать облегчение после разговора о самоубийстве, но вскоре опять вернется к тем же мыслям. Поэтому так важно не оставлять его в одиночестве даже после успешного разговора. Поддерживайте его и будьте настойчивы. Человеку в состоянии душевного кризиса нужны строгие утвердительные указания. Осознание вашей компетентности, заинтересованности в его судьбе и готовности помочь дадут ему эмоциональную опору. Убедите его в том, что он сделал верный шаг, приняв вашу помощь. Оцените его внутренние резервы. Если человек сохранил способность анализировать и воспринимать советы окружающих, ему будет легче вернуть душевные силы и стабильность. Следует принять во внимание и другие возможные источники помощи: друзей, семью, врачей, священников, к которым можно обратиться. Попытайтесь убедить подростка обратиться к специалистам (психолог, врач). В противном случае обратитесь к ним сами, чтобы вместе разработать стратегию помощи.

Причины и мотивы суицида у подростков.

Одной из главных причин суицидального поведения называют школьные конфликты. В состоянии аффекта подросток крайне импульсивен и агрессивен,

зачастую он может принять сиюминутное решение как выход из конфликтной ситуации.

Педагоги часто считают, что у всех учеников к подростковому возрасту выработан защитный рефлекс неприятия учительских назиданий.

Всегда ли прав учитель?

Публикации в Российских и Казахстанских СМИ заставляют задуматься.

В статье «Прости меня, мама!» газеты «Экспресс К» (30.03.04г.) описаны две школьные истории, произошедшие в Карагандинской области.

Страшные истории о детях, не желающих огорчать мам своими двойками и переживаниями. Явно что-то не ладится в отношениях «педагог и ученик», если дети предпочитают лучше умереть, чем идти на урок.

Случается это, по-видимому, от того, что дети попадают в двойные «тиски». С одной стороны, учитель требует от ребенка успеваемости и хорошего поведения, любой ценой, с другой - родители создают у детей установку «не огорчать» взрослых, чем формируют чувство вины и собственных детей, если те вдруг все-таки возьмут и «огорчат».

Не с каждым учителем ребенок хочет делиться своими проблемами. У нас в школе есть педагоги, которые работают с личностью ребенка, тактично и кропотливо, используя метод убеждения, ситуацию успеха и т.д. Немало в нашей школьной жизни бывает случаев, когда педагог просто обязан извиниться перед ребенком, не говоря уже о том, что мы все стоим на защите прав ребенка. Не стесняйтесь, попросите извинения, ребенок поймет Вас.

Но простить учителю насмешки, оскорбления, он не сможет. Да и с чувством юмора надо обращаться в общении с подростком поосторожнее.

Сегодня школа должна стать для ребенка местом социальной и психологической стабильности.

Плохие отношения со сверстниками (особенно противоположного пола) тоже являются весьма серьезным фактором суицидального поведения подростков. Одним из объяснений важности этих отношений служит чрезмерная зависимость, возникающая обычно в качестве компенсации плохих отношений со своими родителями.

Бывает, что отношения с подругой или другом становятся столь значимыми и эмоционально необходимыми, что любое охлаждение привязанности, а тем более измена, уход к другому воспринимаются либо как унижение собственного достоинства, либо как невосполнимая утрата, лишаящая жизнь смысла.

В кризисной ситуации не каждый подросток будет дезадаптирован и не каждый выберет в качестве выхода из нее самоубийство. Необходимо учитывать особенности личности, черты характера, которые создают предпосылки для социально-психологической дезадаптации личности. Характерными особенностями суицидентов являются эмоциональная неустойчивость, повышенная внушаемость, импульсивность.

Указанная категория совершает самоубийства, характеризуемые как отклонения социально-пассивного типа. В пре-суицидальном периоде у

подростков выявляются различные варианты депрессивных состояний и ситуационных реакций.

Итак, существует множество факторов и особенностей, влияющих на суицидальное поведение подростков. Но для оценки риска необходимо учитывать не только суицидальные, но и антисуицидальные факты:

- нежелание вызвать отрицательные переживания у близких;
- чувство долга к родителям;
- представление о греховности, позорности самоубийства,
- боязнь физических страданий;
- любовь к жизни.

Сегодня также стоит остро проблема адаптации детей в школьной среде. Особого внимания требуют дети, прибывшие из других школ города. С точки зрения профилактики суицидального поведения огромная роль отводится ближайшему окружению, то есть семье.

Именно она может сформировать адекватную самооценку, построить взаимоотношения с ребенком на уважении, оказать поддержку, научить справляться с трудными ситуациями. К сожалению, не в каждой семье ребенок получает любовь, ласку и сопереживание.

Все же надо признать, что суицид - это социальная проблема, которая напрямую связана с процессами, происходящими в обществе. Поэтому истоки этой проблемы и пути ее решения нужно искать в обществе.

Статистически было давно замечено, что пики количества самоубийств приходят либо на общества, которые достигли своего наибольшего расцвета, либо на общества, которые переживают тяжелые социальные катаклизмы.

И в то же время в периоды динамического развития или деградации наблюдается относительное сокращение числа суицидов.

Вот некоторые общие закономерности возникновения этой проблемы.

Темп индустриализации. В настоящее время с развитием промышленности происходит занижение человеческого фактора. С проникновением компьютерных технологий в индустрию все меньше места остается живому человеку. Как результат, все меньше возможности самореализоваться, то, в свою очередь, может привести к вариантам девиации.

Урбанизация порождает неизбежные проблемы больших городов, как-то:

- подчас трудно найти работу,
- невозможно элементарно уединиться,
- экономическая нестабильность,
- нарушение привычных жизненных стереотипов под воздействием экономических и социальных проблем и преобразований,
- ослабление роли традиционных социальных институтов в регламентации взаимоотношений поколений и отдельных людей.

Как мы видим из общих закономерностей, все они напрямую связаны с взаимоотношениями личности и общества. Поэтому естественно, что любое колебание в социуме вызывает новый всплеск девиаций.

Давайте рассмотрим предпосылки, ведущие к возникновению интересующей нас проблемы:

1. Социальная апатия.

Незаинтересованность общества в личности, в свою очередь, ведет к разочарованию личности в обществе. Личность чувствует себя ненужной и невостребованной.

2. Снижение ценности человеческой жизни.

Естественно, что, чем больше альтруизма в обществе, тем более востребованным чувствует себя человек, но, если уровень его субъективной самооценки выше того, что может предложить ему социум, появляется желание сменить его (социум), но за неимением такой возможности остается выход в аддукцию (саморазрушение).

3. Отсутствие духовного смысла существования и перспектив стимулирования творческой и витальной активности.

Злоупотребление алкоголем и суицидальное поведение имеют общий источник - невостребованность личностных потенций человека, ощущение собственной несостоятельности, ненужности.

Основные мотивы суицидального поведения у подростков:

1. суицидальная попытка как способ попросить помощи (получить внимание, любовь);

2. переживание обиды, одиночества, непонимания;

3. любовные неудачи, неразделенные чувства или ревность;

4. чувство мести, злобы, протеста;

5. подражание героям книг, фильмов, эстрадным кумирам;

6. страх наказания;

7. избегание трудных ситуаций;

Некоторые подростки считают самоубийство проявлением мужества и силы духа, на самом деле это слабость, примитивность мышления (незнание как отреагировать на проблему).

Мотивом самоубийства у подростков чаще всего является протест, желание отомстить за нелюбовь и призыв к помощи.

Поводом суицида могут послужить:

• развод родителей;

• болезнь или смерть близких;

в одиночество в семье;

• оскорбление другими членами семьи.

1. Конфликты, связанные с состоянием здоровья:

• психические заболевания (психически неуравновешенный человек более склонен к девиациям, чем нормальный);

« соматические заболевания;

® онкологические заболевания;

« инфекционные заболевания (СЕИД, венерические заболевания);

в уродство (как правило, приобретенное).

2. Конфликты, связанные с асоциальным поведением суицидента:

- боязнь уголовной ответственности;
- опасение другого наказания или позора.

3. Конфликты, возникающие в учебных заведениях.

Здесь причиной конфликта чаще всего могут выступать несложившиеся отношения с коллективом класса или же учителями.

Стоит сказать, что педагог может как недооценивать ученика, так и переоценивать его. Существует возможность того, что, культивируя повышенное самомнение и однажды разочаровав ученика, можно нанести ему серьезную психическую травму. Говоря о конфликтах со сверстниками, нельзя не упомянуть о том, что конфликты в классе (а класс является основной группой ребенка) могут привести его к серьезным девиациям.

Кто подвержен суициду. Группы риска наиболее подвержены суициду. В своей работе социальный педагог и психолог, решая проблемы профилактики суицида, должны прежде всего обращать внимание на сообщества людей, которые могут быть наиболее подвержены суициду, назовем их группами риска.

1. Наследственные суициды.

Социальный педагог обязан выявить детей этой группы ввиду того, что эти дети могут пойти по жизненному сценарию своих близких.

2 Лица, страдающие психическими заболеваниями (депрессии).

Как уже было сказано выше, наиболее ярким примером здесь являются люди, страдающие маниакально-депрессивным психозом. В момент наступления депрессивной фазы больной подвержен суицидальным мыслям и желаниям. В этой категории также можно упомянуть людей с невротическими расстройствами.

3 Дети-инвалиды.

