

Педагогическое сопровождение школьников, склонных к суициду

Изабелла Фёдоровна Дементьева,
заведующая лабораторией семейного
воспитания Института семьи и
воспитания РАО, доктор
педагогических наук

Проблема подросткового суицида приобретает сегодня остро актуальный характер не только в России, но и во всём мире. В большинстве развитых стран суицид занимает первое-второе место среди причин смертности молодых людей в возрасте 15–19 лет. Об основных факторах риска суицидального поведения и тех мерах защиты, которые могут и должны предпринимать родители и педагоги, читайте в предлагаемой статье.

● *подростковый суицид* ● *гендерные особенности суицидального поведения* ● *факторы риска* ● *меры защиты как профилактика суицидального поведения*

По половому признаку склонность к суициду наблюдается чаще у мальчиков, и именно у них отмечен более высокий процент завершённых самоубийств со смертельным исходом. Однако в последние десятилетия доля девочек, прибегающих к совершению самоубийства, растёт, и в ряде стран уже опережает долю мальчиков. С точки зрения психологических особенностей, девочки, в целом, более эмоциональны, чаще испытывают отчаяние, депрессии, беспомощность. Однако именно они чаще готовы рассказать о своих проблемах в ожидании поддержки и помощи. Девочки также более склонны к демонстративному суицидальному поведению, когда действие совершается в публичных местах, с целью привлечь к себе внимание и получить помощь. Поэтому более массовые суицидальные попытки девочек реже заканчиваются смертельным исходом. Мальчики проявляют больше решимости в суицидальных поступках, выбирают более агрессивные способы ухода из жизни (повешение, огнестрельное оружие, взрывчатку и т.п.). Соответственно, суицидальные действия мальчиков чаще завершаются смертью.

В мировой психолого-педагогической практике определены основные факторы риска суицидального поведения детей и подростков:

● развод родителей;

ТЕХНОЛОГИЯ И ПРАКТИКА

- смерть близкого человека;
- безответная любовь;
- конфликты с родителями;
- конфликты с учителями;
- проблема признания сверстниками;
- давление со стороны референтной группы;
- запугивание, виктимизация;
- частая смена места проживания и учебного заведения (потеря друзей, одноклассников, разрыв связи с референтной группой);
- жизненные разочарования и неудачи;
- завышенные ожидания родителей от ребёнка;
- отсутствие внимания и заботы со стороны родителей;
- комплекс неполноценности;
- нежелательная беременность;
- пубертатные проблемы;
- инфицирование ВИЧ или другие болезни, передаваемые половым путём;
- наркомания, алкоголизм ребёнка;
- жестокое обращение с ребёнком в семье;
- суицидальные попытки в истории семьи;
- психологическая неуравновешенность ребёнка.

Выделение приведённых выше факторов риска суицидального поведения детей и подростков позволяет разработать и противопоставить им обратные направленные факторы защиты. *Своевременное использование факторов защиты в ситуации психологического кризиса ребёнка способствует предотвращению его посягательства на собственную жизнь.*

В качестве наиболее значимых факторов защиты от суицидальных настроений и действий детей и подростков следует рассматривать:

- хорошие отношения между родителями;
- выполнение семьёй функции «психологического убежища» для ребёнка;
- поддержка ребёнка родителями (одобрение, внимание, демонстрация любви, интерес к его жизни, доверительность отношений, помощь в принятии решений и т.п.);
- конструктивные отношения ребёнка со сверстниками, общительность;
- интерес к новому знанию;
- высокая самооценка, самодостаточность;
- стремление к достижениям;
- взаимопонимание с педагогами;
- независимость в принятии решений;
- ответственность за свои поступки и своё будущее.

2800 детей и подростков от 15 до 19 лет ежегодно погибают от самоубийства.

33 % всех самоубийств совершается молодежью.

На 150 % возросло количество суицидов среди молодежи за последние 15 лет.

