

Государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
«Рязанский государственный медицинский университет
имени академика И.П.Павлова»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

Коррекционно-профилактическая работа суицидального
поведения у подростков.

Выполнил: студент
факультета клинической
психологии 5 курса 2 группы
Глаголев С.М.

Базой для вторичной профилактики и коррекции подростков с суицидальным поведением, была выбрано учебное-образовательное учреждение потому, что именно здесь будут находиться возможные подростки, которые имеют предрасположенность к суицидальному поведению. Для проведения коррекционно-профилактической работы, необходимо провести диагностику и выявить «группу риска», не учитываются в данной работе психопатология, т.к. здесь уже будет привлекаться помощь медицинских учреждений и коррекция и профилактика будет рассматриваться в связи с выявленной патологией подростка.

Программа будет проводиться:

В течении одного учебного года, с частотой встречи 1-2 в неделю. Будет направлена на работу как и с подростками, так и на работу с родителями.

Диагностический блок

Цель : Организация профилактической работы по выявлению выраженной склонности к суициду и сопровождение подростков и их семей группы риска с целью предупреждения самоубийств.

Задачи:

- 1.Выявление индивидуально-психологических особенностей, способствующих возникновению суицидальному поведению и мыслям.
- 2.Выявление подростков, нуждающихся в незамедлительной помощи и защите.
- 3.Работа с семьей подростка, который попадает в группу риска.

Методики для проведения диагностических мероприятий.

Шкала личностной тревожности Прихожан

Шкала депрессии адаптирована Т.И. Балашовой

Выявление суицидального риска у детей (А.А. Кучер, В.П. Костюкевич)

Проективные методики (незаконченные предложения)

Методика исследования самооценки личности С.А. Будасси

Опросник для исследования уровня импульсивности В.А. Лосенкова

Тест агрессивности (Опросник Л.Г. Почебут)

Тест осмысленности жизни (Крамбо, Махолик)

Модифицированный опросник для идентификации типов акцентуаций характера у подростков (по Личко)

Методика «Шкала эмоциональной стабильности- нестабильности» Г. АЙЗЕНКА

Весь спектр методик будет необходим для выявления характеристик, свойственные для подростков, склонных к суициду.

Необходимо будет брать во внимания : эмоциональную нестабильность, пессимистическая оценка себя и окружающих, слабости критики, импульсивность, повышенную тревожность, ярко выраженный депрессивный окрас, аутоагрессия, а так же выявления осмысленности жизни. Необходимо помнить, что рассматривать критерии и результаты тестов необходимо в комплексе, а не по одному критерию

А так же свойственные типам акцентуаций такие, как :