Дети-инвалиды, как правило, страдают от своей физической неполноценности, особенно если недуг приобретен уже в сознательном возрасте. Дети же с врожденной инвалидностью имеют также и психологические отклонения на уровне акцентуации и психопатии.

4. Трудные подростки

Эта группа наиболее склонна к девиации ввиду того, что здесь зачастую присутствуют алкоголизм, токсикомания, наркомания, а также довольно ранние половые связи. Очень часто в этой группе встречаются дети из неполноценных семей. В этой среде очень остро стоит вопрос самореализации и самоутверждения.

5 Беспризорники.

Проблемы, очень сходные с проблемами трудных подростков, с тем лишь отличием, что последние живут дома.

6 Неформальные группы.

В последнее время вопросы о неформальных объединениях стоят остро, как никогда. Можно сказать, что в их разнообразии представлены девиации и даже аддукции.

Что толкает подростка на самоубийство? Можно ли утверждать, что те, кому удается лишить себя жизни, действительно хотели умереть, а те, кому эта попытка не удалась, просто хотели привлечь к себе внимание? Чтобы ответить на эти вопросы необходимо проанализировать не только факторы суицидального поведения самоубийства в конкретных случаях, а также обозначить группы риска детей, склонных к суициду. Но самое главное, рассмотреть различные способы профилактической работы с учителями, социальными педагогами и психологами, родителями и детьми. Специалисты, сталкивающиеся с этими группами населения, друзья и их семьи должны остерегаться упрощенного подхода или чрезмерно быстрых заключений. Люди могут попасть в группу риска, что еще не означает их склонности к суициду. Необходимо подчеркнуть, что не существует какой-либо одной причины самоубийства. Тем не менее, ко всем намекам на суицид следует относиться со всей серьезностью.

С особой бдительностью следует принять во внимание сочетание опасных сигналов, если они сохраняются в течение определенного времени. Не может быть никаких сомнений в том, что крик о помощи нуждается в ответной реакции помогающего человека, обладающего уникальной возможностью вмешаться в кризис одиночества.

Сегодня суицид - проблема государственного масштаба. В работе с подростками необходимо знать психовозрастные особенности.

Ранний подростковый возраст (от 10 до 14 лет)

« Мышление обычно конкретное, абстрактное мышление только начинает развиваться, биологические изменения заставляют интересоваться собственным телом;

- Высокая степень нарциссического самопознания;
- Независимость и осознание себя;
- Растущий интерес к ценностям и моделям поведения групп сверстников, потребность вписаться в группу;
- Конфликты по поводу школьных заданий, выбора друзей, работы на дому;
- Пик эгоизма;
- Сильная застенчивость;
- Иногда ощущение неуязвимости, что приводит к поведению, связанному с риском;
- Частое ощущение, что тебя никто не понимает.

Средний подростковый возраст (от 15 до 17 лет)

- Большая озабоченность своей привлекательностью для противоположного пола;
- Возможность абстрактно мыслить и планировать;
- Сильное влияние культуры сверстников;
- Попытка определить свои возможности, желания;
- Возможно отрицание родительских ценностей, принятие собственных решений, несмотря на незрелость суждений и импульсивность;

- Появляется осознание взаимосвязи между поступками в настоящем и последствиями в будущем.

Итак, мир подростка большей частью состоит из него самого и поэтому, когда ребенок попадает в тяжелые условия, то начинает переживать, страдать, замыкаться на себе. Эгоцентризм приобретает характер отрицания себя. Если формируется негативное отношение к себе, то агрессия направляется на самого себя (аутоагрессия): тревога, чувство вины, депрессия. Подросток часто не понимает, что с ним происходит, не может и не умеет поделиться своими ощущениями. Отсюда заниженная самооценка и пессимистическая установка на свое будущее.

Поднимая на себя руку, ребенок прибегает к последнему аргументу в споре со взрослыми. Он нередко представляет себе смерть как некое временное состояние: он очнется, и снова будет жить.

Исследования врачей - психиатров доказали, что человек, находящийся в суицидальном состоянии, глубоко несчастен, но совсем необязательно, что он психически болен.

Способы суицида.

- Отравления лекарственными препаратами.
- Отравления бытовой химией.
- Порезы вен и повешения.
- Большинство исследователей полагают, что фатальные ДТП с единственной жертвой - фактически суициды.

О мерах профилактики суицида среди детей и подростков.

Изучение проблемы суицида среди молодежи показывает, что в целом ряде случаев подростки решались на самоубийство в целях обратить внимание родителей, педагогов на свои проблемы и протестовали таким страшным образом против бездушия, безразличия, цинизма и жестокости взрослых. Решаются на такой шаг, как правило, замкнутые, ранимые по характеру подростки от ощущения одиночества, собственной ненужности стрессов и утраты смысла жизни. Своевременная психологическая поддержка, доброе участие, оказанное подросткам в трудной жизненной ситуации, помогли бы избежать трагедии. Напряжения, ухода от той ситуации, в которой волей - неволей он оказывается.

Статистика:

Частота суицидальных действий среди молодежи в течение последних двух десятилетий удвоилась. У 30% лиц в возрасте 14 — 24 лет бывают суицидальные мысли, 6% юношей и 10% девушек совершают суицидальные действия. Из общего количества суицидов 90% - совершается людьми с психотическими состояниями и лишь 10% - без психотических расстройств. Некоторые специалисты пишут о том, что в 10% суицидальное поведение имеет цель покончить собой, и в 90% суицидальное поведение подростка — это привлечение к себе внимания.

Время года

Больше всего самоубийств регистрируется весной, когда человеческие несчастья контрастируют с цветением окружающей природы. Тусклые краски зимы в какой-то мере гармонируют с душевной подавленностью, но между мрачными переживаниями «Я» и яркими днями весны возникает явный контраст. Исторически неврозы весной отождествлялись с издревле существовавшими празднованиями сева, сопровождавшимися весельем и радостью. Резкое несоответствие весеннего радующегося мира и отчаянного состояния души может провоцировать самоубийства. Как писал американский поэт Томас Эллиот, «апрель — самый жестокий месяц». Уровень суицидов в апреле выше примерно на 120%, чем среднегодовой.

Суицидальное поведение встречается как в норме (без психопатологии), так и при психопатиях и при акцентуациях характера - в последнем случае оно является одной из форм девиантного поведения при острых аффективных или патохарактерологических реакциях.

При изучении суицидального поведения следует различать следующие типы:

Демонстративное поведение.

При демонстративном поведении способы суицидального поведения чаще всего проявляются в виде *порезов вен, отравления неядовитыми лекарствами, изображения повешения*

Аффективное суицидальное поведение.

При аффективном суицидальном поведении чаще прибегают к *попыткам повешения, отравлению токсичными и сильнодействующими препаратами.*

Истинное суицидальное поведение. При истинном суицидальном поведении чаще прибегают к *повешению.*

Предсуицидальный синдром. Психологический симптомокомплекс, свидетельствующий о надвигающемся суицидальном акте, т. е. этап суицидальной динамики, длительность которого составляет от нескольких минут до нескольких недель и месяцев, наблюдается чаще у старших подростков и взрослых в случае наличия тенденции к суицидальным актам в сложных ситуациях.

Дети - суициденты чаще лишены родительского внимания и заботы, в 75 % их родителей разведены или проживают отдельно, часто дети проживают в интернатах или с приемными родителями.

Как заметить надвигающийся суицид. Признаками эмоциональных нарушений являются:

Внешний вид и поведение	<ul style="list-style-type: none">• Тоскливое выражение лица (скорбная мимика)• Гипомимия• Амимия• Тихий монотонный голос• Замедленная речь• Краткость ответов
-------------------------	---

	<ul style="list-style-type: none"> • Отсутствие ответов • Ускоренная экспрессивная речь • Патетические интонации • Причитания • Склонность к нытью • Общая двигательная заторможенность • Бездеятельность, адинамия • Двигательное возбуждение
Эмоциональные нарушения	<ul style="list-style-type: none"> • Скука • Грусть • Уныние • Угнетенность • Мрачная угрюмость • Злобность • Раздражительность • Ворчливость • Брюзжание • Неприязненное, враждебное отношение к окружающим • Чувство ненависти к благополучию окружающих • Чувство физического недовольства • Безразличное отношение к себе, окружающим • Чувство бесчувствия • Тревога беспредметная (немотивированная) • Тревога предметная (мотивированная) • Ожидание непоправимой беды • Страх немотивированный • Страх мотивированный • Тоска как постоянный фон настроения • Врывы тоски с чувством отчаяния, безысходности • Углубление мрачного настроения при радостных событиях вокруг
Психические заболевания	<ul style="list-style-type: none"> • депрессия • невроты, характеризующиеся беспричинным страхом, внутренним напряжением и тревогой • маниакально-депрессивный психоз • шизофрения
Оценка собственной	<ul style="list-style-type: none"> • Пессимистическая оценка своего прошлого

жизни	<ul style="list-style-type: none"> • Избирательное воспоминание неприятных событий прошлого • Пессимистическая оценка своего нынешнего состояния • Отсутствие перспектив в будущем
Взаимодействие с окружающим	<ul style="list-style-type: none"> • Нелюдность, избегание контактов с окружающими • Стремление к контакту с окружающими, поиски сочувствия, апелляция к врачу за помощью • Склонность к нытью • Капризность • Эгоцентрическая направленность на свои страдания
Вегетативные нарушения	<ul style="list-style-type: none"> • Слезливость • Расширение зрачков • Сухость во рту ("симптомы сухого языка") • Тахикардия • Повышенное АД • Ощущение стесненного дыхания, нехватки воздуха • Ощущение комка в горле • Головные боли • Бессонница • Повышенная сонливость • Нарушение ритма сна • Отсутствие чувства сна • Чувство физической тяжести, душевной боли в груди • То же в других частях тела (голове, эпигастрии, животе) • Запоры • Снижение веса тела • Повышение веса тела • Снижение аппетита • Пища ощущается безвкусной • Снижение либидо • Нарушение менструального цикла (задержка)
Динамика состояния в течение суток	<ul style="list-style-type: none"> • Улучшение состояния к вечеру • Ухудшение состояния к вечеру

Психодиагностика суицидального поведения.

