

ИНСПЕКТОР ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ

№12, 2023



**ПРОФИЛАКТИКА
детского неблагополучия**

Профилактика суицидального поведения детей и подростков в условиях отделения социальной помощи семье и детям



Е.В. МАЙНГАРД,
психолог отделения социальной помощи семье и детям Филиала
«Комплексный центр социального обслуживания населения
Центрального округа по Железнодорожному, Завельцовскому
и Центральному районам города Новосибирска»
Муниципального бюджетного учреждения города Новосибирска
«Городской комплексный центр социального обслуживания
населения»

Суицидальное поведение несовершеннолетних является одной из актуальных проблем современной действительности. Исследованиями установлено, что сегодня большинство подростков, демонстрирующих суицидальное поведение, воспитываются во внешне благополучных семьях, что требует углубленного изучения особенностей внутрисемейных отношений и, в целом, семейного фактора, влияющего на отклоняющееся поведение несовершеннолетних.

К числу наиболее частых причин суицидов среди подростков относят:

- состояние переутомления;
- потерю любимого человека;
- уязвленное чувство собственного достоинства;
- разрушение защитных механизмов личности в результате алкоголизма, наркомании и токсикомании;
- отождествление себя с человеком, совершившим самоубийство;
- различные аффективные реакции.

Изучение проблемы суицидального поведения среди несовершеннолетних показывает, что в целом ряде случаев подростки решались на самоубийство с целью привлечь внимание родителей, педагогов на свои проблемы, выражая, таким образом, протест против бездушия, безразличия и жестокости взрослых.

Все это дает основание говорить о том, что в отношении несовершеннолетних, демонстрирующих суицидальное поведение, необходимо своевременно проводить профилактические, коррекционные, восстановительные мероприятия с целью оказания им действенной психологической помощи.

Организация работы по профилактике суицидального поведения детей и подростков с целью формирования у них навыков адекватной социально-психологической адаптивности является одним из важных направлений деятельности психологов отделения социальной помощи семье и детям Филиала «Комплексный центр социального обслуживания населения Центрального округа по Железнодорожному, Завельцовскому и Центральному районам города Новосибирска».

Успешности такой профилактической работы способствуют ее своевременность, комплексность, последовательность и дифференцированный подход. При этом особое значение приобретает фактор своевременности оказания психологической помощи под-

росткам с суицидальным поведением. Установленный научный факт: подростковые суицидальные попытки в большинстве случаев совершаются на высоте аффекта. Поэтому именно от внимательного отношения и своевременного грамотного реагирования окружающих (родителей, педагогов, сверстников, медицинских работников, психологов) зависит, остановит или реализует свой суицидальный план подросток.

Семья является главным институтом, в котором происходит развитие и становление личности ребенка. Среди многих прочих функций она выполняет и роль, своего рода, «психологического укрытия» для ребенка. В этой связи непреходящее значение для полноценного развития, сохранения и укрепления физического и психического здоровья ребенка имеет наличие в семье гармоничных детско-родительских отношений, атмосферы взаимной заботы, любви и поддержки.

Комплекс мер по профилактике суицидального поведения несовершеннолетних, оказавшихся в поле зрения психологов нашего учреждения, реализуется в ходе выполнения программ «Выход есть всегда!» и «Все грани моего “я”». Программа оказания психологической помощи подросткам с суицидальными намерениями «Выход есть всегда!» начала действовать в 2021 году. Цель программы – профилактика в среде несовершеннолетних суицидального поведения путем оказания практической помощи подросткам в преодолении негативных эмоциональных состояний, формирования у них навыков саморегуляции, уверенности в себе, умения видеть и реализовывать имеющиеся ресурсные возможности. Программа рассчитана на полгода и предусматривает не менее двенадцати сеансов работы с детьми с суицидальным поведением специалистов-психологов. Такие встречи продолжительностью до полутора часов организуются два раза в месяц и включают в себя психологические тренинги, дискуссии, групповые и индивидуальные коррекционно-развивающие занятия. Результативность проделанной с несовершеннолетними работы оценивается посредством проведения диагностического среза на первой и последней встречах.

Вторая программа, «Все грани моего “я”», в которой участвует группа подростков с суицидальными намерениями, реализуется с 2021 года. В ходе проводимой в ее рамках работы у несовершеннолетних вырабатывается потребность к самопознанию и личностному саморазвитию, формируются уверенность в себе, умение адекватно оценивать себя и свои возможности. Подросткам оказывается помощь в осознании жизненных целей и перспектив, определении путей и способов их достижения, развитии умения видеть свои ресурсные возможности. Формы проводимых в рамках программы занятий разные: дискуссии, тренинги, индивидуальные консультации, групповые психокоррекционные мероприятия. Эта программа, как и предыдущая, рассчитана на полгода и предусматривает организацию не менее двенадцати занятий (два раза в месяц до полутора ча-

сов каждое) подростков со специалистами учреждения. Оценка результативности программы также производится путем проведения диагностического среза на первом и последнем занятиях.