- ▶ У **циклоидов** возможность суицида зависит от фазы. В гипертимной фазе они не отличаются от подростков гипертимного типа. Однако в субдепрессивной фазе для циклоидного типа акцентуаций характерно суицидальное поведение. Суицидальные попытки совершаются обычно в стрессовой ситуации на высоте аффекта, когда самолюбие подростка уязвлено публично, его не покидают мысли о собственной неполноценности, непригодности, безволии. Подростка охватывает отчаяние, и он неосознанно или недостаточно осознанно идет к суициду.
- ▶ **Эмоционально-лабильные** подростки склонны к суицидному поведению аффективного типа. Они быстро принимают решение и быстро его осуществляют (в тот же день). Мотивом этих действий служит не столько желание умереть, сколько сделать с собой что-то из-за невозможности пережить данное событие. Риск, приключения мало привлекательны для подростков этого типа. Они ищут эмоциональные связи и поддержку у друзей и близких. Эмоциональное отвержение, потеря поддержки значимых людей, например, родителей, толкает подростков эмоционально-лабильного типа к суицидным попыткам. Это — крик о помощи, чувство вины из-за невозможности удержать значимого другого, агрессия на самого себя.
- ▶ Уязвимым звеном в характере **сенситивного** типа является чувство собственной неполноценности. Такие подростки зависят от окружающих, нуждаются в их добром отношении, поддержке и оценке. Недоброжелательность окружения, несправедливые обвинения, предательство друзей и возлюбленных, насмешки или подозрения легко приводят к развитию реактивной депрессии. Сенситивные подростки не делятся своими переживаниями, накапливая, аккумулируя чувство вины за свою неполноценность, постепенно приходя к мысли о невозможности и бессмысленности своего существования. Незаметно для окружающих у них вызревают суицидные намерения, которые реализуются неожиданно для всех.
- ▶ **Эпилептоидный** тип акцентуации предопределяет риск самоубийства. Истинные суициды встречаются у эпилептоидных психопатов. При акцентуациях характерна демонстративная форма суицидального поведения. Мотивом служит желание причинить обидчику вред, напугать кого-то, добиваясь своих целей. Но демонстративные по форме намерения при сильной аффектации эпилептоидов могут стать неконтролируемыми и обернуться трагически. Аффективные реакции эпилептоидов чаще всего агрессивны, если подросток остается в одиночестве, в безвыходной ситуации, то агрессия может быть направлена на себя. Характерны порезы, самоповреждения горящими предметами как проявление мазохистических тенденций эпилептоидов.
- ▶ Главной чертой **истероидного** характера является демонстративность, что обуславливает склонность к суицидному шантажу у подростков данного типа акцентуаций. Подросток стремится произвести наибольшее впечатление на окружающих, разжалобить или напугать, но главное привлечь к себе внимание, добиться желаемого. Демонстративность суицида может обернуться реальным самоубийством из-за несчастного случая. Желание выделиться приводит к неверному расчёту усилий или последствий поступка.
- ▶ Для остальных менее свойственно.

Зная об имеющихся акцентуациях подростка и других соц-психологических особенностях в комплексе, необходимо будет приступать к этапу вторичной профилактики и коррекции.

Коррекционно-профилактический блок

- ▶ Цель: преодоление суицидальных намерений и выраженных предрасположенностей подростков в профилактической работе с ним и его родителями.
- ▶ Задачи:
 - ▶ развить личностное самосознание и самопознание подростков.
 - ▶ развить навыки постановки жизненных целей и самоопределения в их достижения
 - ▶ Развитие личностных особенностей и социального взаимодействия.
 - ▶ Развитие эмоционального и межличностного взаимоотношения в семье.

Профилактическая беседа психолога

- ▶ Начальный этап - установление эмоционального контакта с собеседником, взаимоотношений “сопереживающего партнерства”. Важно выслушать его терпеливо и сочувственно, без критики, необходимо дать человеку возможность выговориться. В результате вы будете восприниматься как человек чуткий, заслуживающий доверия. Если же у подростка во время разговора были выявлены сильные эмоции. Необходимо использовать методы:

Арт-гештальта, для выражения эмоциональности и накаленности чувств.

Психодрамматические методы.

Рационально-эмоциональная терапия.

- ▶ Второй этап - установление последовательности событий, которые привели к кризису; снятие ощущения безысходности. Имеет смысл применить следующие приемы: “поддержка успехами”
- ▶ Третий этап - совместная деятельность по преодолению кризисной ситуации. Здесь используются: “планирование”, т.е. побуждение суицидента к словесному оформлению планов предстоящих поступков; “держание паузы” - целенаправленное молчание, чтобы дать ему возможность проявить инициативу.
- ▶ Завершающий этап - окончательное формирование плана деятельности, активная психологическая поддержка суицидента. Целесообразно использовать следующие приемы; “логическая аргументация”, “рациональное внушение уверенности”.

Если же был выявлен «суицидальный риск», то необходимо будет работа с родителями.

- ▶ Диалог с родителями и выявление их заинтересованности в данной теме.
- ▶ Если родитель искренне не понимает для чего его позвали и зачем их ребенку необходима коррекционно-профилактические работы, то в первую очередь работа будет направлена в это русло.
- ▶ Имеет значение структурировать время подростка и больше с ним взаимодействовать родителям.
- ▶ Если во время профилактической беседы были выявлены проблемы у подростка, связанные с внутрисемейным устройством, то здесь необходимо общения с родителями для дальнейших работ в семейном консультировании и психотерапии.