Почти каждый, кто всерьез думает о самоубийстве, так или иначе, дает понять окружающим о своем намерении. Самоубийства часто не возникают внезапно, импульсивно, непредсказуемо или неизбежно. Они являются последней каплей в чаше постепенно ухудшающейся адаптации. Среди тех, кто намерился совершить суицид, от 70 до 75 % тем или иным образом раскрывают свои стремления. Иногда это будут едва уловимые намеки; часто же угрозы являются легко узнаваемыми. Очень важно, что 3/4 тех, кто совершает самоубийства, посещают врачей, психологов, педагогов, работников социальных служб, до этого по какому-либо поводу в течение ближайших недель и месяцев. Они ищут возможности высказаться и быть выслушанными. Однако очень часто врачи, соцработники и семья не слушают их.

Суицидальными людьми, в целом, часто руководят амбивалентные чувства. Они испытывают безнадежность, и в то же самое время надеются на спасение. Часто желания за и против суицида настолько уравновешены, что если близкие в эти минуты проявят теплоту, заботу и проницательность, то весы могут наклониться в сторону выбора жизни. Поэтому очень важно знать во время беседы с суицидальным человеком об особых ключах и предостерегающих признаках самоубийства.

Различают склонности к суицидальному поведению в зависимости от типа личности. Так, приводится статистика, что в 36% суициды совершают истероиды, в 33% - инфантильные эмоционально лабильные субъекты, и в 13% - у субъектов отмечались астенические черты.

Диагностика пре-суицидального синдрома имеет важное профилактическое значение. Лица, находящиеся, а в пре-суицидальном периоде, нуждающиеся в индивидуальной, групповой и (или) семейной психотерапии. Особую практическую значимость имеет анализ факторов, удерживающих детей от самоубийства. К их числу относят отсутствие психических заболеваний, протекающих с депрессивными расстройствами; лучшая интегрированность в семье; когнитивное функционирование, не достигшее уровня конкретного или формального мышления, наличие культуральных и духовно-религиозных факторов, делающих суицид менее приемлемым или табулирующим его, проведение индивидуализированной терапии, направленной на купирование травматизации и избирательно адресующейся к слабым сторонам акцентуированной или психотической личности (сенситивность, склонность к депрессивным состояниям у шизоидов и циклоидов).

Понять мир подростка и оказать квалифицированную помощь в критической ситуации можем мы с вами.

Заключение

Несмотря на наличие количество теоретического материала, явно недостаточно работ, которые бы давали конкретные методические рекомендации школьным учителям и психологам и работе с детьми, проявляющими склонности к суицидальному поведению.

Кроме того, простое копирование зарубежного опыта невозможно, так как этнокультурные, социально-психологические и экономические особенности нашего общества, специфика образовательных учреждений, несомненно, накладывают отпечаток и на работу с этой категорией детей.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что сейчас актуальны работы, в которых бы обобщался и анализировался научно- теоретический материал по данной проблеме, давались бы практические советы и рекомендации для учителей, психологов и родителей с учетом особенностей уровня сознания, культуры, социума.

Данная работа — попытка ликвидировать этот дефицит. Конечно, мы не претендуем на всеобъемлющее раскрытие всех вопросов, но надеемся, что материалы, изложенные здесь, помогут Вам в работе

Приложения

1. Дискуссионный клуб для родителей «От отчаяния к надежде»

Здравствуйте, уважаемые родители!

Мы пригласили Вас для того, чтобы Вы приняли участие в обсуждении проблемы суицидального поведения подростков, чтобы Вы услышали о выявленной проблеме и стали союзниками, помощниками. Нам нужна Ваша помощь. Скажите, был ли внутренний протест, когда мы пригласили Вас для обсуждения темы подросткового суицида?

Закрывать глаза или делать вид, что данная проблема не существует, значит, мириться с массовым уходом из жизни людей и детей в том числе. Лет с 12 любого человека посещает мысль о самоубийстве, даже не в отношении себя.

Мы говорим очень осторожно, потому что нас этого не коснулось, но работая с Вашими детьми, мы часто видим их на грани эмоционального срыва.

Мы, взрослые говорим, что нам трудно, на нас давят экономические и политические проблемы. А легко ли сегодня в этом мире нашим детям? (Анализ анкеты).

Каковы же причины на Ваш взгляд, товарищи родители, которые могут подтолкнуть ребенка к суициду?

Каждый случай ухода из жизни детей подвергает нас в шоковое состояние.

В Казахстане суицид у 15-24 летних за последние 15 лет увеличился в 2 раза. Это чудовищно, когда детям вдруг страшно становится жить. Выбрасываться из окон, резать вены, вешаться, глотать таблетки, бросаться под колеса бегущих машин не страшно. А жить страшно.

Случаи самоубийств школьников в последнее время участились. Записки, которые они оставляют, страшно брать в руки. От них веет холодом и смертью. Иногда эти записки попадают в милицию и навсегда оседают в архивах. Но чаще остаются в семье. Последние детские каракули. Медленно, словно радиоактивные частицы, они убивают родителей, обрекая их на безграничную, до гробовой доски, муку...

«Во всем виновата Она. Я ее ненавижу. Она отвратительный человек. Злая, гадкая. Не хочу больше видеть ее и терпеть унижения. .»

«Я его любила. Он меня предал. Никогда не прощу, так и передайте. Пусть знает...»

«Радуйся, мамуля. Ты своего добилась. Я развязал тебе руки. Теперь можешь жить, как хочешь и с кем хочешь. Вдвоем со мной тебе было скучно. Мешать больше не буду. Желаю счастья. Твой сын».

Этих детей больше нет. Они добровольно ушли от нас.

Чаще всего дети вовсе не жаждут смерти. Просто им изо всех сил хочется расположения мам, пап, учителей, любимых мальчиков и девочек. Сами того не желая, они расплачиваются слишком дорогой ценой. Врачи и психиатры называют эти попытки «переигранной демонстрацией».

Анализ ответов анкеты по детско-родительским отношениям.

(Анкета №3. Правильна ли Ваша позиция по отношению к детям?,)

Во всех детских самоубийствах виноваты взрослые. Чаще всего родители создают ребенку тупиковую ситуацию. Жить, как жил раньше, подросток не хочет, а что-то изменить не в силах. Особенно, если конфликт исходит из школы. Обиженный и оскорбленный учителями, «тупца», «идиот», «бездарь» не находит дома защиты. Он, как побитая собака, идет из школы домой, страхась родителей. Несдержанные, злые, они не хотят взять хотя бы часть детской вины на себя, не становятся громоотводом. Ребенок остается в одиночестве. Разразившиеся в доме скандалы, наказания толкают его к петле.

Отец у Володи был военным. Своего сына, как говорится, на коротком поводке держал. Однажды служба разъединила семью. Володя, почувствовав свободу, распустился. Стал допоздна гулять, плохо учиться. В конце года парня не аттестовали по двум предметам. Мать оказалась беспомощной. Она лишь растерянно повторяла: «Подожди, отец придет-разберется». Шестнадцатилетний парень хорошо знал, что будет, когда придет его скорый на расправу отец. За день до его приезда Володя повесился. На жизнь родителей опустилась ночь, серая, беспросветная.

Именно детский страх может стать причиной огромного горя. Это случится, если ребенка, как звереныша, берут в окружение родители и школа. Бежать некуда, жаловаться некому, искать защиты нигде. Ребенок попадает в западню. Психологи называют эту ситуацию тупиковой.

С легкой руки учительницы ребята дразнили Игоря Бегемотом. Учительница считала, что его ничем не проймешь. Только сестренка знала, какой Игорь добрый. И еще знала, что он очень переживает из-за двоек, из-за того, что ребята с ним не дружат. Знала, как Игорь боится своей матери. Без мужа воспитывала она детей, много работала, мало времени бывала дома и никогда не улыбалась. Иногда проверяла дневники детей. Дневник Игоря, так уж повелось в их семейной жизни, был последней злой каплей в унылой, однообразной жизни еще молодой женщины. Она лупила сына, плакала и кляла судьбу.

Наступало утро. Мать шла на работу, дети в школу. Жизнь была скучной, как дождливая, серая осень. В один из таких вечеров мать и дочь нашли Игоря. Он повесился.

По нашей взрослой логике, повеситься должна была мать. Но у нее и мысли такой не возникло. Она привыкла к своей тяжелой, безотрадной жизни. Тринадцатилетний мальчик смириться с этим не смог, он не привык к унижению, злу.

