

Когда мы теряем ребёнка из-за болезни или несчастного случая — это огромное горе, но когда ребёнок сам прерывает свой жизненный путь — это непоправимая трагедия. Суицидальные попытки детей всё чаще становятся формой поведения, к которой они прибегают в кризисной ситуации. Виновных в самоубийстве, как правило, нет. Любой суицид — это личное, осознанное решение самого ребёнка. Но лучшая профилактика суицида — дать возможность каждому ощутить право распоряжаться своей жизнью, равно как и право искать другие методы для решения проблем. Если подросток чувствует себя нужным хотя бы самому себе, если он имеет право голоса хотя бы в отношении себя самого, уже поэтому жизнь становится для него ценностью. Оказание помощи и поддержки подростку, оказавшемуся в тяжёлой кризисной ситуации, имеет вполне обозримые границы и может принести ощутимые плоды. Важно лишь вложить в такую работу немного искреннего сочувствия и тепла.

● суицид ● профилактика суицида ● проблема суицида ● профилактика суицидального поведения ● стрессоустойчивость

Остановить у последней черты

Суицид несовершеннолетних в основном связан с семейными конфликтами и неблагополучием, боязнью насилия со стороны взрослых, бестактным поведением отдельных педагогов, конфликтами с учителями, одноклассниками, друзьями, чёрствостью и безразличием окружающих. Порой подростки решались на суицид, чтобы привлечь внимание родителей, педагогов на свои проблемы, протестуя таким страшным образом против бездушия, безразличия, цинизма и жестокости взрослых. Решаются на такой шаг, как правило, замкнутые, ранимые подростки из-за ощущения одиночества, соб-

Когда страх перед жизнью сильнее страха смерти

Сергей Михайлович Курганский,

доцент кафедры управления образованием Института развития образования ХМАО-Югры, кандидат педагогических наук

С.М. Курганский. Когда страх перед жизнью сильнее страха смерти

ственной ненужности, стрессов и утраты смыслов жизни. За каждым таким случаем стоит личная трагедия, катастрофа, безысходность, когда страх перед жизнью побеждает страх смерти.

В настоящее время отсутствуют нормативные правовые акты, позволяющие квалифицировать причины, побуждающие детей к таким поступкам, а также действия взрослых, осуществляющих их воспитание. Оценка суицида проводится фрагментарно, не отслеживается статистика и мотивация поступков несовершеннолетних, хотя детский суицид с каждым годом возрастает. Тема эта освещается в прессе только в случае нашумевших событий, в среде педагогических работников практически не анализируется. В материалах по фактам попыток несовершеннолетних покончить жизнь самоубийством отсутствуют какие-либо сведения о психологической реабилитации и помощи подросткам, пытавшимся расстаться с жизнью.

Недостаточное внимание профилактике детских суицидов уделяется в общеобразовательных учреждениях. Администрация и педагогические коллективы формально относятся к установлению учащихся, склонных к суицидальному поведению, выявлению конфликтов в школе, в том числе между учащимися и учителями. *Слово «суицид» пугает родителей, педагогов, школьных психологов, ибо мало кто из них может работать с этой проблемой, не имея соответствующей подготовки.* Но жизнь складывается так, что знания о подростковом суициде и его профилактике сегодня актуальны.

Люди с суицидальными тенденциями испытывают не только печаль, тоску, уныние и разочарование, но могут проявлять враждебность к своему окружению. Семья и друзья, к сожалению, часто в ответ реагируют негодованием, допускают в беседе бурлящие эмоциями доводы, которые лишь подталкивают рассерженных людей к ещё большему неистовству.

Необходима просветительская работа среди родителей и подростков, служащая профилактикой и возможностью предупредить суицидальное поведение. *Поскольку самоубийства совершают дети школьного возраста, учреждения образования обязаны своевременно заметить и помочь ребёнку в решении его проблем.* Некоторые педагоги, заместители директоров образовательных учреждений недооценивают степень важности своевременного выявления детей, нуждающихся в психологической, социальной помощи. Игнорируют следы побоев у детей, пропуски уроков по неуважительным причинам, стремятся избавиться от неуспевающих учеников, проживающих в неблагополучных семьях. Подобные факты в работе педагогов недопустимы и являются грубым нарушением не только ст. 14 ФЗ № 120 «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних», но и педагогической этики. Иногда некорректное поведение самих педагогов может спровоцировать неадекватную реакцию учащегося вплоть до суицида. Единый государственный экзамен — стрессовая ситуация, в связи

ТЕХНОЛОГИЯ И ПРАКТИКА

с этим перед экзаменом важно провести соответствующие тренинги. Иногда самоубийства среди детей вызваны совершением правонарушений, незнанием, как вести себя в таких случаях (например, при вымогательстве денег, грабеже сотовых телефонов), страхом перед наказанием, лишением свободы. Эту проблему можно решить путём правового обучения, с помощью психолога.