Формирование тренингов для подростков.

- ▶ эмоциональную нестабильность, пессимистическая оценка себя и окружающих, слабости критики, импульсивность, повышенную тревожность, ярко выраженный депрессивный окрас, аутоагрессия, а так же выявления
- ▶ Тренинги по эмоциональной-волевой саморегуляции.
- ▶ Тренинги по работе с тревожностью и аутоагрессией.
- ▶ Тренинги нацеленные на работу навыков социального взаимодействия.

Использование в работе методов:

Групповой психотерапии

Психодрамматические и арт-гетальт направления

Когнитивно-поведенческий подход.

Необходимо подготовить спектр тренингов и групповых работ, на основе выявленных особенностях подростков.

Повышение жизнестойкости подростка

- ▶ Особую важность приобретают различные формы психологического обучения, направленные на повышение жизнестойкости подростка, предлагающие ему различные способы управления своим состоянием:
- ▶ Формирование здорового жизненного стиля, высокофункциональных стратегий поведения и личностных ресурсов.
- ▶ Направленное осознание имеющихся личностных ресурсов, способствующих формированию здорового жизненного стиля и высокоэффективного поведения;
- ▶ - Я - концепции (самооценки, отношения к себе, своим возможностям и недостаткам);
- ▶ - собственной системы ценностей, целей и установок, способности делать самостоятельный выбор, контролировать свое поведение и жизнь, решать простые и сложные жизненные проблемы, умения оценивать ту или иную ситуацию и свои возможности контролировать ее;
- ▶ - умения общаться с окружающими, понимать их поведение и перспективы, сопереживать
- ▶ - осознание потребности в получении и оказании поддержки окружающим.

Развитие личностных ресурсов, способствующих формированию здорового жизненного стиля и высокоэффективного поведения:

- ▶ - формирование самопринятия, позитивного отношения к себе, критической самооценки и позитивного отношения к возможностям своего развития, возможностям совершать ошибки, но и исправлять их;
- ▶ - формирования умения адекватно оценивать проблемные ситуации и разрешать жизненные проблемы, управлять собой и изменять себя;
- ▶ - формирование умения ставить перед собой краткосрочные и перспективные цели и достигать их;
- ▶ - формирование умения контролировать свое поведение и изменять свою жизнь;
- ▶ - формирование умения осознавать, что со мной происходит и почему, в результате анализа собственного состояния;
- ▶ - формирование умения сопереживать окружающим и понимать их, понимать мотивы и перспективы их поведения (формирование навыков эмпатии, аффилиации, слушания, диалога, разрешения конфликтных ситуаций, выражения чувств, принятия решений);
- ▶ - формирования умения принимать и оказывать психологическую и социальную поддержку окружающим.

Развитие высокоэффективных стратегий и навыков поведения:

- навыков принятия решения и преодоления жизненных проблем;
- навыков восприятия, использования и оказания психологической и социальной поддержки;
- навыков оценки социальной ситуации и принятия ответственности за собственное поведение в ней;
- навыков отстаивания своих границ и защиты своего персонального пространства;
- навыков защиты своего Я, самоподдержки и взаимоподдержки;
- навыков бесконфликтного и эффективного общения.

Конечный этап:

- ▶ Подведение итогов комплексной работы и сбор рефлексивной информации от подростков и их родителей.
- ▶ Проведение диагностической работы, для проверки эффективности работы. Использование диагностических блока методик после учебного года.

Ожидаемыми результатами будут:

- ▶ развитое личностное самосознание и самопознание подростков.
- ▶ развиты навыки постановки жизненных целей и самоопределения в их достижения подростком.
- ▶ Развиты личностных особенностей подростка
- ▶ Улучшено социально-эмоционального взаимодействия в микро и макросреде подростком.