Ребенок находится и лсивет в нескольких средах: дома, в школе, в компании друзей. И все-таки бывает одинок.

Нет ничего страшнее одиночества. В 14-15 лет школьник сознает свою ненужность и кончает жизнь самоубийством.

Одним из главных направлений профилактической работы является четкая организация досуга. Акценты сегодня сдвигаются. Одетым, обутом, сытым детям, живущим под мирным небом, не хватает понимания, терпимости. Они мечтают о любви. В семье ребенок получает признание своего «я», утверждается как личность, находит круг друзей, с которыми может поделиться своими переживаниями. В раннем детстве родители и другие члены семьи составляют сферу обитания ребенка, от которой зависит развитие его психики. Истосковавшись по родительской нежности и ласке, ребенок покупает ее ценой жизни. «Вот умру - поймешь, как плохо без меня...». До самой последней минуты он надеется, что кто-то ему помешает, что кто-то спасет его. И родители, увидев, на какой шаг он решился, испугаются за него и будут его любить. К сожалению, семейные проблемы являются причиной в 72% случая суицида. Итак, поводом может служить: развод родителей, болезнь или смерть близких, плохие отношения с матерью, безразличие отца, частые вспышки гнева у родителей, гиперопека, насилие в семье, в т.ч. физическое, алкоголизм одного из родителей, экономические проблемы в семье.

Итак, если Вы заметили перемены в поведении и настроении ребенка, попробуйте:

1. Выслушать. Не пытайтесь успокоить общими фразами. Дайте возможность высказаться, внимательно отнеситесь ко всем, даже самым незначительным, обидам и жалобам.
2. Обсуждайте. Открытое обсуждение планов и проблем снимает тревожность.
3. Совместный поиск выхода из данной ситуации (снять суженное сознание, оттягивание времени). Приемы психологического воздействия.

4. Напоминание о значимых для него людях.
5. Подчеркнуть временный характер проблемы. Взгляд из будущего. Нет ситуации, которая со временем не казалась неразрешимой: сегодня - «Нет», завтра-«Да».
6. Прием взвешивания - что сегодня плохо, что сегодня хорошо.
7. Доведение до абсурда (показать что в данный момент происходит ступение красок, накручивание).
8. Метод контрастов (сравнить свою ситуацию с другой, сравнение вести себя с самим собой).
9. Использование имеющегося своего опыта в решении проблем (помнишь, когда то, у тебя было... То есть рациональное внушение уверенности.)

Американцы провели социологическое исследование и выяснили, что дети пытаются совершить самоубийство, когда кто-то есть рядом. Это, наверное, потому, что до последней минуты им отчаянно хочется жить. И в «Скорой помощи», едва шевеля губами, они умоляют спасти их.

И в заключении, Вам предлагается психологическое тестирование, чтобы понять: правильна ли ваша позиция по отношению к своему ребенку, (тест «Я и мой ребенок», тест «Моя позиция по отношению к своему ребенку - старшекласснику» Г.Пэйн).

Хотелось бы, чтобы каждый из Вас задумался : где проблема (какая) у моего ребенка? Заинтересованность в судьбе ребенка, ваша готовность помочь, дадут ему эмоциональную опору. Убедить его в том, что он сделал верный шаг, приняв вашу помощь.

Рекомендации родителям:

1. Не вмешивайте детей в решение междоусобных семейных конфликтов. Оберегайте юную, ранимую душу от скверных ругательств и оскорблений!
2. Позвольте ребенку участвовать в распределении средств семейного бюджета. Уважительно относитесь к его позиции.
3. Старайтесь изучать психологию личности своего ребенка, свою личность. Будьте честными.
4. Нет ничего важнее в жизни человека, чем умение выслушать ребенка, ответить на его вопросы, обсудить его проблемы. Главное при этом - акцент на мысли: «Я — не просто родитель, я — твой друг».
5. Содействуйте ребенку в решении разных вопросов:
 - помогите выбрать телепрограмму по интересам;
 - читайте и обсуждайте журналы, статьи из газет;
 - ходите с ним пешком, на лыжах, ездите на дачу, в отпуск;
 Словом, живите рядом по-настоящему, а не формально, живите в его жизни.
6. Доверяйте ребенку, прощайте случайные шалости, будьте честными в требованиях, последовательными.

7. Умейте четко определить права и обязанности ребенка: дома, в школе, на улице... Здесь необходима твердость, но не оскорбление, а только на основе понимания.
8. Если хотите, чтобы ваш ребенок жил в понимании и дружелюбии, умел находить в мире любовь и красоту, то:
 - не критикуйте его недостатки;
 - не упрекайте, не обвиняйте его;
 - не поселяйте его в мир страха, лжи, вражды;
 - не шантажируйте друг друга властью над ребенком.

2. Тест для родителей «Я и мой ребенок»

Роль родителей в воспитании ребенка незаменима. Они главные «проектировщики, конструкторы и строители» детской личности. Тест дополнит ваше представление о себе как родителях, поможет сделать определенные выводы относительно проблем воспитания детей.

Вопросы. Ответы:

- Можете ли Вы?
 - Могу и всегда так поступаю.
 - Могу, но не всегда так поступаю.
 - Не могу?
1. В любой момент оставить все свои дела и заняться ребенком? А Б В
 2. Посоветоваться с ребенком, невзирая на его возраст? А Б В
 3. Признаться ребенку в ошибке, совершенной по отношению к нему?
А Б В
 3. Извиниться перед ребенком в случае своей неправоты? **АБВ**
 4. Сохранить самообладание, даже если поступок ребенка вывел Вас из себя? А Б В
 5. Поставить себя на место ребенка? А Б В
 6. Поверить хотя бы на минуту, что Вы добрая фея (прекрасный принц)?
А Б В
 7. Рассказать ребенку поучительный случай из детства, представляющий Вас в невыгодном свете? А Б В
 8. Воздержаться от употребления слов и выражений, которые могут ранить ребенка? А Б В
 9. Пообещать исполнить его желание за хорошее поведение? **АБВ**
 10. Выделить ребенку один день, когда он может делать, что желает, вести себя как хочет? А Б В
 11. Устоять против детских просьб и слез, если уверены, что это каприз, мимолетная прихоть? А Б В

Ключ к тесту

Ответ «А» оценивается в 3 очка.

Ответ «Б» — в 2 очка.

Ответ «В» — в 1 очко.

Если вы набрали **от 27 до 36 очков**, значит, ребенок – самая большая ценность в Вашей жизни. Вы стремитесь не только понять, но и узнать его, относитесь к нему с уважением, придерживаетесь прогрессивных принципов воспитания и постоянной линии поведения. Другими словами, Вы действуете правильно и можете надеяться на хорошие результаты.

От 13 до 27 очков. Забота о ребенке для Вас вопрос первостепенной важности. Вы обладаете способностями воспитателя, но на практике не всегда применяете их последовательно и целенаправленно. Порой Вы чересчур строги, в других случаях излишне мягки, кроме того, Вы склонны к компромиссам, которые ослабляют воспитательный эффект. Вам следует серьезно задуматься над своим подходом к воспитанию ребенка.

Менее 13 очков. У Вас серьезные проблемы с воспитанием ребенка. Вам недостает либо знаний, как сделать ребенка личностью, либо желания добиться этого, а возможно, того и другого. Советуем обратиться к помощи специалистов — педагогов и психологов, познакомиться с публикациями по вопросам семейного воспитания.

3. Правильна ли Ваша позиция по отношению к детям?

1. Ваша дочь требует переключить телевизор с фильма, который Вам очень нравится, на программу рок-музыки. Что Вы делаете?

- А. Выполняете просьбу и слушаете рок-музыку вместе с ней.
- Б. Отвечаете, что ей придется подождать, пока закончится фильм?
- В. Обещаете купить для нее портативный телевизор.
- Г. Записываете фильм на видеокассету, а дочери позволяете слушать рок-музыку.

2. Вы видите в своих детях:

- А. Людей равных вам.
- Б. Тех, кто может помочь Вам заново пережить свою молодость.
- В. Маленьких взрослых.
- Г. Тех, кто постоянно нуждается в ваших добрых советах.

3. Какую прическу Вы носите?

- А. Которая больше всего Вам подходит.
- Б. Которая отвечает последней моде.
- В. Которая копирует прическу рок-«звезды».
- Г. Которая копирует стиль сына (дочери).

4. Поговорим о Вашем возрасте.

- А. Дети знают, сколько Вам лет.
- Б. Вы предпочитаете не замечать и не подчеркивать разницу в возрасте между вами и детьми.
- В. Скрываете возраст от своих детей.
- Г. Настаиваете на том, что знаете больше, потому что старше.

5. Как Вы одеваетесь?

- А. Подражаете стилю рок-«звезды», любимой сыном (дочерью).