50 % подростков, совершивших самоубийство, выросли в семьях, где один родитель либо умер, либо покинул семью.

62 % всех самоубийств несовершеннолетних вызваны семейным неблагополучием.

90 % посягательств детей на собственную жизнь — это крик о помощи, желание привлечь внимание к своей беде.

И.Ф. Дементьева. Педагогическое сопровождение школьников, склонных к суициду

В современных условиях большинство российских родителей заняты зарабатыванием денег и могут уделить непосредственному общению с ребёнком в среднем лишь 30 минут в день. В таких условиях действие факторов защиты ребёнка от суицидальных настроений в рамках семьи сокращается до минимального значения. Родители зачастую не имеют информации о проблемах и переживаниях своего ребёнка, не владеют возникшей критической ситуацией.

Не следует гадать, что только дети из так называемых неблагополучных семей покушаются на самоубийство. Преобладающее большинство детей с попытками самоубийства проживают во внешне вполне благополучных семьях.

Дети порой очень болезненно переживают личные неудачи, обиды, невниманье близких к своим проблемам.

Большинство попыток детей расстаться с жизнью связаны с воспитательными ошибками родителей, семейными конфликтами, неуверенностью детей в том, что родители действительно их любят.

Школа — как ещё один приоритетный субъект воспитания детей — может и должна внести свой вклад в профилактику суицидального поведения несовершеннолетних. Однако такая работа школьного коллектива требует специальных знаний по выявлению возможного суицида и превентивным мерам его пресечения. Суицидальное поведение у подростков возникает не вдруг, оно имеет пролонгированную природу. Поэтому при наличии в семье ребёнка перечисленных факторов риска изменения его поведения в школе должно стать тревожным сигналом для педагогов и основанием повышенного внимания к нему.

Неграмотные действия со стороны педагогов в этой ситуации могут стать для ребёнка дополнительным толчком при осуществлении суицидального намерения. Необходимо психологическое просвещение педагогов, вооружение их специальными знаниями и навыками для работы с такими детьми.

Педагогам школы следует обращать внимание на ребёнка, который демонстрирует такие поведенческие отклонения:

- резкое снижение успеваемости;
- отсутствие интереса к окружающей жизни;
- изменение поведения в классе (агрессия, депрессия, избегание общения и т.п.);
- пропуски школьных занятий без уважительных причин;
- употребление алкоголя, наркотиков;
- противоправное поведение;
- принятие роли потенциальной жертвы и т.п.

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) в докладе, посвящённом профилактике подросткового суицида, предлагает следующие направления работы школы с учащимися группы риска.

Первое и главное средство — установление доверительных отношений педагогов с детьми. Нарушение коммуникативных связей у подростка приводит к невозможности обсуждения с кем-либо воз-

ТЕХНОЛОГИЯ И ПРАКТИКА

никших у него суицидальных настроений. Педагог, как правило, не подозревает о наличии у школьника таких мыслей, и только доверительное отношение выявляет острую потребность ребёнка в помощи и моральной поддержке.

При попытке установить отношения доверия педагог должен иметь в виду, что коммуникативные связи ребёнка, склонного к суициду, как правило, нарушены не только в школьной среде, но и в семье, где он не получает подтверждения любви, уважения и интереса к себе. Ребёнок испытывает повсеместно кризис доверия, «социальное одиночество», что укрепляет его суицидальные намерения.

Второе важное направление профилактической работы педагогического персонала, рекомендованное ВОЗ, — формирование у школьников положительной самооценки. Высокая самооценка защищает детей и подростков от приступов отчаяния, позволяет им адекватно реагировать на стрессы и преодолевать трудности. Формированию позитивной самооценки школьника способствует создание ситуации успеха, что следует культивировать и поощрять, уделяя внимание даже самым незначительным достижениям в деятельности ребёнка.