В рамках такого предмета, как литература, факультативных часов по конфликтологии дети должны получать понятия о характере отношений между полами, первой любви, ценности и уникальности человеческой жизни, ответственности перед близкими, многообразии способов решения проблемных ситуаций, поскольку современная молодёжь мало читает, предпочитая виртуальную реальность. *Повсеместное увлечение компьютерными играми формирует у детей неадекватное представление о жизни, смерти, отношениях между людьми. Влияние компьютерных игр на суицидальное поведение, формирование безопасной информационной среды подростков, на наш взгляд, очень актуальны и подлежат исследованию психологами.*

В настоящее время не существует действенных способов предотвращения самоубийств. Внимание общественности в основном сконцентрировано на обсуждении влияния субкультур. Никто не обучает детей способам распознавания суицидального поведения и методам поведения и оказания помощи в такой ситуации. Никто не говорит подростку, что нужно делать и к кому можно обратиться, если ему не хочется жить.

Своевременная психологическая поддержка, доброе участие, оказанное подросткам в трудной жизненной ситуации, помогут избежать трагедии. Поэтому профилактика суицидов — важнейшее направление работы школы. Это целенаправленная, комплексная, последовательная деятельность, которая предполагает тесное сотрудничество всех субъектов воспитательного процесса.

Проблема детского суицида требует особого внимания

Суицид для школы — педагогическое упущение. Несмотря на то, что основным мотивом подростковых самоубийств были и остаются семейные конфликты — более 50% всех случаев, у школы есть возможность влиять на ситуацию и исправить её педагогическими усилиями.

Необходимо разработать план мероприятий по профилактике суицида. Целесообразнее включить его в годовой план воспитательной работы школы с утверждением на педагогическом совете. Это направление также должно быть отражено в планах классных руководителей. Совсем необязательно выделять его в отдельный раздел и называть «Профилактикой суицида», можно включить в разделы «Здоровье», «Здоровый образ жизни». Не нужно акцентировать вни-

С.М. Курганский. Когда страх перед жизнью сильнее страха смерти

мание детей на проблеме суицида. Мероприятия для детей должны подсказывать им ответы и пути решения трудных жизненных проблем, конфликтных ситуаций в семье, школе, личной жизни. Больше планировать практических занятий с оказанием психологической поддержки, по необходимости индивидуальной помощи. Цель занятий — учить детей правильно реагировать и осознавать свои ошибки, анализировать свои поступки и их последствия, учить преодолевать трудности и неприятности жизни, делать выбор и отвечать за последствия перед собой и окружающими, помочь наладить контакты со сверстниками и взрослыми, повышать стрессоустойчивость организма.

Классные часы, родительские собрания на тему взаимоотношений с детьми, предупреждения суицидов в период весенне-осеннего обострения должны носить систематический характер, как и тестирование, анкетирование детей, нуждающихся в психологической помощи.

В планах мероприятий по профилактике суицида важно предусмотреть работу не только с детским коллективом, но и с педагогами, родителями. Необходимо разнообразить формы работы с семьёй, используя активные взаимодействия и практическую направленность занятий с рассмотрением вопросов детско-родительских отношений, проблем и условий семейного воспитания, межличностных отношений со сверстниками и взаимоотношений полов, профилактики семейных конфликтов.

Важно обратить внимание классных руководителей на индивидуальную работу с семьёй. Общение классного руководителя с родителями, посещение квартир учеников не должны сводиться к простому информированию о неудачах ребёнка в учёбе, пропусках школы. Важно изучить условия жизни и воспитания в семье, консультировать родителей по выявленным проблемам. Анализ деятельности классных руководителей, отчёты о проделанной работе должны содержать, кроме количественных показателей, качественный анализ и результативность по этому направлению.

При организации школьного психолого-медико-педагогического консилиума (ПМПк) одним из направлений его деятельности должна стать реальная помощь ребёнку и его семье. Помимо разработки и утверждения планов индивидуальной работы с детьми группы риска и их семьями, председатель школьного ПМПк обязан отслеживать выполнение решений консилиума и информировать коллег о ходе выполнения решения.