- Б. Стараетесь следовать стилю сына (дочери), полагая, что это поможет установить более тесную связь между Вами.
- В. Выбираете ту одежду, которая лучше всего Вам подходит.
- Г. Следуете молодежной моде, потому что так Вы чувствуете себя моложе.
6. Как Вы поступите, если заметите, что сын-подросток вдел в ухо серьгу?
- А. Посчитаете, что это его личное дело.
- Б. Станете подшучивать над его женственностью.
- В. Скажете, что это модно, не желая, Чтобы он счел Вас старомодным.
- Г. Купите такую же серьгу и наденете ее.
7. Сын (дочь) заводит музыку на полную громкость, а Вы:
- А. Затыкаете уши ватой и делаете свои дела.
- Б. Уменьшаете громкость.
- В. Миритесь с этим, раз уж ему (ей) так хочется?
- Г. Говорите, что музыка буквально бьет Вас по голове.
8. При споре с детьми Вы:
- А. Редко говорите, что они ошибаются, опасаясь, как бы они не стали отвергать Вас вовсе.
- Б. Соглашаетесь изменить позицию, потому что дальнейший спор бесполезен.
- В. Оставляете последнее слово за детьми, не желая с ними ссориться.
- Г. Соглашаетесь с ними, если они действительно правы.
9. Дети пригласили в гости сверстников, и Вы:
- А. Предоставляете их самим себе: пусть делают, что хотят. »
- Б. Составляете им компанию, стремясь держаться на равных.
- В. Спрашиваете гостей, считают ли они своих родителей тоже такими веселыми, как Вас.
- Г. Ни во что не вмешиваетесь, но даете понять, что всегда рядом, на случай, если что-то произойдет.
10. Дети собираются на дискотеку, но Вас не берут и Вы:
- А. Не удивляетесь, потому что они знают, как Вам трудно выдержать эти новые танцы.
- Б. Печалитесь, потому что хотели потанцевать вместе с ними.
- В. Обижаетесь, потому что они не хотят разделить с Вами свое веселье.
- Г. Расстраиваетесь, потому что готовились пощеголять в обновке.
11. Когда Вы пытаетесь вести себя так, как будто Вы не старше своих детей, почему так делаете?
- А. Чтобы быть с детьми в хороших отношениях.
- Б. Потому что это помогает сократить разницу в возрасте.
- В. Потому что это может дольше удержать семью вместе.
- Г. Потому что для Вас это естественно.
12. Свои отношения с детьми строите так:
- А. Обращаетесь с ними, как со взрослыми.
- Б. Обращаетесь с ними, как с маленькими.
- В. Стараетесь быть их приятелем.
- Г. Ведете себя так, как должно родителю.

Подсчитайте ваши баллы, пользуясь следующей таблицей.

	А	Б	В	Г
1.	3	0	2	1
2.	3	2	1	0
3.	0	2	1	3
4.	1	3	2	0
5.	2	3	0	1
6.	0	1	2	3
7.	1	0	2	3
8.	3	1	2	0
9.	1	3	2	0
10.	0	2	1	3
11.	3	2	1	0
12.	2	1	3	0

А теперь в соответствии с суммой баллов Вы можете определить, какова Ваша позиция по отношению к Вашим детям.

Между 25 и 36. Вы, наверное, думаете, что весело проводите время с детьми, стараясь быть с ними на равных во всем. Но это сейчас. Позднее Вы можете поплатиться. Вы взяли на себя роль приятеля собственных детей, забыв о своей роли наставника. В результате, как считают психологи, подспудно у детей возрастает нервозность. Быть просто приятелем недостаточно. Дети нуждаются в руководстве. Вам надо понять, что с разницей в возрасте ничего поделаться нельзя, и важно осознать, что именно Вы призваны быть опорой своим детям.

Между 24 и 14. Ваши дети, похоже, так и не знают в точности, как же им с Вами правильно держаться. Вы явно стараетесь им во всем потакать, а затем, когда Вам это нужно, пытаетесь войти в роль родителя. Рано или поздно Вы захотите настоять на своем в чем-то важном, и это вызовет у детей растерянность, гнев и неповиновение. Но Вы зашли еще не так далеко и можете престать играть в приятеля, чтобы явить детям образец зрелого и ответственного поведения. И пусть Вас не беспокоит опасение, что дети перестанут любить Вас, если Вы станете утверждать себя в родительской роли.

Между 13 и 0. Так держат! Вы отчаянно пытаетесь понять и оценить вечно меняющиеся нужды и настроения своих детей, иногда поддаетесь соблазну уступить им. В этом нет ничего плохого, потому что, судя по всему, Вы достаточно разумны и знаете, как строить отношения с детьми на Ваших, а не их условиях. Ссоры неизбежны, однако дети Вас любят, уважают и - главное - видят в Вас любящего и надежного родителя.

4. Практическое занятие для учащихся 9-11 классов

«Ценить настоящее» (технология критического мышления)

Цель: помочь учащимся обратиться к своим чувствам, проанализировать свое отношение к ценностям жизни.

Оборудование: у каждого учащегося чистый листок бумаги.

Каждому из нас природа подарила бесценный дар — жизнь. Мы редко над этим задумываемся. День за днем, за часом час. А радость и ощущение полноты жизни мы обычно связываем с внешними проявлениями и обстоятельствами. Например, что-то нам подарили или чего-то нас лишили.

Заложило нос при насморке - почувствовали, как здорово вдохнуть воздух всей грудью. Заболела нога — оценили чудесную возможность двигаться. Часто оказываясь в какой-то ситуации, давая волю своим эмоциям, нам кажется, что жить не хочется.

Сейчас я попрошу Вас посередине листочка нарисовать круг и написать в нем фразу «жить не хочется». (Ведущий пишет на доске).



Назовите слова, которые могут ассоциироваться с этой фразой. (Учащиеся называют слова: горе, обида, злость, смерть и т.д.)

А теперь попробуйте представить разные причины когда, человеку не хочется жить. Случаи, когда у Вас, может быть, было на душе плохо, а может быть обидно, горько. Запишите ситуации и обведите их, придайте им форму, например облака.



Кто хочет прочитать свои ситуации? (ведущий может записывать их на доске, идет обсуждение)

В перечисленных ситуациях оказываются и дети, и взрослые. Попробуем отойти от своих личных переживаний и проанализировать историю человека, который находится в состоянии безысходности. Зачитывается 1 часть.

«Тик-так. Тик-так Тик-так». Это часы? Ах, нет, это стучит мое сердце. Как странно и как-то необычайно тихо. Так тихо бывает рано утром, когда даже солнышко еще не проснулось, не осветило будущий день. Вот тогда бывает также тихо. Когда она ушла, хлопнув дверью, тоже было тихо И лишь это проклятое тиканье сердца нарушает эту замечательную безмолвную идиллию. Раньше мое сердце будило меня по утрам веселыми песнями, а сейчас? Сейчас...тик-так, тик-так. Я устал жить Моя душа состарилась и истерлась до дыр Я стал никому не нужным. Даже она обвинила меня в моей никчемности и бесполезности. Скорее всего, она права • даже от дворового пса пользы больше Надо же сравнить меня с дворнягой! Эх, скучно жить на свете, господа Плохо быть ненужной вещью, даже как-то и неудобно-то Я всего лишь болван-художник. Мои картины настолько бездарны, что в них уже даже не заворачивают рыбу Решено! Я больше не буду мучить себя жизнью Я умру Но сначала хотелось бы нарисовать свою последнюю картину, так, чтобы краски не зря пропали

Ведущий: Вы сейчас прослушали текст, выпишите фразу, которая вас поразила, объясните, как вы ее понимаете письменно (зачитываются понравившиеся фразы). Итак, художник решил нарисовать свою последнюю картину. Как Вы думаете, что он нарисует? Какие краски будет использовать (Дети высказывают свои предположения) зачитывается 2 часть.

Пусть это будет автопортрет Ярисую его кистью из дождя. Шаг за шагом, выводя кривые размытые линии моего профиля Ярисую красками из вина, свой портрет и думаю, что если бы не она, я бы никогда не нашел своего места в жизни. Точнее за ее бортом Ярисую свой портрет грустью глаз. А улыбку нарисую краской потока горьких слез. Губы раскрашу болью и знойным морозом. А глаза? Глаза я нарисую своей любимой краской.

Правда, ее очень мало осталось, - этой краски любви. Но почему-то мои глаза вдруг стали слепыми на портрете. Жаль, это моя любимая краска. Ха, какой я, однако, чудной, когда слепой. Как тот вчерашний нищий, который кланчил у меня рубль А вот брови я изогну раздукой Теперь аккуратно очерчу их грязью, чтобы красивее смотреться Свою светлую копну волос я нарисую счастьем А когда не хватит счастья, у меня останется душа. Пожалуй, ею я раскрашу фон. Ну вот, автопортрет готов Господи, неужели это я? Нет, она в тысячу раз права. Мне просто запрещено жить с такими вот данными. Кому нужен этот жалкий портрет такого людишки, как я. Кому? Он сорвал холст, сделал из него самолетик, как когда-то в детстве, и отправил его в небо. Потом взял пистолет Тик-так, тик-так. Тик. Тишина.

Ведущий: Как вы думаем, что произошло дальше? Почему?

Я предлагаю Вам дописать конец текста, используя слова «голубь», «музыка», (по желанию учащиеся читают свои рассказы). Зачитывается 3 часть.

Вдруг самолетик раскрылся, взлетел высоко-высоко в пушистые весенние облака и превратился в прекрасного голубя. Такого прекрасного, такого нежного, такого белого, что рука художника дрогнула. Он положил пистолет

обратно. Открыл окно. В квартиру пахнуло весной, солнцем, небом, радостью и еще чем-то, ... Что же это было? Это было желание жить.