Проводимые параллельно, данные программы взаимно дополняют одна другую, благодаря чему их эффективность увеличивается. Представляется целесообразным использование полученных в результате реализации программ наработок в процессе сопровождения проблемных семей. Эти материалы могут быть востребованы при проведении мероприятий с родителями с целью формирования гармоничных детско-родительских отношений и ответственного родительства.

Вышеназванные программы также могут с пользой применяться в работе с имеющими суицидальное поведение подростками, которая проводится в центрах социального обслуживания населения и в других учреждениях семейно-детской сферы.

В целях предупреждения суицидов в подростковой среде в нашем отделении социальной помощи семье и детям ведется работа по информированию детей, склонных к суицидальному поведению, о кружках, секциях, клубах, работающих на территории Центрального округа города Новосибирска, и вовлечению их в организованную досуговую деятельность. В ходе проведенного исследования было установлено, что из 28 несовершеннолетних с суицидальным поведением внеурочной полезной деятельностью на системной основе занимаются 17 подростков. Среди них посещают:

- спортивные секции (фитнес, рукопашный бой, конный спорт, танцы) – 6 чел;
- художественную школу – 3 чел;
- театральную студию – 4 чел;
- музыкальную школу – 2 чел.

Еще два подростка (девочки) участвуют в молодежном проекте «Другая “Я”».

При этом десять несовершеннолетних, проявляющих склонность к суицидальному поведению, не вовлечены в организованную досуговую деятельность.

Такие исследования помогают своевременно выявлять детей с суицидальными намерениями, не посещающих учреждения дополнительного образования, и вовлекать их в организованные формы досуговой занятости, приглашать на познавательные и тематические мероприятия, проводимые, в том числе, непосредственно в нашем учреждении.

Информация о несовершеннолетних, склонных к суицидальному поведению, нам поступает из органов и учреждений системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних. На основании постановления территориальной Комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав в 2022–2023 гг. психологами нашего отделения были обследованы 28 совершивших суицидальные попытки несовершеннолетних в возрасте от 13 до 17 лет (25 девочек, 3 мальчика). Психодиагностическое обследование этих детей включало

в себя исследование их эмоционально-волевой сферы и личностных компонентов. Оно осуществлялось с использованием классических психологических методик: проективного теста «Hand» (базовый вариант), компьютерной программы «Личностный опросник» (базовый вариант), сборника психологических тестов «Диагностика родительства» (методика Р.В. Овчаровой), комплекта методик для диагностики агрессивности и конфликтности (авторы: Б. Брайклин, З. Пиотровски, Э. Вагнер, А. Басс, А. Дарки, К. Томас), диагностики личностных отклонений подростков (локальная версия).

В результате обследования 28 несовершеннолетних, совершивших попытку суицида, было выявлено, что:

- занижена самооценка – у 23 чел.;
- высокий уровень тревожности – у 25 чел.;
- низкая переносимость неудач – у 26 чел.;
- повышенный уровень фрустрации – у 22 чел.;
- высокий уровень агрессии – у 26 чел.

Способы осуществления подростками суицидальной попытки:

- высказывания суицидального характера и нанесение самоповреждений – 23 чел.;
- отравление медикаментами – 4 чел.;
- завершённый суицид – 1 чел.

Подросток с завершённым суицидом был обследован и являлся участником программы по профилактике суицидального поведения «Выход есть всегда!». К групповым мероприятиям отделения подросток интереса не проявлял, предпочитал индивидуальные занятия. В поведении подростка отмечалась положительная динамика (позитивно размышлял о будущем, планировал поступить в педагогический колледж и работать с детьми, выходил на прогулки, взаимодействовал со сверстниками, у него улучшились взаимоотношения в семье). Подросток заявил, что хотел бы сделать перерыв в работе с психологом, чтобы отдохнуть перед учебным годом.

В ходе работы по профилактике суицидального поведения несовершеннолетних психологами учреждения применяется технология оказания психологической помощи посредством консультирования с применением проективных техник, направленных на проработку неосознанных или не полностью осознанных мотивов и установок, личностных конфликтов, доминирующих потребностей, неопределённых психических состояний.



Психологическое консультирование имеет целью повышение социально-психологической компетентности родителей, обучение их приемам правильного общения с ребенком-подростком и разрешения конфликтных ситуаций, а также проведение соответствующей работы с ребенком.

Очень важный аспект консультирования по проблеме детско-родительских отношений – при анализе каждой конфликтной ситуации помогать родителю «проходить по обеим сторонам улицы воспитывающего взаимодействия», смотреть на случившееся глазами и взрослого, и ребенка.

Работа с семьей подростка с суицидальным поведением проводится в индивидуальной форме.

К технологиям психологического консультирования с применением проективных техник относятся: психодрама, техники конструирования, проективная игра, незаконченные предложения, метафорические ассоциативные карты, рисуночные тесты.

