

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.