



Столыпинский
вестник

Научная статья

Original article

УДК 616.89

ПСИХОКОРРЕКЦИОННАЯ РАБОТА С ПОДРОСТКАМИ СУИЦИДЕНТАМИ

PSYCHO-CORRECTIONAL WORK WITH TEENAGERS SUICIDENTS

Оболенская Юлия Николаевна, магистр психологии, педагог психолог МБОУ Средняя общеобразовательная школа 20 г. Химки (Адрес: Школьная ул., 2, Химки, Московская обл., 141431), Тел. +7 (495) 574-13-63, knjazhna1@mail.ru

Obolenskaya Yulia Nikolaevna, Master of Psychology, teacher psychologist MBOU Secondary school 20 Khimki (Address: Shkolnaya st., 2, Khimki, Moscow region, 141431), Tel. +7 (495) 574-13-63, knjazhna1@mail.ru

Аннотация: Проблема социально-психологической безопасности образовательной среды является весьма значимой и актуальной на сегодняшний день. Под безопасностью принято понимать такое состояние образовательной среды, которое свободно от проявлений психологического насилия во взаимодействии субъектов образовательного процесса, состояние защищенности обучающихся от угроз его достоинству, физическому и душевному благополучию. К сожалению, сегодня во многих образовательных организациях школьники и педагоги нередко сталкиваются с проявлениями эмоционального

дискомфорта, унижения, насилия. Неэффективное взаимодействие психолога с детьми часто становится источником психологической угрозы. В связи с вышеизложенным, автором настоящей статьи, была предпринята попытка научного анализа и критического осмысления психокоррекционной работы с подростками суицидентами.

Abstract: The problem of socio-psychological safety of the educational environment is very significant and relevant today. By security it is customary to understand such a state of the educational environment, which is free from manifestations of psychological violence in the interaction of subjects of the educational process, the state of protection of students from threats to their dignity, physical and mental well-being. Unfortunately, today in many educational organizations, schoolchildren and teachers often face manifestations of emotional discomfort, humiliation, and violence. Ineffective interaction of a psychologist with children often becomes a source of psychological threat. In connection with the foregoing, the author of this article made an attempt at scientific analysis and critical reflection on psycho-correctional work with suicidal adolescents.

Ключевые слова: психокоррекционная работа, подростки суициденты, профилактика суицидов, защищенность подростков, психологическое сопровождение.

Keywords: psycho-corrective work, suicidal adolescents, suicide prevention, adolescent protection, psychological support.

Умственные, эмоциональные, физические перегрузки, погоня за отличными отметками, нервозность учебной обстановки, несоответствие методик и технологий возрастным и индивидуальным особенностям обучающихся, недостаточная психологическая компетентность педагогов, аттестационные процедуры по типу внутришкольных мониторинговых и всероссийских проверочных работ, основного и единого государственного экзаменов разрушительно действуют на психику современных школьников на всех уровнях образования. Согласно мировой статистике, подобное влияние образовательной

среды во многих случаях провоцирует рост завершенных самоубийств школьников или служит предиктором суицидального риска в подростковый, критически сложный возрастной период жизни обучающихся.

На сегодняшний день признаются **три концепции** самоубийства: [6, с. 414]

1. *Психопатологическая.* Считается, что все самоубийцы - душевнобольные люди, а суицидальные действия - это проявления острых психических расстройств. Однако концепция не нашла своего подтверждения в силу того, что физиотерапевтическое и медикаментозное лечение не возвращает потенциального суицидента к нормальной жизни, и в 95% случаев рецидивы заканчиваются летальным исходом. Сторонниками этой концепции были отечественные психиатры Н.П. Бруханский, В.К. Хорошко, Л.А. Прозоров и др.

2. *Психологическая.* Ведущую роль в самоуничтожении играют психологические факторы. Суицид - убийство трансформированное, перенаправленное на себя. Акцентуации характера, стиль воспитания в семье, самооценка и прочие психологические факторы могут стать причиной суицида. А.Е. Личко отмечает связь между типами акцентуации характера подростка и суицидальным поведением: [7, с. 275]

1) суицидальные демонстрации в 50 % случаях сочетаются с истероидным, неустойчивым, гипертимным типами акцентуаций;

2) суицидальные покушения – с сенситивным (в 63 % случаев) и циклоидным (в 25 %) типами акцентуаций.

3. *Социологическая.* Ее основоположником является Эмиль Дюркгейм, который впервые затронул проблему социального окружения самоубийцы и обосновал гипотезу, что «большинство суицидальных действий, направлены не на самоуничтожение, а на восстановление нарушенных социальных связей...идут не против личности, а против окружения, сложившейся ситуации, социальной группы».

Несмотря на то, что Россия занимает одно из первых мест в мире по количеству суицидов среди школьников, можно говорить о недостаточности

масштабных программ профилактики суицидального поведения в образовательной среде.