В образовательном учреждении необходимо организовать административный контроль над деятельностью сотрудников в направлении работы «Профилактика суицида». Это контроль качества и реализации планов работы классных руководителей, социальных педагогов, психологов, контроль над работой школьного ПМПк и взаимодействием всех заинтересованных педагогов и других специа-

ТЕХНОЛОГИЯ И ПРАКТИКА

листов, оценка результативности их деятельности. На совещаниях при директоре обязательно планировать один раз в четверть — полугодие заслушивать отчёты о работе и её результатах заместителей директора по воспитательной работе, психолога, социального педагога, классных руководителей. Решения таких совещаний должны носить конкретный, конструктивный характер.

Успех профилактики зависит от своевременного выявления подростков с психологическими проблемами, с нарушениями социальной адаптации и отклоняющимся поведением. Требуется активизация и систематизация работы по раннему выявлению учащихся, склонных к суициду, и тех, кто пережил или находится в состоянии конфликта, принятие мер по выявлению и устранению причин, применению дифференцированных мер коррекции.

Снизить уровень травматизации психики ребёнка поможет спланированная работа педагогов по улучшению психологического климата в школьном коллективе и эмоционального самочувствия всех участников образовательного процесса, повышению уровня их психологической комфортности.

Проблему суицида среди детей и подростков можно решить только путём консолидации усилий общественности, образовательных учреждений, правоохранительных органов, исполнительной и законодательной власти. Но количество самоубийств на душу подросткового населения, то есть процент нелюбви подростка к себе и ненависти к окружающему миру, во многом зависит от грамотной работы педагогов.

Поскольку проблема суицида связана со многими социально-экономическими, экологическими факторами, её необходимо изучать и решать комплексно. Это возможно, если будет принята специальная государственная программа предупреждения самоубийств, если будет проводиться мониторинг с целью выявления и устранения их причин, а также при создании службы «телефон доверия», активизации работы органов образования с учащимися и родителями, изучения зарубежного опыта.

Примерный план профилактики случаев суицида среди детей и подростков на учебный год			
№ п/п	Мероприятия	Срок	Ответственный
I. Работа с педагогическим коллективом			
1	Издать приказы: о мерах по профилактике суицида среди детей и подростков; о своевременном информировании о фактах, свидетельствующих о жестоком обращении с детьми; о назначении ответственного по профилактике случаев суицида среди учащихся школы	До 01.09	Директор школы

С.М. Курганский. Когда страх перед жизнью сильнее страха смерти

2	Разработать программу «Профилактика суицидального и аддиктивного поведения и других форм авиальной активности детей и подростков»	До 01.10	Зам. директора по УВР
3	Педагогический совет: «Теоретические аспекты и практический опыт работы по профилактике подросткового суицида»	Октябрь	Зам. директора по ВР
4	Совещание при директоре: о мерах профилактики суицида среди детей и подростков на учебный год; о результатах работы по профилактике суицидального поведения детей и семейного неблагополучия	Сентябрь Май	Зам. директора по ВР Зам. директора по ВР
5	Совещание при заместителе директора по ВР: профилактика семейного неблагополучия и суицидального поведения детей и подростков; о работе классных руководителей по реализации системы мер по предотвращению случаев суицида среди детей и подростков	Ноябрь Январь	Зам. директора по ВР Зам. директора по ВР
6	Учебно-методические семинары для классных руководителей: 1. Профилактика конфликтных ситуаций в ученическом коллективе. 2. Организационные условия проведения профилактики суицидального поведения и преодоления последствий суицидов. 3. Выявление ранних суицидальных признаков у несовершеннолетних. 4. Диагностика детей, склонных к суициду, коррекция их поведения. 5. Психолого-возрастные и физиологические особенности развития ребёнка. 6. Организация психолого-педагогического сопровождения несовершеннолетних с аддиктивным поведением в условиях общеобразовательной школы. 7. Методы работы по профилактике суицидального поведения. 8. Социально-психологические аспекты профилактики суицидального поведения среди детей и подростков	Октябрь Ноябрь Декабрь Январь Февраль Март Апрель Май	Педагог-психолог
7	Лекторий для педагогического коллектива по профилактике суицидов: 1. Сохранение психического здоровья учащихся. 2. Особенности профилактики отклоняющегося поведения подростков в условиях в условиях общеобразовательной школы. 3. Психолого-педагогические последствия перинатального поражения центральной нервной системы как причина дезадаптации ребёнка в школе	Сентябрь Октябрь Ноябрь	Педагог-психолог

