

ЭФФЕКТИВНЫЕ СПОСОБЫ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ

А.Р. Кохнюк, XI «Б» класс

*Научный руководитель – И.В. Павловец, учитель биологии
ГУО «Средняя школа №10 г. Пинска»*

В современных условиях проблема предотвращения суицидов становится все более актуальной. По официальной статистике, в течение последних лет в мире заканчивают жизнь самоубийством примерно 1100000 человек. Около 19 млн. человек ежегодно совершают неудачные попытки суицида. За прошедшие 30 лет количество таких случаев среди детей в возрасте от 5 до 14 лет возросло в 8 раз. Среди молодых людей от 15 до 29 лет самоубийство – вторая по частоте причина смерти после травматизма [6].

Наша страна вместе с Россией, Литвой, Украиной, Казахстаном и Японией относится, по данным ВОЗ, к странам с высоким уровнем суицида (свыше 20 человек на 100 тыс. населения). При этом смерть от суицидов превышает общую смертность от пожаров и ДТП. [7]

Статистика таких случаев в Беларуси вызывает серьезную тревогу. В 2007 г. в нашей стране было зарегистрировано 2666 случаев среди граждан всех возрастных категорий, что превышало среднемировой показатель. Через 7 лет в 2015 г. – 1394, а в 2016 году – уже 2042. То есть в целом сохраняется высокий уровень, а за 2016 г. число суицидов даже выросло на 46%, на 648 случаев! [5]

Очевидно, это серьезная проблема, которая требует внимательного изучения и поиска эффективных способов ее решения.

Для определения актуальности данной проблемы в подростковой среде было проведено анкетирование учащихся 10 и 11 классов нашей школы. В нем приняли участие 68 человек.

По результатам анкетирования, 90 % респондентов считают, что говорить с подростками об этой проблеме необходимо. 69% думают, что мысли о суициде посещают около 50% подростков. Главной причиной такого поведения респонденты считают наличие семейных проблем (71%), неразделенную любовь (9%), наличие целого комплекса проблем (7%), отсутствие перспектив в жизни (5%). Лучшим способом оказания помощи подростку 71% участников анкетирования выбрали разговор о его проблемах и помощь в их решении. 79% считают необходимым донести до сверстников, что всем бывает плохо и тяжело, но нужно искать разные способы решения проблем, в том числе просить помощи у специалистов – психологов, социальных работников,

Также были проведены беседы с 5 подростками, пожалевшими высказаться по этой теме. Анализ бесед показывает, что причинами, подталкивающими подростка к мыслям о смерти, чаще всего являются ссоры в семье между родителями, которые подросток переживает чрезвычайно остро и болезненно. Ему кажется, что весь мир рушится. Некоторые подростки склонны очень эмоционально переживать неудачи, неуспехи в школе, плохие отметки! Также беспокоят некоторых мысли о собственной никчемности, бесперспективности их будущей жизни по сравнению с жизнью успешных, знаменитых или богатых людей. О «группах смерти» в компьютерной сети опрошенные подростки слышали, но никто не заходил в эти группы и не знаком с теми, кто участвовал в таких играх.

Для выявления роли родителей в формировании склонности к суицидальным проявлениям у подростков было проведено анкетирование родителей на родительских собраниях, в котором приняли участие 46 человек.

Обработка результатов показала, что наличие социальных кризисов в обществе у большинства людей вызывает появление тревоги, напряженности и безнадежности (95% респондентов). Ситуация, когда родители заняты собой, своими собственными проблемами или работой, а подростки при этом остаются наедине со своими мыслями и тревогами, является широко распространенной (89%). При этом 58% родителей недостаточно знают о проблемах своих детей, т. к. они не делятся своими переживаниями с родителями. К тому же 67% подростков проводят за компьютерными играми почти все свое свободное время, причем большинство сюжетов – о насилии и смерти, что притупляет психологический протест против смерти и в свою очередь также может стать провоцирующим фактором.[3]

Из беседы с начальником ИДН г. Пинска Солоневичем К.В. выяснилось, что по статистике в г. Пинске за прошедшие 3 года случаев свершившихся суицидов не было.