Среди предпринимаемых мер можно отметить постановление Правительства от октября 2008 года о создании безопасной среды в интернете, направленное на контроль сайтов, пропагандирующих самоубийства, а также несколько авторских программ мониторинга профилактики детско-подросткового суицида в образовательных организациях России. Вместе с тем, недостаточное количество психологов в организациях образования, умеющих работать с подростками группы риска, и не утешающие цифры ежегодной статистики заставляет усомниться в эффективности этих мер. На фоне описанной ситуации все более остро встает вопрос о методах помощи школьникам с суицидальным риском, эффективность которых доказана надежными исследованиями. [3, с. 116]

Поскольку депрессия относится к основным предикторам суицидального поведения, когнитивно-поведенческий подход к его профилактике с самого начала был обращен к проблеме суицида.

Когнитивный подход исходит из предположения, что психологические проблемы и расстройства вызваны нелогичными или нецелесообразными мыслями и убеждениями, а также дисфункциональными стереотипами мышления, изменив которые, жизненные проблемы можно решить. Поведенческий подход, основанный на теории бихевиоризма, предполагает изменение поведения путём поощрения и подкрепления желаемых форм поведения. Схематично когнитивно-поведенческий подход выражается в формуле: Событие - Мысль - Эмоции - Поведение. Иными словами, негативные переживания школьника-подростка в состоянии кризиса - это не результат происходящей с ним ситуации, а неумение сформулировать ей конструктивное объяснение и принять логичное решение. С точки зрения когнитивно-поведенческого подхода, важно не то, что происходит вокруг подростка, а что он думает о сложившемся, потому что именно мысли лежат в основе его переживаний и детерминируют развитие суицидального риска. [2, с. 64]

В ходе лонгитюдного исследования 600 суицидальных пациентов А. Бек и Дж. Зубин пришли к выводу о том, что первым предиктором и наиболее грозным сигналом о серьезности суицидальных намерений является переживаемое суицидентом чувство безнадежности. С точки зрения когнитивно-поведенческого подхода, оно выражается в отсутствии жизненной перспективы и утрате смысла поиска этой перспективы. Именно по этому фактору различались случаи фатальных и не фатальных попыток. Кроме того, чувство безнадежности было связано со значительными когнитивными искажениями у испытуемых, а их поведенческие реакции напрямую завесили от переживаемых в данный момент времени чувств и эмоций.

А. Бек и Г. Браун инициировали разработку специального протокола, направленного на преодоление суицидального поведения. Протокол был впервые опубликован в 2003 году, а в 2009 году представлен в виде полного описания. В этом протоколе было введено понятие суицидального кризиса. Суицидальный кризис определяется в когнитивной психотерапии как совершение попытки суицида или острые наплывы суицидальных мыслей и желаний; приближение состояния подростка к суицидальному кризису определяет степень его суицидального риска.

Согласно когнитивно-поведенческому подходу, в основе суицидального риска лежит определенная запускающая его когнитивная схема, которая ведет к активизации соответствующих когнитивных процессов: повышенному вниманию к провокаторам суицидального поведения и фиксации на мысли, что самоубийство - единственное решение проблемы. [8, с. 199]

Особенности когнитивно-поведенческого подхода в том, что «это подход, ориентированный на мишени - четком обозначении когниций, приведших школьника кризисному состоянию. Центральное место в профилактике расстройств отводится процессам переработки информации, тому, как мыслит подросток, что именно он думает по поводу случившихся обстоятельств. То, как люди думают - определяет, что они чувствуют и как действуют. С этой точки

зрения «патологические эмоциональные состояния и дисфункциональное поведение есть результат неадаптивных когнитивных процессов». [5, с. 75]

В психологических основаниях когнитивно-поведенческого подхода следует выделить теории переработки информации человеком, подчеркнув особое место когнитивных теорий эмоций, которые показали роль когнитивных переменных в возникновении эмоций разного знака и модальностей (Schachter, Lazarus). Практика построения работы по профилактике психических расстройств требует от специалиста знаний о феноменологии когнитивных процессов и понимания когнитивной модели.

Итак, когнитивная модель любого расстройства предполагает наличие трех основных параметров: [4, с. 81]

- когнитивных элементов;
- когнитивных процессов;
- когнитивного содержания.

Каждый когнитивный элемент состоит из двух уровней:

а) автоматические образы и мысли, связанные с переработкой текущей информации и являющиеся реакцией на происходящее в настоящий момент;

б) базисные послылки представляют собой систему глубинных представлений индивида о себе и об окружающем мире, в которой фиксирован его прошлый опыт.

Связующими звеньями между базисными послылками и автоматическими мыслями являются когнитивные процессы. Их функция - обеспечивать соответствие вновь поступающей информации старым стабильным представлениям. Поэтому когнитивные процессы при различных расстройствах изобилуют искажениями.

Когнитивные элементы и когнитивные процессы объединены когнитивным содержанием со специфической для каждого расстройства тематикой.

Схема психологической помощи с точки зрения когнитивно-поведенческого подхода предполагает два этапа: первый - работа с автоматическими мыслями и

связанными с ними эмоциональными и поведенческими реакциями; второй - проработка глубинных источников расстройств.