Использование метафорических ассоциативных карт в ходе психологического консультирования в целях профилактики суицидального поведения детей и подростков является экономичным (с точки зрения затрат времени и сил) и экологичным (с точки зрения безопасности клиента) способом работы с ребенком. Технология консультирования с применением проективных техник позволяет успешно решать задачу проработки родительской позиции и типа



семейного воспитания, особенностей восприятия и переживания родителем характера отношений и взаимодействия с ребенком.

Работа психолога с подростком часто осложняется отсутствием у него мотивации и проявлением с его стороны открыто враждебного отношения. Поведение подростка при контакте с психологом часто характеризуется негативизмом, открытым нежеланием общаться или демонстративным стремлением привлечь к себе внимание. Это требует включения в терапевтический процесс специальных средств, побуждающих ребенка проявлять заинтересованность в совместной работе и оставаться в рамках определенной темы.

Эффективно справляться с подобными проблемами помогает использование арт-терапии. Арт-терапия предполагает применение широкого спектра художественных материалов: одни позволяют снять эмоциональное напряжение, другие – отреагировать травматичный опыт и сформировать навыки совладания. Перенос чувств на стимульный материал делает процесс безопасным и создает дополнительные возможности для рефлексии и когнитивной проработки опыта с опорой на метафоры и символы.

В своей практике психологи используют метафорические ассоциативные карты (одна из разновидностей арт-терапии). В ходе работы с несовершеннолетними важно помочь им определить, какие возможности для них видятся в создавшейся ситуации, и тогда следующими этапами профилактической работы с ними будут формирование навыков разрешения конфликта, работа с развитием ресурсного состояния, работа с мотивацией. Таким образом, использование метафорических ассоциативных карт в работе с несовершеннолетними помогает психологу более эффективно определять причины совершаемых ими поступков и находить конструктивные пути выхода из сложившихся ситуаций.

Одной из самых эффективных проективных техник для профилактики суицидального поведения несовершеннолетних является сочинение сказок и историй. Сочинение сказок-метафор дает терапевтический эффект, включает воображение, фантазию, эмоции, задействует тот опыт, который в повседневной жизни бывает скрыт под грузом разных забот и хлопот. Сочинение сказок и историй используется для того, чтобы помочь ребенку найти выход из сложной жизненной ситуации, справиться с проблемой, найти новое для себя решение. В процессе сочинения сказки обязательно должны встретиться и сплестись в единую картину: герой сказки, трудность или проблема героя, критическая ситуация. Как известно, критическая ситуация может существовать очень долго, пока не случится ситуация, в которой мы ощутим, как проблема ограничивает нас, мешает нам развиваться, двигаться дальше. В истории должно произойти событие, которое побудит героя к переменам. После того, как история рассказана, полезно нарисовать героев сказки, обсудив все, что происходило по ходу развития истории.

Результаты промежуточной диагностики эмоционального состояния несовершеннолетних, склонных к суицидальному поведению, позволяют сделать выводы об изменении уровня самооценки, тревожности, агрессивности, фрустрации и переносимости неудач. В частности, выявлено следующее:

Переменные	2022 г. (чел.)	2023 г. (чел.)
Занижена самооценка	23	19
Высокий уровень тревожности	25	20
Низкая переносимость неудач	26	22
Повышенный уровень фрустрации	22	19
Высокий уровень агрессии	26	21

Полученные психодиагностические данные позволяют сделать вывод о том, что некоторые показатели эмоционально-волевой сферы и личностных компонентов несовершеннолетних с суицидальным поведением после проведения с ними соответствующей профилактической работы изменились незначительно. Это связано с наличием у подростков нарушений психики, таких заболеваний, как депрессия, пограничное расстройство личности, расстройство поведения, шизофрения.

Еще одним важным фактором, снижающим эффективность работы по профилактике суицидального поведения в подростковом возрасте является неблагоприятная обстановка в семье, которая не только не обеспечивает ребенку эмоциональную безопасность, а, наоборот, угнетает его психику. Негативное эмоциональное состояние и депрессию у ребенка вызывают такие факторы, как потеря или нестабильность семьи, создание новой семьи, ситуация длительного конфликта или развода родителей.

Среди выявленных подростков с суицидальным поведением семнадцать – воспитываются в полных семьях и десять – в неполных. Семьи характеризуются как внешне благополучные, но при этом в них отсутствуют эмоциональная, духовная близость и взаимопонимание, родители и дети проявляют друг к другу равнодушие.

С несовершеннолетними с суицидальным поведением, а также с их родителями индивидуальная работа будет продолжена. Ее цель: формирование у детей объективной самооценки, позитивного образа будущего, стрессоустойчивости, коммуникативных навыков; снижение у них уровня тревожности; привитие им умения адаптироваться к жизненным трудностям; обучение их методам и приемам регулирования своего эмоционального состояния. Важной составляющей данной работы также является выстраивание в семьях детей с суицидальным поведением гармоничных детско-родительских отношений.