Анализируя известные ИДН факты, Константин Владимирович также делает вывод, что одной из главных причин является создание взрослыми, окружающими подростка, невыносимых для него условий жизни (например, употребление родителями или опекунами алкоголя, наркотических веществ). Другими причинами были неразделенная любовь и страх перед наказанием за «двойку» или перед контрольной, например, по физике. Факты показывают, что огромное психологическое воздействие на ребенка оказывают суицидальные попытки родителей. Описаны случаи, когда подростки пытались покончить с собой точно таким же способом, как ранее их отцы. В целом в Беларуси МВД детские самоубийства с «группами смерти» не связывает. Ни одного факта, когда бы привлекли к ответственности координатора «группы смерти» за последние годы не было.

Данную проблему также проанализировали социальные педагоги нашей школы Русак Т.Ф., Водчиц Е.Н., школьный психолог Косова В.Ю. и психолог центра, дружественного подросткам, «Надежда» Мытько Е.Н.

Специалисты считают, что в подростковой среде большинство суицидов относятся к демонстративным, по сути представляющими собой попытку вести диалог, достучаться до кого-то, обратить внимание на свои проблемы, позвать на помощь. То есть подросток на самом деле вовсе не хочет умереть, но надеется таким совсем неподходящим способом получить помощь или решить серьезные проблемы[1]. Среди подростков также встречается скрытый суицид. В этом случае выбор падает на занятия экстремальными видами спорта, рискованную езду, опасную для жизни деятельность, осознанное приобретение алкогольной или наркотической зависимости.[2] При этом действительно умереть подростки вовсе не хотят, но хотят заглушить душевную боль другими ощущениями.

Обработка и анализ полученной информации позволяет выявить характерные особенности суицидального поведения подростков.

1. Общим стимулом является невыносимая психическая боль.
2. Главной эмоцией является беспомощность и безнадежность.
3. Общей целью является поиск решения проблемы.
3. Решение проблемы видится прекращением сознания.
4. Причиной являются фрустрированные психологические потребности, то есть несоответствие желаний имеющимся возможностям.

5. Общим коммуникативным действием является открытое или завуалированное сообщение о своем намерении.

Обобщая полученную информацию, можно утверждать, что главным и самым эффективным способом предупреждения суицидального поведения является оказание внимания каждому ребенку и подростку, искренний интерес к их жизни. Также необходима своевременная помощь окружающих и государственных органов в решении проблем или конфликтов, нормализация внутрисемейных отношений, а также вовлечение в конкретную деятельность.

Безделие – главная проблема подростков! Поэтому необходимо дать каждому ребенку возможность проявить себя в чем-либо: в спортивных играх, кружках или секциях, в общественных мероприятиях или в художественной самодетельности. Если найти подростку занятие по душе и наладить семейный микроклимат, то проблема будет решена.

Также необходима помощь государства для исключения рекламы насилия, агрессивного и суицидального поведения на телевидении и в компьютерных играх. Очень важно организовать социальную жизнь общества так, чтобы у всех родителей была возможность уделять своим детям достаточно внимания и решать их жизненные проблемы, создавая детям спокойный психологический климат.

Также важно воспитывать детей на принципах сотрудничества и взаимоуважения и учить умение искать выходы и решения в любых ситуациях. Не менее важно формировать настоящие жизненные ценности, научить отличать мелкие сложности от настоящих проблем.

Начальник ИДН г. Пинска Солоневич К.В. также считает необходимым проведение систематической профилактической работы специалистами всех государственных служб, занятых проблемами детей, в семьях СОП, а также в семьях, попавших в поле зрения милиции.

В большинстве случаев подростки открыто или завуалированно сообщают о своих намерениях. Поэтому у каждого из нас есть возможность услышать, обратить внимание на попавшего в трудную ситуацию подростка и постараться помочь!

Список использованных источников

1. Берковиц, Л. Агрессия: причины, последствия и контроль/ Л. Берковиц.– СПб.: Прайм–Евроник, 2001.

2. Дубровина, И.В. Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте. / И.В. Дубровина. – Екатеринбург: Деловая книга, 2000.

3. Рогов, Е.И. Настольная книга практического психолога: учебное пособие: в 2 книгах / Е.И. Рогов.– М.: Владос, 2012.

4. Фурманов, И.А. Агрессия и насилие: диагностика, профилактика и коррекция / И.А. Фурманов – СПб. Речь, 2007.

5. <http://naviny.by/article>

6. <https://news.tut.by>

7. <http://udf.by>