

КОГДА СТРАХ ПЕРЕД ЖИЗНЬЮ сильнее страха смерти



Сергей Михайлович Курганский,
*доцент кафедры управления образованием
Института развития образования ХМАО-Югры,
кандидат педагогических наук*

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 решились на суицид, чтобы обратить внимание родителей, педагогов на свои проблемы, протестуя таким страшным образом против бездушия, безразличия, цинизма и жесто-

кости взрослых. Решаются на такой шаг, как правило, замкнутые, ранимые подростки из-за ощущения одиночества, собственной 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 нашедшихся 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 сле-

ды 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 с этим перед сдачей 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. Указанную 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 внимание 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 обучающихся 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 специалистов, 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</i>			
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
2.	Разработать программу «Профилактика суицидального и аддиктивного поведения и других форм авитальной 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

ШКОЛА И ВОСПИТАНИЕ

№ п/п	Мероприятия	Срок	Ответственный
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
1.	Лекторий для педагогического коллектива по профилактике суицидов: 1. Сохранение психического здоровья учащихся. 2. Особенности профилактики отклоняющегося поведения подростков в условиях общеобразовательной школы. 3. Психолого-педагогические последствия перинатального поражения центральной нервной системы как причина дезадаптации ребёнка в школе. 4. Проблемы семьи в контексте современного психологического знания. 5. Повышение психолого-педагогической компетентности родителей детей группы риска. 6. Оказание помощи родителям и детям, находящимся в социально опасном положении. 7. Профилактика суицидального поведения несовершеннолетних. 8. Эпидемиология суицидального поведения.	Сентябрь Октябрь Ноябрь Декабрь Январь Февраль Март Апрель	Педагог-психолог
8.	Семинар-тренинг: 1. Подростковый суицид: профилактика и коррекция. 2. Обстоятельства, факторы и мотивы суицидального поведения детей и подростков. 3. Психодиагностическая работа по профилактике и коррекции суицидальных проявлений. 4. Некоторые причины и формы проявления невротических расстройств у современных старшеклассников.	Ноябрь Январь Март Май	Педагог-психолог

№ п/п	Мероприятия	Срок	Ответственный
	Работа с родителями		
1.	Лекторий для родителей: 1. Роль наказания и поощрения в воспитании детей. 2. Эффективные стили семейного воспитания. 3. Возрастные особенности подростков и их проявление в поведении. 4. Профилактика возникновения кризисных состояний у детей и подростков. 5. Сигналы неблагополучия, признаки острых переживаний подростка. 6. Как сохранить детское доверие? 7. Влияние семейных кризисных ситуаций на развитие личности ребёнка. 8. Кризисные периоды детства. 9. Типы суицидального поведения. 10. Анализ причин психологических кризисов. 11. Медицинские аспекты суицидального поведения несовершеннолетних.	Сентябрь – май	Педагог-психолог
2.	Общешкольные родительские собрания: 1. Подростковый суицид. 2. Взаимодействие школы и семьи как необходимое условие профилактики преступлений и правонарушений среди детей и подростков, социализация личности. 3. Семейные конфликты и конструктивные способы их разрешения. 4. Соблюдения прав детей как необходимое условие профилактики суицидального поведения несовершеннолетних.	Сентябрь Ноябрь Январь Март	Педагог-психолог
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

№ п/п	Мероприятия	Срок	Ответственный
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
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**

№ п/п	Мероприятия	Срок	Ответственный
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 в сети Интернет 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
24.	Беседы для учащихся 1–4-х классов: 1. Как справиться со страхом. 2. Мир моего общения. 3. Школьные трудности. 4. Учимся дарить радость другим людям. Для учащихся 5–8-х классов: 1. Научились ли мы общаться? 2. Умей помогать себе. 3. Как справиться с плохим настроением. 4. Освоение способов повышения настроения. Для учащихся 9–11-х классов: 1. Мои сильные стороны. 2. Жизнь по собственному выбору. 3. Откровенный разговор. 4. Самовосприятие, самоуважение, самоодобрение. 5. Взаимоотношения в группе сверстников	В течение учебного года	Классные руководители