

УДК 159

Дорофеева Юлия Александровна

аспирантка,

Российский государственный социальный университет;

клинический психолог; гипнолог; специалист-практик в области психологического консультирования, психокоррекции, психотерапии;

aagnessa@yandex.ru

Yulia A. Dorofeeva

Graduate student of the Russian State Social University;

Clinical psychologist; hypnologist; practitioner in the field of psychological counseling, psychocorrection, psychotherapy; transactional analyst

aagnessa@yandex.ru

Актуальные вопросы превенции и поственции суицидального поведения подростков в деятельности клинического психолога

Prevention and postposition of suicidal behavior of adolescents in the activities of a clinical psychologist

***Аннотация.** Статья посвящена проблеме превенции и поственции суицидального поведения подростков в работе клинического психолога. Показано, что реализация данных направлений работы требует знания факторов и детерминант, обуславливающих формирование риска суицидального поведения в подростковом возрасте, анализа объективных и субъективных признаков дезадаптации, выявление суицидальной мотивации подростков. Описаны направления, виды и формы психологической помощи для подростков, склонных к суицидальному поведению, для ближайшего окружения уцелевших после самоубийства в рамках работы кризисных центров и служб телефона доверия.*

***Ключевые слова:** суицид, подростки, превенция, поственция.*

***Annotation.** The article is devoted to the problem of prevention and postposition of a teenager's suicidal behavior in the work of a clinical psychologist. It is shown that the implementation of these areas of work requires knowledge of the risk factors for adolescent suicidal behavior, analysis of objective and subjective signs of maladjustment, identification of adolescent suicidal motivation. Describes the directions, types and forms of psychological assistance for adolescents who are prone to suicidal behavior for the immediate environment of those who survived after suicide as part of the work of crisis centers and helpline services.*

***Key words:** suicide, adolescents, prevention, postposition.*

Данные, опубликованные в пресс-релизе федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по

проблеме самоубийств в Российской Федерации, свидетельствуют о том, что Россия занимает 1 место в Европе по количеству самоубийств среди детей и подростков [9]. Распространение суицидальных действий в подростковой среде делает актуальной проблему их превенции. В Концепции демографического развития Российской Федерации на период до 2025 г. в качестве приоритетного направления выделяется необходимость повышения эффективности профилактической работы с гражданами из групп риска, направленной на предупреждение суицидов [8].

Превентивные суицидологические службы в отечественной практике начали создаваться в 1970-е гг. XX века. Первый кризисный стационар и «телефон доверия» в Москве был создан под руководством А.Г. Амбрумовой, которая фактически доказала, что большинство суицидентов – люди практически здоровые. За рубежом превентивные мероприятия суицидального поведения осуществляются на базе специализированных центров превентивных мер. Так, например, в США их насчитывается около двухсот, в их числе центры «Хелилайн», «Национальное спасение – лига жизни», «Суицид Кризис-центр» и прочие [2, с.24]. Эти центры объединяет общая цель – сделать доступной для потенциальных суицидентов срочную и квалифицированную помощь.

Превенция и поственция суицидального поведения подростков в психологической деятельности клинического психолога опирается на теоретические представления о сущности суицидального поведения и его особенностях в подростковом возрасте, на понимании тех социально-психологических факторов и детерминант, которые влияют на развитие суицидального поведения подростков.

Суицид, понимаемый как сознательные действия, приводящие к смерти, а также действия, в результате которых была совершена попытка лишения себя жизни, но в силу каких-либо обстоятельств не повлекшие летального исхода, рассматривается не только как суицидальные действия, но и мысли о смерти, намерения, чувства, высказывания. Значительным шагом в развитии современной суицидологии явилось введение понятий «суицидальное поведение» и «суицидальный процесс», в качестве синонима которого в научной литературе применяется термин «суицидальность» [5]. Согласно концепции А.Г. Амбрумовой и В.А. Тихоненко суицид является результатом взаимодействия средовых (ситуационных) и личностных факторов, у всех форм суицидального поведения существуют объективные и субъективные признаки дезадаптации личности. Объективная дезадаптация проявляется изменением поведения человека в социальной среде, ограниченности в возможности справиться со своими социальными функциями. Субъективная дезадаптация включает в себя гамму субъективных психоэмоциональных сдвигов – от негативно окрашенных

психологических переживаний (тревоги, горя, душевной боли, обиды, стыда, возмущения, злобы, гнева) до клинически выраженных психопатологических состояний [2, с. 13-14].

Профилактика суицидального поведения подростков в деятельности клинического психолога опирается на понимание факторов формирования риска суицидального поведения среди подростков. Факторы риска суицидального поведения подразделяют на актуальные, к которым относятся депрессивные состояния с переживанием обиды, одиночества, безысходности, хронические связанные с психическими расстройствами, статические (неизменные) и динамические (подвергаются воздействию), также выделяют центральные (конкретные события в жизни подростка) и периферические (исторические факторы) [7, с. 9-10].