Белый голубь сел на подоконник и весело заворковал. Художник улыбнулся. И услышал песню «Откуда лется этот до боли знакомый мне мотив? Это ... Это же сердце поет. Мое сердце вместо привычного «тик-так» вдруг запело. Значит, я все-таки живу. Значит, я все-таки нужен. Кому? Сам себе».

Художник вышел из дома и побрел куда-то далеко-далеко, чудаковато улыбаясь. Человек нашел себя. Солнышко согрело его. А музыка звучала и звучала.

Ведущий: Как бы Вы озаглавили этот текст? Автор озаглавил «Автопортрет», а почему?

Вернемся к началу нашего занятия, итак, «жить не хочется», зачеркнем частицу не (если на доске, можно «не» стереть) и найдем те причины, из-за которых хочется жить. Поверьте их намного больше. От нашего круга нарисуем много-много линий-лучей, на которых напишем аргументы в пользу человеческой жизни.



Пусть каждому человеку в жизни светит солнце. Жизнь безгранично щедра. Мы теряем кого-то или что-то, но как много еще остается.

Лучший день - сегодняшний. Будем же счастливы сегодня! Здесь и сейчас!

Дорогой друг! Мы просим тебя: подумай и ответь на все вопросы честно и откровенно. Не бойся, за свою честность ты никак не пострадаешь. Спасибо за помощь!

5. Анкета №1

1. Где Вы испытываете насилие (оскорбление, побои, унижение, психологическое давление) больше?

- а), в семье;
 - б), в школе;
 - в), на улице.
2. Кто оскорбляет Вас чаще?
- а), родители;
 - б), учителя;
 - в), одноклассники;
 - г), друзья.
3. Какие способы защиты против оскорблений Вы применяете?
- а), ответное оскорбление;
 - б), ответные физические действия, — агрессия;
 - в), затаенная обида;
 - г), уход в алкоголь, наркотики, секс.
4. Какие последствия, на Ваш взгляд, оказывают насилие (оскорбление, побои, унижения, психологическое давление) на Вашу жизнь?
- а), способствуют, становлению характера;
 - б), выбивают из колеи;
 - в), ведут к депрессии;
 - г), появляется апатия;
 - д), появляется депрессия;
 - е), хочется уйти из жизни.
5. Где Вы находите помощь в критической ситуации?
- а), в семье;
 - б), у учителей;
 - в), у товарищей;
 - г), у одноклассников;
 - д), у школьного психолога, социального педагога;
 - е), у психотерапевта;
 - ж), в религии.
6. Удовлетворены ли Вы своим положением в семье?
- а), да;
 - б), нет.
7. Если Вы не удовлетворены своим положением, укажите причины:
- а), высокая требовательность, суровость;
 - б), низкие материальные возможности, отсюда полная экономическая зависимость;
 - в), равнодушие со стороны родных;
 - г), пьянство, моральная распущенность;
 - д), отсутствие внимания, чуткости;
 - е), недостаточный уровень общей культуры;
 - ж), непонимание;
 - з), отсутствие общих интересов;
 - и), грубость в обращении;

к), несправедливое распределение домашних обязанностей.
Советуетесь ли Вы с родителями (укажите-, с отцом, с матерью, с обоими).

- а), при покупке вещей;
- б), по школьным проблемам;
- в), при выборе наряда, прически на вечер;
- г), при выборе друзей;
- д). по другим вопросам (укажите по каким).

6. Анкета №2

1. Любишь ли ты свой дом, домашнюю атмосферу, есть ли в ней что-то свойственное только вашей семье.'
2. Интересуются ли твои родители твоими учебными делами?"

- всегда;
- иногда;
- никогда;
- оба;
- больше отец;
- больше мать.

3. Интересуются ли твои родители **отношениями с друзьями?**

- всегда;
- иногда;
- никогда;
- оба;
- больше отец;
- больше мать.

4. Посещают ли они школу?

- часто;
- редко;
- только по вызову;
- больше отец;
- больше мать.

5. Какие праздники в семье ты любишь больше всего?.....

6. Принято ли в твоей семье дарить подарки? Какие?.....

7. Часто ли тебя наказывают родители? Какие меры применяют?.....

8. Закончи фразу.

Завтра я

Когда я закончу школу.....

Наступит день, когда я.....

Я хочу жить, потому что.....

Я буду счастлив только тогда, когда.....

Когда мне плохо и нужна помощь, я надеюсь на

7. Роль педагога в работе с суицидальными детьми

Многие будут правы, если скажут: такие дети нуждаются в помощи специалистов. Нагружать неискушенного педагога работой с суицидентами - значит поставить его в сложную ситуацию: помочь нужно, но нет необходимых знаний. Начнем с того, что отведем педагогу свою роль в работе с такими подростками. Эту роль можно обозначить так: помощь в своевременном выявлении таких детей и первичная профилактика.

Помощь педагога в заблаговременном выявлении таких детей может выразиться в том, что часто общаясь с ребенком, он может увидеть признаки проблемного состояния: напряжение, апатию, агрессивность и т.п.

Педагог может обратить внимание школьного врача, родителей, администрации школы на этого подростка. Старшему подростку он может предложить разъяснительную беседу, в которой пояснит, что видит его состояние и советует обратиться к психологу, психотерапевту, так как оно требует работы специалиста.

Даже такая роль педагога приносит свои плоды. Важно лишь педагогу вложить в такую работу немного искреннего сочувствия и душевного тепла.

8. Рекомендация для учителей и психологов

1. Наблюдайте за изменениями в поведении ребенка, потерявшего кого-то из близких. В первые недели обычно отмечаются тенденция к уходу, агрессивность, гнев, нервозность, замкнутость, невнимательность. Относитесь к этому с терпением, никогда не показывайте своего удивления. Не действуйте вопреки ребенку.

2. Если ребенок хочет поговорить, найдите время выслушать его. Это не всегда легко сделать, и все же попытайтесь. Объясните ребенку, что вы хотите поговорить с ним, выберите удобное для этого время.

При разговоре слушайте не только ушами, но и глазами, сердцем. Обнимите ребенка, возьмите его за руку. Прикосновение имеет для ребенка огромное значение, ведь он потерял тепло любящего родителя. Это позволяет ребенку почувствовать, что вы заботитесь о нем и в любое время готовы помочь ему. Поддержите его желание говорить о родителе и делайте это сами.

3. Постарайтесь привлечь лучших друзей ребенка. Если вам удастся их собрать, объясните им, что, когда умирает кто-то, кого вы любите, беседы об этом человеке помогут сохранить о нем добрую память.

4. Будьте готовы к вопросам и всегда будьте честными в ответах. Детей часто интересуют вопросы рождения и смерти. Учитель никогда не должен бояться сказать «Я не знаю». Очень важно знать культурный уровень семьи ребенка, ее религиозные установки. Ваши собственные чувства никогда не должны вступать в противоречие с чувствами родителя или смущать ребенка.

5. Покажите ребенку, что плакать не стыдно. Если ваши глаза наполнились слезами, не скрывайте этого. «Ты очень любил маму, и я это понимаю. Очень грустно, что она умерла». В это время ребенку можно рассказывать множество трогательных историй. Покажите ему, что можно улыбаться и смеяться. «Мама любила клоунов, не правда ли?» – такая фраза может стать началом разговора о цирке и на уроке рисования можно предложить изобразить что-нибудь веселое.

6. Никогда не говорите: «Ты ведь так не думаешь, не так ли?» Не говорите, что вы надеетесь на исчезновение у ребенка страхов, и не пытайтесь сменить тему разговора. Когда ребенок говорит, что считает себя виноватым в смерти отца, он действительно так думал. Дети честны, они говорят то, что думают. Их чувства реальны и сильны, и о них надо знать, им надо верить, о них надо говорить. Не следует произносить фраз типа «Скоро тебе будет лучше».

Гораздо лучше будет сказать: «Я знаю, что ты чувствуешь, и тоже не понимаю, почему твой отец должен был умереть таким молодым. Я только знаю, что он любил тебя, и ты никогда не забудешь его».

7 Старайтесь быть в контакте с родителем. Ребенок быстро почувствует связь между вами и его семьей, и это создаст у него ощущение безопасности. Обсуждайте с ними изменения в поведении ребенка, в его привычках.

Необходимо с особым вниманием относиться к трудным для потерявшего родителя ребенка дням. Такими днями являются праздники, когда дети поздравляют маму или папу. Ребенку, у которого нет матери, нужно посоветовать приготовить поздравление для бабушки. Конечно, невозможно заранее учесть все возможные случайности.

Понимающий учитель, вооруженный знаниями о том, что смерть не является запретной темой, поможет страдающему ребенку пережить трудный для него период с минимальными потерями. Конечно, ребенок, долгое время не выходящий из кризиса, нуждается в специальной помощи.

Здесь требуется специализированная индивидуальная психотерапия как для ребенка, так и для родителя, а часто полезной оказывается и семейная терапия.

Приведенные выше приемы кажутся на первый взгляд очень простыми и естественными. Однако в большинстве случаев взрослые ведут себя по отношению к страдающему ребенку именно так, как не надо себя вести: делают вид, что ничего не случилось, стараются избегать упоминаний о постигшем ребенка горе, а на самом деле предлагают ему самому справляться с горем, самому вырабатывать способы поведения и защиты и искать пути выхода из кризиса. Далекое не всегда он справляется с этой задачей.