Высокая самооценка достигается в процессе обретения ребёнком физических, социальных и профессиональных навыков («Я это могу сделать!»). Получаемый при этом жизненный опыт формирует у ребёнка самоуважение, независимость в суждениях и поступках, обретение своего «Я».

Третье направление деятельности педагогического коллектива — предоставление школьникам информации о возможной помощи в ситуации возникших жизненных трудностей («телефон доверия подростков», номера телефонов консультационных центров для детей и т.п.). Все телефоны и адреса желательно разместить на доске объявлений в школе.

Четвёртое направление работы школы по профилактике детского суицида — повышение воспитательного потенциала родителей школьников. Суицидальные попытки детей чаще всего бывают полной неожиданностью для их родителей, слабо включённых в жизненные проблемы и интересы своего ребёнка. Профессионально компетентное просвещение родителей педагогами школы по вопросам детского развития, специфики пубертатного возраста и необходимости создания в семье обстановки психологического комфорта для ребёнка несомненно будет способ-

Попытке самоубийства в большинстве случаев предшествуют различные способы обратить на себя внимание родителей и окружающих. Дети используют так называемое «демонстративное поведение»: уходят из дома, начинают воровать, лгать без необходимости, прогуливают школьные занятия, перестают учиться, употребляют наркотики и алкоголь и т.п.

Большинство детей сначала говорят о самоубийстве с друзьями, с родителями и, лишь испробовав все возможные варианты обратиться на себя внимание, решаются покончить с собой.

И.Ф. Дементьева. Педагогическое сопровождение школьников, склонных к суициду

ствовать утверждению оптимистического отношения к жизни детей и подростков.

Пятое направление работы школы по пресечению попыток самоубийства у несовершеннолетних основывается на наблюдениях специалистов ВОЗ, показавших, что суицидальное поведение одного школьника провоцирует на аналогичные действия других дезадаптированных детей, т.е. суицид приобретает групповую форму проявления. Дети-последователи не обязательно учатся в том же классе или в той же школе. Их всех объединяют общие личностные проблемы, и пример первого подростка кажется остальным реальным способом решения собственных проблем.

Дети с попытками самоубийства часто говорят, что не чувствуют близости ни к одному из взрослых.

Попытка самоубийства показывает, что дети и подростки, попадая сегодня в сложную жизненную ситуацию и не имея возможности получить помощь и поддержку от близких им взрослых, не находят другого выхода для решения своих проблем.

Им не к кому обратиться за советом и поддержкой, они испытывают острое чувство одиночества, своей ненужности родителям и другим близким.

Роль педагогического коллектива в такой ситуации — своевременно выявить возможные суицидальные настроения в школе и принять меры по предотвращению повторных проявлений суицида в детском коллективе. Необходимо отследить все обстоятельства, вызвавшие самоубийство первого школьника, и нейтрализовать их воздействие как факторов риска.

Наконец, ещё одно направление работы педагогического коллектива, предлагаемое в докладе ВОЗ, состоит в выявлении и предотвращении случаев издевательств и насилия в среде школьников. Дети и подростки, подвергающиеся агрессии со стороны сверстников, терпят постоянное психологическое давление и унижение. Они не видят другого выхода из создавшейся ситуации, как только свести счёты с собственной жизнью. Своевременное вмешательство педагогов, изоляция детей-агрессоров и защита слабых — одно из важных направлений профилактической работы школы в ситуации суицидального риска.

Трудность осуществления этой работы заключается в неявном, скрытом характере таких хулиганских действий со стороны отдельных школьников.

Вместе с тем, отечественная педагогическая практика уже имеет позитивный опыт решения таких проблем. В частности, предлагается провести в первый же день учебного года классный час, на котором обсудить правила поведения детей в школьном коллективе. В процессе беседы следует обратить особое внимание детей на недопустимость агрессивного (как словесного, так и физического) поведения школьников между собой. Каждый ученик должен знать, что хулиганские поступки в школе категорически пресекаются и наказываются. Беседа должна начинаться с объяснения, что такое хулиганство, какие поступки рассматриваются, каковы проявления такого

ТЕХНОЛОГИЯ И ПРАКТИКА

поведения и как следует поступать другим детям, ставшим свидетелями хулиганства.