Предложенный А. Бекком когнитивно-поведенческий подход к профилактике психических расстройств у индивидов четко структурирован и интегрирует множество различных техник, как оригинальных, так и заимствованных из других учений - гештальтпсихологии, психодрамы, бихевиоральной и клиент-центрированной терапии. Однако конечная цель всех процедур заключается в «модификации дисфункциональных убеждений и ошибочных способов переработки информации». [1, с. 125]

Для российских специалистов когнитивно-поведенческий подход в психокоррекции остается новым, несмотря на то, что в нашей стране выходит сейчас достаточно много литературы по данному направлению. Превенция суицидального риска на основе когнитивно-поведенческого подхода на сегодняшний день является одной из современных и эффективных техник работы с когнициями и поведением человека.

Данный подход рассматривает реакции как результат срабатывания, подчас мгновенного необдуманного стереотипного отношения, ошибочных убеждений и деструктивных схем поведения.

Все когниции находятся на подсознательном уровне, поэтому самостоятельно школьнику-подростку в ситуации кризиса и эмоционального диссонанса справиться с ними сложно, тем более поменять на жизнеутверждающие.

В рамках когнитивно-поведенческой психокоррекции специалист помогает подростку выйти из тупика своих деструктивных мыслей, научиться контролировать эмоции и поведение, снова радоваться жизни.

Литература

1. Кулькова, Ж. Г. Технологии песочной терапии в психологической помощи подросткам-суицидентам / Ж. Г. Кулькова // Екатеринбург: Издательство Уральского университета, 2019. – С. 124-126.

2. Одиноккина, Е. В. Арт-терапия с подростками-суицидентами, склонными к селфхарму / Е. В. Одиноккина // . – 2021. – № 10(65). – С. 62-65.
3. Особенности поведенческой и личностной сферы подростков-суицидентов / Е. А. Поляков, Л. В. Сенкевич, Д. А. Донцов, М. В. Донцова // . – 2020. – № 6. – С. 109-122.
4. Поздеева, И. В. Проблемы психосоциальной работы с семьями суицидентов в России и за рубежом / И. В. Поздеева // Москва: Российский государственный социальный университет, 2022. – С. 78-83.
5. Пугацкий, М. В. Социальное конструирование как метод психолого-педагогической работы с суицидентами, находящимися в местах лишения свободы / М. В. Пугацкий, Н. М. Романова // . – 2021. – № 2. – С. 73-76.
6. Родермель, Т. А. Эффективность профилактических мер работы с подростками-суицидентами: метод психологического консультирования / Т. А. Родермель // Европейский журнал социальных наук. – 2018. – № 7-1. – С. 412-416.
7. Специфика потребностно-мотивационной и эмоционально-чувственной сфер личности подростков-суицидентов / Е. А. Поляков, Л. В. Сенкевич, Д. А. Донцов, М. В. Донцова // Человеческий капитал. – 2020. – № 11(143). – С. 269-283.
8. Швенк, А. И. Перспективы исследования особенностей копинг-стратегий подростков, входящих в группу суицидального риска, и суицидентов подросткового возраста / А. И. Швенк, В. С. Выскочков // Санкт-Петербург: Гуманитарный национальный исследовательский институт «НАЦРАЗВИТИЕ», 2019. – С. 197-200.

References

1. Kulkova, Zh. G. Sand therapy technologies in psychological assistance to suicidal adolescents / Zh. G. Kulkova // Ekaterinburg: Ural University Press, 2019. – P. 124-126.
2. Odinochkina, E. V. Art therapy with suicidal adolescents prone to self-harm / E. V. Odinochkina // . - 2021. - No. 10(65). – P. 62-65.

3. Polyakov E. A., Senkevich L. V., Dontsov D. A., Dontsova M. V. Features of the behavioral and personal sphere of suicidal adolescents // . - 2020. - No. 6. – P. 109-122.
4. Pozdeeva, I. V. Problems of psychosocial work with suicidal families in Russia and abroad / I. V. Pozdeeva // Moscow: Russian State Social University, 2022. – P. 78-83.
5. Pugatsky, M. V. Social construction as a method of psychological and pedagogical work with suicides in places of deprivation of liberty / M. V. Pugatsky, N. M. Romanova // . - 2021. - No. 2. – P. 73-76.
6. Rodermel, T. A. The effectiveness of preventive measures in working with suicidal adolescents: a method of psychological counseling / T. A. Rodermel // European Journal of Social Sciences. - 2018. - No. 7-1. – P. 412-416.
7. Polyakov EA, Senkevich LV, Dontsov DA, Dontsova MV Human Capital. - 2020. - No. 11(143). – P. 269-283.
8. Shvenk, A. I. Prospects for the study of the characteristics of coping strategies of adolescents at risk of suicide and adolescent suicides / A. I. Shvenk, V. S. Vyskochkov // St. Petersburg: Humanitarian National Research Institute "NATIONAL DEVELOPMENT" ", 2019. – P. 197-200.

© Оболенская Ю.Н., 2023 Научный сетевой журнал «Столыпинский вестник» №3/2023.

Для цитирования: Оболенская Ю.Н. ПСИХОКОРРЕКЦИОННАЯ РАБОТА С ПОДРОСТКАМИ СУИЦИДЕНТАМИ // Научный сетевой журнал «Столыпинский вестник» №3/2023.