Помочь ребенку, поддержать его в столь трудной ситуации должны уметь в первую очередь те взрослые, которые живут рядом с ребенком, встречают его каждый день в школе или в детском саду.

9. Что можно сделать для того, чтобы помочь

- Подбирайте ключи к разгадке суицида.
- Примите суицидента как личность.

- Установите заботливые взаимоотношения
- Будьте внимательным слушателем
- Не спорьте
- Не предлагайте неоправданных утешений
- Предложите конструктивные подходы
- Вселяйте надежду
- Не оставляйте человека одного в ситуации высокого суицидального риска
- Обратитесь за помощью к специалистам
- Важность сохранения заботы и поддержки

10. Методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса

Цель методики (опросника) состоит в изучении уровня и характера тревожности, связанной со школой, детей младшего и среднего школьного возраста

Тест состоит из 58 вопросов, которые могут зачитываться школьникам, а могут и предлагаться в письменном виде. На каждый вопрос требуется однозначно ответить "Да" или "Нет".

Инструкция

"Ребята, сейчас Вам будет предложен опросник, который состоит из вопросов о том, как Вы себя чувствуете в школе. Старайтесь отвечать искренне и правдиво, здесь нет верных или неверных, хороших или плохих ответов. Над вопросами долго не задумывайтесь."

Отвечая на вопрос, записывайте его номер и ответ "+", если Вы согласны с ним, или "-", если не согласны."

Обработка и интерпретация результатов

При обработке результатов выделяют вопросы, ответы на которые не совпадают с ключом теста. Например, на 58-й вопрос ребенок ответил "Да", в то время как в ключе этому вопросу соответствует "-", то есть ответ "нет". Ответы, не совпадающие с ключом - это проявления тревожности. При обработке подсчитывается

1. Общее число несовпадений по всему тексту

Если оно больше 50 %, можно говорить о повышенной тревожности ребенка, если больше 75 % от общего числа вопросов теста - о высокой тревожности.

2. Число совпадений по каждому из 8 факторов тревожности, выделяемых в тексте. Уровень тревожности определяется так же, как в первом случае. Анализируется общее внутреннее эмоциональное состояние школьника, во многом определяющееся наличием тех или иных тревожных синдромов (факторов) и их количеством.

Факторы

№ вопросов

1. Общая тревожность в школе	2, 3, 7, 12, 16, 21, 23, 26, 28, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, сумма = 22
------------------------------	---

2. Переживание социального стресса	5, 10, 15, 20, 24, 30, 33, 36, 39, 42, 44 сумма = 11
3. Фрустрация потребности в достижении успеха	1, 3, 6, 11, 17, 19, 25, 29, 32, 35, 38, 41, 43; сумма = 13
4. Страх самовыражения	27, 31, 34, 37, 40, 45; сумма = 6
5. Страх ситуации проверки знаний	2, 7, 12, 16, 21, 26; сумма = 6
6. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	3, 8, 13, 17, 22; сумма = 5
7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	9, 14, 18, 23, 28; сумма = 5
8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями	2, 6, 11, 32, 35, 41, 44, 47; сумма = 8

КЛЮЧ К ВОПРОСАМ

1-	7-	13-	19-	25+	31-	37-	43+	49-	55-
2-	8-	14-	20+	26-	32-	38+	44+	50-	56-
3-	9-	15-	21-	27-	33-	39+	45-	51-	57-
4-	10-	16-	22+	28-	34-	40-	46-	52-	58-
5 -	11+	17-	23-	29-	35+	41+	47-	53-	
6 -	12-	18-	24+	30+	36+	42-	48-	54-	

Результаты

1) Число несовпадений знаков ("+" - да, "-" - нет) по каждому фактору (абсолютное число несовпадений в процентах: < 50 %; > 50 % и 75%).

Для каждого респондента.

2) Представление этих данных в виде индивидуальных диаграмм.

3) Число несовпадений по каждому измерению для всего класса; абсолютное значение - < 50 %; > 50 % и 75%.

4) Представление этих данных в виде диаграммы.

5) Количество обучающихся, имеющих несовпадения по определенному фактору 50 % и 75 % (для всех факторов).

6) Представление сравнительных результатов при повторных замерах.

7) Полная информация о каждом обучающемся (по результатам теста).

Содержательная характеристика каждого синдрома (фактора).

Общая тревожность в школе - общее эмоциональное состояние ребенка, связанное с различными формами его включения в жизнь школы.

Переживания социального стресса - эмоциональное состояние ребенка, на фоне которого развиваются его социальные контакты (прежде всего - со сверстниками).

10. Часто ли твои одноклассники смеются над тобой, когда вы играете в разные игры?
11. Случается ли, что тебе ставят более низкую оценку, чем ты ожидал?
12. Волнует ли тебя вопрос о том, не оставят ли тебя на второй год?
13. Стараешься ли ты избегать игр, в которых делается выбор, потому что тебя, как правило, не выбирают?
14. Бывает ли временами, что ты весь дрожишь, когда тебя вызывают отвечать?
15. Часто ли у тебя возникает ощущение, что никто из твоих одноклассников не хочет делать то, чего хочешь ты?
16. Сильно ли ты волнуешься перед тем, как начать выполнять задание?
17. Трудно ли тебе получать такие отметки, каких ждут от тебя родители?
18. Боишься ли ты временами, что тебе станет дурно в классе?
19. Будут ли твои одноклассники смеяться над тобой, если ты сделаешь ошибку при ответе?
20. Похож ли ты на своих одноклассников?
21. Выполнив задание, беспокоишься ли ты о том, хорошо ли с ним справился?
22. Когда ты работаешь в классе, уверен ли ты в том, что все хорошо запомнишь?
23. Снится ли тебе иногда, что ты в школе и не можешь ответить на вопрос учителя?
24. Верно ли, что большинство ребят относится к тебе по-дружески?
25. Работаешь ли ты более усердно, если знаешь, что результаты твоей работы будут сравниваться в классе с результатами твоих одноклассников?
26. Часто ли ты мечтаешь о том, чтобы поменьше волноваться, когда тебя спрашивают?
27. Боишься ли ты временами вступить в спор?
28. Чувствуешь ли ты, что твое сердце начинает сильно биться, когда учитель говорит, что собирается проверить твою готовность к уроку?
29. Когда ты получаешь хорошие отметки, думает ли кто-нибудь из твоих друзей, что ты хочешь выслужиться?
30. Хорошо ли ты себя чувствуешь с теми из твоих одноклассников, к которым ребята относятся с особым вниманием?
31. Бывает ли, что некоторые ребята в классе говорят что-то, что тебя задевает?
32. Как ты думаешь, теряют ли расположение те из учеников, которые не справляются с учебной работой?
33. Похоже ли на то, что большинство твоих одноклассников не обращают на тебя внимание?
34. Часто ли ты боишься выглядеть нелепо?
35. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся учителя?
36. Помогает ли твоя мама в организации вечеров, как другие мамы твоих одноклассников?

37. Волновало ли тебя когда-нибудь, что думают о тебе окружающие?
38. Надеешься ли ты в будущем учиться лучше, чем раньше?
39. Считаешь ли ты, что одеваешься в школу так же хорошо, как и твои одноклассники?
40. Часто ли ты задумываешься, отвечая на уроке, что думают о тебе в это время другие?
41. Обладают ли способные ученики какими-то особыми правами, которых нет у других ребят в классе?
42. Злятся ли некоторые из твоих одноклассников, когда тебе удастся быть лучше их?
43. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся одноклассники?
44. Хорошо ли ты себя чувствуешь, когда остаешься один на один с учителем?
45. Высмеивают ли временами твои одноклассники твою внешность и поведение?
46. Думаешь ли ты, что беспокоишься о своих школьных делах больше, чем другие ребята?
47. Если ты не можешь ответить, когда тебя спрашивают, чувствуешь ли ты, что вот-вот расплачешься?
48. Когда вечером ты лежишь в постели, думаешь ли ты временами с беспокойством о том, что будет завтра в школе?
49. Работая над трудным заданием, чувствуешь ли ты порой, что совершенно забыл вещи, которые хорошо знал раньше?
50. Дрожит ли слегка твоя рука, когда ты работаешь над заданием?
51. Чувствуешь ли ты, что начинаешь нервничать, когда учитель говорит, что собирается дать классу задание?
52. Пугает ли тебя проверка твоих знаний в школе?
53. Когда учитель говорит, что собирается дать классу задание, чувствуешь ли ты страх, что не справишься с ним?
54. Снилось ли тебе временами, что твои одноклассники могут сделать то, чего не можешь ты?
55. Когда учитель объясняет материал, кажется ли тебе, что твои одноклассники понимают его лучше, чем ты?
56. Беспокоишься ли ты по дороге в школу, что учитель может дать классу проверочную работу?
57. Когда ты выполняешь задание, чувствуешь ли ты обычно, что делаешь это плохо?
58. Дрожит ли слегка твоя рука, когда учитель просит сделать задание на доске перед всем классом?