ТЕХНОЛОГИЯ И ПРАКТИКА

	<p>4. Проблемы семьи в контексте современного психологического знания.</p> <p>5. Повышение психолого-педагогической компетентности родителей детей группы риска.</p> <p>6. Оказание помощи родителям и детям, находящимся в социально опасном положении.</p> <p>7. Профилактика суицидального поведения несовершеннолетних.</p> <p>8. Эпидемиология суицидального поведения</p>	<p>Декабрь</p> <p>Январь</p> <p>Февраль</p> <p>Март</p> <p>Апрель</p>	
8	<p>Семинар-тренинг:</p> <p>1. Подростковый суицид: профилактика и коррекция.</p> <p>2. Обстоятельства, факторы и мотивы суицидального поведения детей и подростков.</p> <p>3. Психодиагностическая работа по профилактике и коррекции суицидальных проявлений.</p> <p>4. Некоторые причины и формы проявления невротических расстройств у современных старшеклассников</p>	<p>Ноябрь</p> <p>Январь</p> <p>Март</p> <p>Май</p>	Педагог-психолог
Работа с родителями			
1	<p>Лекторий для родителей:</p> <p>1. Роль наказания и поощрения в воспитании детей.</p> <p>2. Эффективные стили семейного воспитания.</p> <p>3. Возрастные особенности подростков и их проявление в поведении.</p> <p>4. Профилактика возникновения кризисных состояний у детей и подростков.</p> <p>5. Сигналы неблагополучия, признаки острых переживаний подростка.</p> <p>6. Как сохранить детское доверие?</p> <p>7. Влияние семейных кризисных ситуаций на развитие личности ребёнка.</p> <p>8. Кризисные периоды детства.</p> <p>9. Типы суицидального поведения.</p> <p>10. Анализ причин психологических кризисов.</p> <p>11. Медицинские аспекты суицидального поведения несовершеннолетних</p>	<p>Сентябрь — май</p>	Педагог-психолог
2	<p>Общешкольные родительские собрания:</p> <p>1. Подростковый суицид.</p> <p>2. Взаимодействие школы и семьи как необходимое условие профилактики преступлений и правонарушений среди детей и подростков, социализация личности.</p> <p>3. Семейные конфликты и конструктивные способы их разрешения.</p> <p>4. Соблюдения прав детей как необходимое условие профилактики суицидального поведения несовершеннолетних</p>	<p>Сентябрь</p> <p>Ноябрь</p> <p>Январь</p> <p>Март</p>	Педагог-психолог

С.М. Курганский. Когда страх перед жизнью сильнее страха смерти

3	Психологический тренинг для родителей учащихся с девиантным поведением: 1. Причины детской агрессии. 2. Профилактика асоциального поведения в семье. 3. Позитивное и негативное в поведении ребёнка: как к этому относиться. 4. Роль взрослых в оказании помощи подростку в кризисных ситуациях	Октябрь Декабрь Февраль Апрель	Педагог-психолог
4	Семинар-практикум для опекунов несовершеннолетних: 1. Профилактика депрессивного состояния и суицидального поведения у подростков. 2. Профилактика и признаки суицидов, методы выведения из опасного состояния	Ноябрь Март	Педагог-психолог
5	Организовать работу с семьями учащихся, склонных к суицидальному поведению	В течение учебного года	Зам. директора по ВР
6	Консультации для родителей учащихся, оказавшихся в кризисной ситуации	В течение учебного года	Педагог-психолог
7	Родительский урок по теме: «Поведенческие реакции детей и подростков в стрессовой ситуации»	Октябрь	Педагог-психолог
8	Круглый стол: 1. Жестокое обращение с ребёнком. Причина, последствия, помощь. 2. Детские — взрослые проблемы. 3. Тревожность и её влияние на развитие личности. 4. Особенности детско-родительских отношений как фактор психологического дискомфорта	Сентябрь Ноябрь Февраль Май	Педагог-психолог
9	Выпустить буклет для родителей по профилактике суицида подростков	Октябрь	Зам. директора по ВР
10	Социологический опрос родителей: 1. Я и мой ребёнок. 2. Правильна ли ваша позиция по отношению к детям?	Февраль Апрель	Социальный педагог
Работа с учащимися			
1	Составить план мероприятий по реабилитации несовершеннолетних, совершивших попытку к суициду	До 01.09	Зам. директора по ВР
2	Организовать работу по психолого-педагогическому сопровождению учащихся, находящихся в кризисном состоянии и с высокой степенью суицидального риска	01.09	Зам. директора по ВР