При обнаружении школьника, совершающего насильственные действия в отношении сверстников, педагогу следует тщательно проверить, чем вызван такой поступок, почему действия агрессора направлены именно на эту жертву. Необходимо включить обсуждение этого поступка в общешкольную дискуссию, в ходе которой своё отношение к виновному выскажут сами школьники. Пострадавший от насилия ребёнок должен пройти консультацию у школьного психолога, а при его отсутствии — в психологическом консультативном центре помощи детям и подросткам. К психологической реабилитации ребёнка — жертвы насилия в обязательном порядке должны быть подключены его родители для совместных действий по коррекции его личностной самооценки.

Работу с семьями школьников на тему детского и подросткового суицида необходимо включать в план проведения классных родительских собраний. Хорошим просветительским приёмом является раздача родителям разработанной специалистом-психологом памятки (буклета) на тему предупреждения подросткового суицида.

Дети, замеченные в суицидальных настроениях (в том числе, причисляющие себя к «готам», «эмо» и другим подростковым неформальным объединениям с депрессивной идеологией), должны стать объектом пристального внимания классных руководителей, социальных педагогов, школьных психологов, работников детских муниципальных учреждений — всех, в чьи функции входит защита прав ребёнка.

Советы родителям

- Лучший способ уберечь ребенка от мыслей о самоубийстве — установить с ним доверительные отношения. Научитесь жить интересами своего ребенка, даже если они кажутся вам мало значимыми и наивными. Не употребляйте в общении с детьми фразы типа «У меня нет сейчас времени» или «Подожди, пока я закончу работу».
- Чаще заверяйте ребенка в своей безусловной любви к нему. Не стесняйтесь повторять эти слова, он должен чувствовать себя защищённым вашей любовью.
- Объясняйте ребенку, что нет неразрешимых проблем, всегда можно найти выход из, казалось бы, безвыходной ситуации. Предложите на такой случай свою помощь.
- Никогда не унижайте своих детей ни действием, ни словами. Старайтесь внушить детям чувство собственного достоинства, высокую самооценку.

И.Ф. Дементьева. Педагогическое сопровождение школьников, склонных к суициду

- Если в семье произошло несчастье (неизлечимая болезнь, увечье или смерть близкого человека, развод родителей, безработица и экономические трудности семьи и т.п.), поддержите эмоционально своего ребёнка. Дети переживают стрессы гораздо тяжелее взрослых.
- Следите за изменением настроения своего ребенка. Суицидальной попытке часто предшествуют депрессия, подавленность, потеря интереса к жизни, к общению с друзьями и близкими людьми.
- Планируйте вместе с детьми их будущую жизнь: приобретение ими профессии, семейного счастья и т.п. Неуверенность в своем будущем часто приводит подростков к потере смысла жизни.

Литература

1. Дементьева И.Ф. Социализация детей в семье. М.: «Генезис», 2004.
2. О мерах по профилактике суицида среди детей и подростков // Вестник образования. 2003. № 20.
3. Прудников П. Вечная проблема человечества // ОБЖ. 2002. № 12.
4. Самоубийства среди детей и подростков // Официальные документы в образовании. 2008. № 2.
5. Preventing suicide. A resource for teachers and other school staff. Geneva, World Health Organization, 2000.

- Старайтесь создать детям условия для достижения успехов в школьной успеваемости, спорте, творческих занятиях. Поддержите их стремление к новым достижениям.

- Особенно пристальное внимание следует уделять детям в семьях, где уже случались попытки самоубийства. Специалисты рассматривают суицидальное поведение в таких семьях как генетическую предрасположенность.