11. СИСТЕМА ПРОГРАММНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

Просвещение и профилактика			
Учащиеся			
№ п/п	Содержание работы	Сроки	Ответственный
1	Выявление и реабилитация несовершеннолетних и их семей, оказавшихся в сложной жизненной ситуации	в течение года	соц. педагог
2	Составление базы данных по социально неблагополучным семьям	сентябрь	соц. педагог
3	Проведение индивидуальных профилактических мероприятий с семьями социального риска	в течение года	соц педагог
4	Организация оздоровления и отдыха во внеурочное время детей из неблагополучных и малообеспеченных семей (оздоровительный лагерь при лицее)	каникулярное время	соц. педагог
5	Организация работы по профилактике профессионального выгорания	в течение года	психологи
6	Организация волонтерского движения по оказанию помощи детям, склонным к суицидальным действиям	в течение года	куратор
7	Психологические классные часы: > В поисках хорошего настроения (1 кл) > Профилактика курения (2 кл) > Как научиться жить без драки (3 кл, ШП №10 - 2006) > Учимся снимать усталость (4 кл) > Толерантность (ФПИ - 2007) (5 классы) > Как преодолевать тревогу (6 класс, ФПИ - 2007) > Способы решения конфликтов с родителями (7 кл.) > Стресс в жизни человека. Способы борьбы со стрессом (8 кл.) > Грани моего Я (9 кл, ШП №15 - 2006) > Я + он + они = мы (10 кл, ШП №18 - 2006) > Способы саморегуляции эмоционального состояния (11 кл, ШП №2	октябрь ноябрь ноябрь январь сентябрь февраль декабрь октябрь февраль январь март	психолог, кл.рук. волонтеры волонтеры психолог соц. педагог соц. педагог соц. педагог психолог психолог психолог

	- 2006, №4 - 2005) > «Как сказать Нет!» (ФПИ - 2007) (8 кл.) > Не сломай свою судьбу! Подросток и наркомания (ФПИ - 2007)	февраль апрель	соц. педагог кл. руководитель кл. руководитель
8	Правовые классные часы: > Что ты должен знать об УК РФ (6 - 8 кл.) > Уголовная ответственность несовершеннолетних (8 - 11 кл.) > Знаешь ли ты свои права и обязанности (5 - 9 классы)	сентябрь, октябрь ноябрь	инспектор инспектор соц. педагог
9	Психолого-педагогическая поддержка обучающихся к выпускным экзаменам (тренинг 9 кл)	март - апрель	психолог
10	Игра для учащихся 5-х классов «Колочка» (интеграция «отверженных», ШП №11 - 2006)	октябрь	психолог
11	Игра «В чём смысл жизни?» (Юкл, ШП №5 - 2005)	февраль	кл. руководитель
12	Гр. занятия по формированию социальных навыков и навыков здорового образа жизни «Я и мой выбор»	в течение года	кл. руководитель
13	Психокоррекционная группа с неадаптивными детьми (5 кл.)	октябрь - ноябрь	психолог
14	Диспут для подростков «Успех в жизни» (ФПИ - 2007)	декабрь	соц. педагог
15	Организация работы группы для подростков «Поверь в себя»	январь	психологи
Педагоги			
1	Деловая игра «Педагогические приёмы создания ситуации успеха» (ШП №15 - 2006)	октябрь	завуч по ВР
2	Семинар «Что такое суицид и как с ним бороться»	ноябрь	психолог
3	Семинар кл. руководителей «Некоторые причины и формы проявления невротических расстройств у современных старшеклассников» (ШП №2 - 2005)	декабрь	завуч по ВР
4	Семинар «Типология возрастных психолого-педагогических особенностей учащихся»	январь	психолог
5	Семинар классных руководителей «Психологический климат в классе» (ШП №10, 12, 16, 19 - 2001)	февраль	завуч по ВР

6	Семинар классных руководителей «Профилактика конфликтных ситуаций и работа с ними» (ШП №40-42 2004)	март	завуч по ВР
7	Семинар-практикум «Методы разрешения педагогических конфликтов»	по плану	психолог
Родители			
1	Родительский лекторий. <ul style="list-style-type: none"> > Возрастные психолого-педагогические особенности (младший школьник, подросток, старший школьник) > Наши ошибки в воспитании детей (ФПИ) > Шаги общения (ФПИ) > Психологические особенности периода адаптации, формы родительской помощи и поддержки > Тревожность и ее влияние на развитие личности > Трудный возраст или советы родителям (ШП №17-18 1998) > Что такое суицид и как с ним бороться (среднее и старшее звено) > Особенности детско-родительских отношений как фактор психологического дискомфорта > Чем и как увлекаются подростки (ШП №1 - 2005) > Куда уходят дети: профилактика безнадзорности и бродяжничества > Уголовная ответственность несовершеннолетних > Как помочь ребенку справиться с эмоциями (ФПИ) 	по плану, по запросу	кл. руководитель психолог завуч по ВР психолог психолог психолог соц. педагог соц. педагог психолог завуч по ВР соц. педагог инспектор соц. педагог
2	Диспут «Позитивное и негативное в поведении ребенка: как к этому относиться» (ФПИ)	по плану	соц. педагог
Диагностика			
Учащиеся			
1	Исследование социального статуса	ежегодно	кл. руководитель
2	Исследование уровня адаптации	по плану	психолог
3	Исследование уровня тревожности	по плану	психолог
4	Шкала социально психологической адаптации (СПА) 9 кл	по плану	психолог

5	Опросник Басса - Дарки (агрессия, чувство вины)	по запросу	психолог
6	Оценка способов реагирования на конфликтные ситуации	по запросу	психолог
7	Склонность к отклоняющемуся поведению	дети группы риска	соц. педагог
Родители			
1	Опросник для родителей - диагностика нарушений во взаимоотношениях подростка с родителями и их причин	по запросу	психолог
2	Опросник родительского отношения (А.Варга, В Столин)	по запросу	психолог
Коррекция			
1	Занятие «Ты и я - такие разные» - для подростков 5-6 класс (ПШ № 11 - 2002)	октябрь	психолог
2	Занятие «Барьеры непонимания» 8 класс (ШП №46 - 2001)	ноябрь	соц.педагог
3	Занятие по повышению самооценки «Нарисуй подарок самому себе» (7кл., ШП№ 10-2005)	декабрь	соц.педагог
	Тренинг уверенности (для старшеклассников, ШП № 2, 3, 4 — 2005, №15 - 2006)	февраль	психолог
	Тренинг «Манипуляция: игры, в которые играют все» (для старшеклассников, ШП № 2, 5, 6, 7 - 2005)		психолог
	Цикл занятий для подростков «Я сам строю свою жизнь» (ФПИ)		соц.педагог

Литература

1. Аракелова Г.Г. Учителям и родителям о психологии подростков. М. 1988 стр 53-61
2. Бирюшев Р.Р. Некоторые аспекты исследования агрессивного и делинквентного поведения подростков. Алматы, Менеджмент в образовании. 1997, №3 стр15-20
3. Бердяев Н. О самоубийстве. - М., 1992.
4. Дюркгейм Э. Самоубийство. СПб., 1998
5. Райе Ф Психология подросткового и юношеского возраста. — М., 2000.

Глоссарий

Агрессивное поведение - поведение, нацеленное на подавление или причинение вреда другому живому существу, не желающему подобного обращения.

Аддиктивное поведение - зависимое поведение.

Антисоциальное поведение - поведение, противоречащее социальным нормам, угрожающее социальному порядку и благополучию окружающих людей.

Аутистическое поведение - поведение, проявляющееся в виде непосредственной отгороженности от людей и окружающей действительности, погруженности в мир собственных фантазий.

Аутодеструктивное поведение - поведение, связанное с причинением себе вреда, разрушение своего организма и личности.

Внутренние формы суицидального поведения — суицидальные мысли, представления, переживания, тенденции.

Внешние формы суицидального поведения — суицидальные попытки и завершённые суициды

Суицид — умышленное самоповреждение со смертельным исходом (лишение себя жизни).

Суицид — психологическое явление - акт самоубийства, совершаемый человеком в состоянии сильного душевного расстройства, либо под влиянием психического заболевания. Осознанный акт устранения себя из жизни, когда собственная жизнь как высшая ценность теряет смысл.

Самоубийца — человек, потерявший веру, надежду, впавший в грех уныния и отчаяния, он думает о себе и не думает о ближних.

Суицидальное поведение - любые внутренние и внешние формы психических актов, направляемые представлениями о лишении себя жизни.

Суицидальное поведение - это проявление суицидальной активности - мысли, намерения, высказывания, угрозы, попытки, покушения.

Суицидальная попытка - целенаправленное оперирование средствами лишения себя жизни, не закончившееся смертью.

Социальные отклонения- нарушения социальных норм, которые характеризуются массовостью, устойчивостью и распространенностью, например преступность или пьянство.

Деадаптация- состояние сниженной способности (нежелания, неумения) принимать и выполнять требования среды как лично значимые, а также реализовать свою индивидуальность в конкретных социальных условиях.

Делинквентное поведение- действия конкретной личности, отклоняющиеся от установленных в данном обществе и в данное время правовых норм, угрожающие общественному порядку.

Деструктивное поведение- поведение, причиняющее ущерб, приводящее к разрушению.

Хроническое суицидальное поведение — саморазрушительное поведение, к которому можно отнести прием наркотиков, злоупотребление табака и алкоголя, управление транспортом в нетрезвом виде, самоистязание, сознательное участие в драках, занятия экстремальными видами спорта, желание служить в «горячих точках».