



ОРГАНИЗАЦИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СИТУАЦИИ РИСКА СУИЦИДА / СОВЕРШЕННОГО СУИЦИДА НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ

**Халикова Лилия Рашитовна,
к. пед. н., доцент, зав. кафедрой
психологии ГАОУ ДПО ИРО РБ**

□ Система образования может стать реальной площадкой для работы по раннему выявлению и профилактике суицидального поведения учащихся.

□ Суицидальный риск, суицид, совершенный учащимся ОУ, затрагивает всех субъектов образовательной среды:

учащихся;

родителей;

педагогов;

администрацию;

других сотрудников ОУ.

□ Организация деятельности психолога ОУ по оказанию психологической помощи должна строиться таким образом, чтобы взаимодействовать со всей системой в целом.



Основные направления работы психолога в ОУ в ситуации совершенного суицида / риска:

- своевременное выявление суицидального риска,
- превентивные меры,
- кризисное вмешательство.

I. Превентивные меры

Превенция суицидов включает в себя профилактику и своевременное выявление суицидального риска.

Задачи программы предотвращения самоубийств :

- рассчитанные на подростков группы высокого риска, направлены на снижение факторов риска и усиление личностных ресурсов.



- ▣ Программы профилактики самоубийств, направленные на улучшение психологической адаптации, снижают вероятность развития антивитаьных переживаний и аутоагрессивного поведения, улучшают идентификацию своего «Я».
- ▣ Просветительские программы по проблеме самоубийств рассчитаны на общий контингент школьников, педагогов, родителей позволяют повысить осведомленность о причинах развития суицидального поведения, способах совладания и тех ресурсах, которые можно использовать в качестве поддержки.



ФОРМЫ И МЕТОДЫ РАБОТЫ ПО ОСУЩЕСТВЛЕНИЮ ПРЕВЕНТИВНЫХ МЕР

1. Профилактические мероприятия:

психологическое просвещение, тренинги, семинары, групповые дискуссии, разработка антикризисного плана действий в экстремальных и чрезвычайных ситуациях в ОУ (Бурмистрова Е.В. *Психологическая помощь в кризисных ситуациях (предупреждение кризисных ситуаций в образовательной среде): Методические рекомендации для специалистов системы образования. М.: МГППУ, 2006.*)

- ▣ **Индивидуальная и групповая работа с учащимися**
- ▣ **Совместная деятельность с классными руководителями**
- ▣ **Работа с родителями**



2. Диагностика суицидального риска

- шкала депрессии для детей и подростков М. Kovacs;
- шкала агрессии Басса-Перри [*Ениколопов С.Н., Цибульский Н.П. Психометрический анализ русскоязычной версии опросника диагностики агрессии А. Басса и М. Перри // Психологический журнал. 2007. № 1. С. 115–124.*];
- методика психодиагностики суицидальных намерений (В.П. Костюкевич, А.А. Биркин, В.П. Войцеха, А.А. Кучер) [*Костюкевич В.П., Биркин А.А., Войцеха В.П., Кучер А.А. Теория и практика выявления и предупреждения самоубийств в деятельности практического психолога, М., 2003.*];
- проективные методы (рисунки на свободную тему, «Мое состояние», метод незаконченных предложений).



II. Кризисное вмешательство при высоком риске суицида

психолог ОУ:

- Информирует о суицидальных намерениях учащегося узкий круг лиц, которые могут повлиять на принятие мер по снижению риска (администрацию, классного руководителя, родителей). Согласовывает с ними дальнейшие действия.
- Осуществляет кризисную психологическую помощь подростку с суицидальными намерениями.



Во время общения с подростком и его социальным окружением психологу важно:

- Сохранять спокойствие и предлагать поддержку.
- Не осуждать, не конфронтировать.
- Не бояться задавать вопросы о суицидальных намерениях.
- Признавать самоубийство как один из вариантов, но не признавать самоубийство как «нормальный» вариант.
- Поощрять полную откровенность.
- Больше слушать, чем говорить.
- Сконцентрировать процесс консультирования на «здесь и теперь».
- Избегать глубокого консультирования до тех пор, пока кризис не минует.
- Обращаться к другим людям за помощью в оценке потенциала индивидуума причинить себе вред.



- Определять, справляется ли ребенок со своими чувствами, не оказывают ли они влияние на его повседневные занятия.
- Получать сведения от родителей, учителей, родственников и друзей об изменениях в поведении, их продолжительности, актуальной ситуации и возможных провоцирующих событиях.
- Выявлять и актуализировать антисуицидальные факторы.
- Изучать наличие и качество поддержки семьи и сверстников.
- Доверительно побеседовать с преподавателями, другими специалистами, родителями.
- Если симптомы сохраняются психолог должен донести до родителя необходимость консультации детского психиатра.

Целью эффективной психологической помощи является лучшее понимание личностью собственного «Я», выявление конфликтующих эмоций, повышение самоуважения, изменение неадаптивного поведения, тренировка умения успешного разрешения конфликтов и более активное общение со сверстниками.

III. Алгоритм действий психологов в образовательном учреждении в ситуации совершенного суицида

- ▣ Установление контакта психологов с ответственными лицами, сбор информации, оценка ситуации.
- ▣ Выявление группы риска и оказание экстренной психологической помощи

Возможные реакции на суицид:

Шоковые состояния с тревогой, растерянностью.