ТЕХНОЛОГИЯ И ПРАКТИКА

3	Выявлять и проводить учёт детей, склонных к суициду	В течение учебного года	Зам. директора по ВР
4	Разработать индивидуальную профилактическую программу для каждого подростка, склонного к суициду	До 10.09	Педагог-психолог
5	Осуществлять контроль за учащимися, не посещающими или систематически пропускающими учебные занятия в школе	В течение учебного года	Классные руководители
6	Мониторинг среди учащихся 6 – 11-х классов по выявлению детей, находящихся в кризисных ситуациях, посредством заполнения и последующего анализа «карты факторов суицидального риска»	Октябрь	Педагог-психолог
7	Изучение межличностных взаимоотношений учащихся в классных коллективах (социометрия) и выявление «изолированных» детей	I-е полугодие учебного года	Педагог-психолог
8	Изучение адаптации учащихся 1-х, 5-х, 10-х классов, в том числе, самооценки, уровня тревожности	I-е полугодие учебного года	Педагог-психолог
9	Комплексная психологическая диагностика учащихся с проблемами обучения, развития, воспитания	II-е полугодие учебного года	Педагог-психолог
10	Сформировать банк данных на учащихся с высоким уровнем тревожности и депрессии	Октябрь	Педагог-психолог
11	Месячник профилактики суицидального поведения	Ноябрь	Зам. директора по ВР
12	Разработать поэтапный план психологической адаптации и помощи для отдельных детей и подростков, оказавшихся в трудной жизненной ситуации	Октябрь	Педагог-психолог
13	Рейды по выявлению детей, находящихся в социально опасном положении, проживающих в неблагополучных семьях в микрорайоне школы, оказывать им необходимую помощь	1 раз в четверть	Социальный педагог
14	Консультации для учащихся, оказавшихся в кризисной ситуации	В течение учебного года	Педагог-психолог
15	Консультативная психологическая помощь подросткам по профилактике нервно-психических расстройств	В течение учебного года	Педагог-психолог

С.М. Курганский. Когда страх перед жизнью сильнее страха смерти

16	Ролевые игры: 1. Конфликты в нашей жизни (5-е классы). 2. Толерантность (6-е классы). 3. Как преодолевать тревогу (7-е классы). 4. Способы решения конфликтов с родителями (8-е классы). 5. Стресс в жизни человека. Способы борьбы со стрессами (9-е классы). 6. Грани моего Я (10-е классы). 7. Способы саморегуляции эмоционального состояния (11-е классы).	В течение учебного года	Педагог-психолог
17	Диспут: «Успех в жизни» (10 – 11-е классы)	Январь	Зам. директора по ВР
18	Психологический тренинг с учащимися 5 – 11-х классов: 1. Личностный рост. 2. Снятие конфликтных ситуаций. 3. Умей сказать «Нет!».	Ноябрь Январь Апрель	Педагог-психолог
19	Круглый стол с учащимися 9 – 11-х классов по теме: «Формирование здорового образа жизни, первичная профилактика социально обусловленных заболеваний в детско-подростковой и молодёжной среде: проблема, поиски, решения»	Декабрь	Педагог-психолог
20	Организовать работу телефона экстренной психологической помощи для детей и подростков, оказавшихся в трудной жизненной ситуации	01.09	Зам. директора по ВР
21	Акция «Я люблю тебя, жизнь!»	Май	Зам. директора по ВР
22	Создать страницу на школьном сайте по психологическим проблемам подростков в постоянном режиме	01.09	Зам. директора по ВР
23	Классные часы, формирующие в процессе воспитательной работы у учащихся такие понятия, как «ценность человеческой жизни», «цели и смысл жизни», а также индивидуальных приёмов психологической защиты в сложных ситуациях: 1. Человек свободного общества. 2. Учимся строить отношения. 3. Моё здоровье. 4. Преступление и наказание. 5. Наши чувства и действия. 6. Почему трудно признать свою вину? 7. Обидчивость, несдержанность, раздражительность... 8. Дружба — главное чудо. 9. Любовью дорожить умейте. 10. Поговорим ещё раз о любви. 11. Наша дружная семья. 12. Дети и родители. Давайте понимать друг друга	В течение учебного года	Классные руководители

ТЕХНОЛОГИЯ И ПРАКТИКА

24	<p>Беседы <i>для учащихся 1–4-х классов:</i> 1. Как справиться со страхом. 2. Мир моего общения. 3. Школьные трудности. 4. Учимся дарить радость другим людям.</p> <p><i>Для учащихся 5–8-х классов:</i> 1. Научились ли мы общаться? 2. Умей помогать себе. 3. Как справиться с плохим настроением. 4. Освоение способов повышения настроения.</p> <p><i>Для учащихся 9–11-х классов:</i> 1. Мои сильные стороны. 2. Жизнь по собственному выбору. 3. Откровенный разговор. 4. Самовосприятие, самоуважение, самоодобрение. 5. Взаимоотношения в группе сверстников</p>	В течение учебного года	Классные руководители
----	--	-------------------------	-----------------------