Тревожно-фобические реакции.

Подавленность, тоска, чувство вины.

Агрессия, раздражение.

Актуализация старых, непроработанных проблем.

Усиление антивитаальных переживаний и аутоагрессивного поведения.

Психосоматические реакции.



▣ Встреча с классом, в котором произошел суицид

▣ *Групповая форма работы:*

Беседа с детьми позволяет:

- Оценить наличие явной или потенциальной угрозы для жизни как для самого человека.
- Упорядочить информацию, выстроить последовательность событий.
- Групповое обсуждение травматического события позволяет учащимся лучше понять произошедшее, понять погибшего, отреагировать свои чувства, повысить взаимопонимание и доверие между учащимися, адаптироваться после случившегося, формировать позитивное будущее, вернуть чувство самообладания, утраченное равновесие.
- Информировать учащихся об имеющихся экстренных и кризисных психологических службах в городе (районе), телефонах доверия.



Индивидуальная работа

| Этапы беседы | Главные задачи этапа | Используемые приемы |
|----------------|---|---|
| Начальный этап | Установление эмоционального контакта с собеседником, взаимоотношений «сопереживающего партнерства» | «Сопереживание», «Эмпатийное выслушивание» |
| Второй этап | Установление последовательности событий, которые привели к кризисной ситуации; снятие ощущения безвыходности ситуации | «Поддержка успехами и достижениями», «Структурирование беседы», «Постоянное внимание к содержанию», «Определение конфликта» |

| | | |
|---------------------|---|---|
| Третий этап | Совместное планирование деятельности по преодолению кризисной ситуации | «Интерпретация», «Планирование», «Удержание паузы», «Фокусирование на ситуации» |
| Заключительный этап | Окончательное формулирование плана деятельности; активная психологическая поддержка | «Логическая аргументация», «Рациональное внушение уверенности» |

Применение полуструктурированного интервью Фатхи О. «Диагностика и коррекция детей и подростков при посттравматическом стрессовом расстройстве» [Матафонова, Т. Ю., Пелешенко, М.А. *Диагностика и коррекция детей и подростков при посттравматическом стрессовом расстройстве [Текст] / Т. Ю. Матафонова, М.А. Пелешенко // Методическое руководство. Ч. 2, 2006.*].



- Для учащихся средней школы можно применить проективный тест «Несуществующее животное» (рисунок цветными карандашами, варианты: молча или с вопросами психолога).
- Проективные методики, методы арттерапии, игровые упражнения также позволят более полно оценить степень включенности в ситуацию, меру переживания и степень суицидального риска учащихся.
- На третьи сутки наступает психологическое и физическое истощение у людей, переживших травматическое событие, поэтому психологическую работу необходимо планировать с учетом динамики состояния пострадавших.
- ***При выраженности, длительности или стабильности болезненных проявлений, возникших в ответ на травматическое событие, необходимо индивидуальное психологическое консультирование подростка***



- ▣ *Индивидуальная работа с подростком, совершившим суицидальную попытку в постсуицидальный период.*
- Консультирование должно быть сфокусировано на оценку наличия суицидальных намерений и их снижения (болезненных фантазий о смерти, неприятия, враждебности, потери и наказания), а также на стабилизацию ситуации.
- При работе с несовершеннолетними для более полной адаптации подростка не только в школе, но и семье более эффективным является семейное консультирование.
- ▣ Организуя психокоррекционную работу с учащимися по переживанию травматического события, специалист - психолог должен иметь соответствующий рабочий инструментарий по работе с травмой



▣ **Психологическое консультирование родителей**
направлено на:

- информирование о возрастных и индивидуальных особенностях реагирования в кризисных ситуациях и способах совладания с ними;
- рекомендации по вопросам взаимоотношения с детьми;
- информирование об имеющихся очных экстренных и кризисных психологических службах в городе (районе), телефонах доверия.
- в случае выраженности негативных реакций на травматическое событие, оказание экстренной психологической помощи.



▣ Взаимодействие с классным руководителем, другими педагогами

Психолог ОУ:

- Информировать о признаках психологического неблагополучия, о влиянии травматического события на психику ребенка, о профессиональной помощи специалистов, работающих с травмой.
- Дает рекомендации педагогам (или консультирует) по вопросам взаимоотношения с детьми, пережившими данные события.
- Обращает внимание педагогов на их собственные чувства, возникшие в связи с ситуацией, оказывает им (по их запросу) психологическую помощь.
- На родительском собрании дает информацию о возможных реакциях ребенка на травму, о взаимодействии с ним, о ситуациях, когда взрослые могут справиться самостоятельно, а когда, к кому и по каким адресам следует обратиться за профессиональной помощью.



□ Заключительный этап

- Психологу необходимо установить согласованный «срок завершения» данной работы.
- Если в СМИ продолжаются выступления по этому поводу, информировать учащихся школы об имеющихся налицо манипулятивных действиях, о том, насколько данная информация может быть искажена, кому она на руку, как к ней относиться.
- Провести с педагогическим составом занятия по минимизации стрессового воздействия.
- Отслеживать психоэмоциональное состояние детей в целях профилактики расстройств эмоционального спектра.
- С целью выявления отставленных реакций у детей и подростков необходимо проведение психодиагностических мероприятий.