Основными факторами риска суицидального поведения подростков являются:

- неблагоприятная семейная обстановка (ситуации продолжительных конфликтов между членами семьи или развод, смерть члена семьи, отсутствие в семье у подростка авторитетного мнения «значимого взрослого»);

- фактор модели воспитания в семье (чрезмерная авторитарность, психологическое давление, применение физических наказаний по отношению к ребёнку, проявление несправедливости к ребёнку, гиперопека);

- подростковое одиночество (статус «отверженного» в группе сверстников);

- трудно протекающий пубертатный период (дисгармоничное развитие в сравнении со сверстниками); личностная импульсивность (вспыльчивость, бескомпромиссность) и др. [1, с. 22-23].

И.А. Рухловой также отмечается, что подростки-суициденты, как правило, имеют неблагоприятное положение в социальном окружении, для них характерна крайняя неадекватность мотивации самоубийства. Формирование суицидальной настроенности может происходить и под действием хронических стрессов и психотравм, ведущих к снижению психоэмоциональной устойчивости, нарастанию деструктивных и агрессивных тенденций. Подростковое суицидальное поведение имеет ряд специфических характеристик: объективную кратковременность и относительную легкость конфликтной ситуации при трагическом ее восприятии, субъективное представление суицида в романтическом свете, демонстративность и театральность, импульсивность акта, непродуманность в выборе метода [6, с. 22].

Важно учитывать и мотивы суицидального поведения подростков. По мнению А.Г. Амбрумовой, у подростков можно выделить следующие мотивы суицидального поведения: протест, месть, призыв, избегание (наказания, страдания), самонаказание, отказ от существования. Из-за

существующего многообразия мотивов суицид считается рассматривается клиническими психологами дольно сложным сложным явлением в плане превенции. Особенно непредсказуемы так называемые «ситуативные» суициды – ответ на внезапно возникшую острую психотравматическую ситуацию [3]. Поэтому, клинический психолог в рамках превенции суицидального поведения подростков, должен работать с подростками, которые прямо или косвенно высказывают суицидальные мысли и намерения, вне зависимости от того находятся ли они в трудной жизненной ситуации или ситуация воспринимается подростком как трудная исключительно субъективно. Комплексной целью превенции подростковых суицидов является:

- мотивация на изменение поведения; переход от дезадаптивных к адаптивным формам поведения;
- формирование и развитие социально-поддерживающей сети.

Психологическая профилактика суицидального поведения подростков, по мнению И.А. Рухловой, направлена:

- на повышение уровня антисуицидального барьера путем коррекции неадекватных личностных установок относительно суицидального способа реагирования, самооценки социально-личностной значимости;
- на отработку адаптивных способов поведения в условиях конфликта; на активизацию творческого потенциала и восстановление социальных контактов;
- на переориентацию ценностных установок в рамках первичной и вторичной профилактики.

Социально-психологическая профилактика включает распространение научно-обоснованной информации относительно особенностей формирования и реализации суицидального поведения в подростковой среде, организации и работы служб кризисной помощи, обучение лиц контингента микросоциального окружения диагностике суицидальной настроенности и способам самопомощи и взаимопомощи при ее наличии (в рамках первичной, вторичной и третичной профилактики) [6, с. 106].

Для оказания психологической помощи лицам с риском суицидального поведения, в том числе и подросткам, в России и за рубежом созданы службы телефонов доверия, которые являются наивысшим звеном суицидологической службы. В штате телефона доверия имеются врачи-психиатры, врачи-психотерапевты, клинические (медицинские) психологи. Задача телефонов доверия – убедить позвонившего изменить свое намерение в отношении самоубийства и обратиться к специалисту за практической помощью. На практике работники служб психологической помощи по телефону доверия выполняют функций центров преодоления кризисов: организуют

консультации специалистов докризисных клиентов, проводят превентивную работу, участвуют в работе мобильных команд преодоления кризисов.

Важным направлением деятельности клинического психолога является поственция, понимаемая как специализированная психологическая помощь уцелевшим после самоубийства, которая распространяется не только на пытавшихся покончить с собой, но и на их родственников и ближайшее окружение, а также на свидетелей самоубийства. Исследования показывают, что переживания, связанные с самоубийством близких родственников, сопровождаются глубоким чувством вины, стыда, скорбью, носят пролонгированный характер [4, с.211]. Поственция включает психологическую работу, направленную на устранение симптомов кризиса, связанного с суицидальным поведением. Стратегии поственции:

- психологическое консультирование;
- кризисная психотерапия;
- психотерапии в специальных группах поддержки и взаимопомощи;
- поиск систем поддержки личности жизнеобеспечения в обществе;
- образовательная стратегия, направленная на повышение осознания роли и значимости разрушающего поведения;
- поддержание контактов со СМИ для соблюдения этических принципов при информировании об актах аутоагрессии в обществе.

Таким образом, снижение риска самоубийств и противодействие суицидальной активности подростков требует, с одной стороны, анализа влияния социально-психологических детерминант подросткового суицида, с другой – широкого внедрения мер профилактической направленности суицидального поведения подростков.

Литература

1. Алимova М.А. Суицидальное поведение подростков: диагностика, профилактика, коррекция. - Барнаул, 2014. – 100с.
2. Амбрумова А.Г., Тихоненко В.А. Диагностика суицидального поведения. / А.Г. Амбрумова, В.А. Тихоненко - М., 1980. - 48 с.
3. Амбрумова А.Г. К вопросу о саморазрушающем поведении подростков. / А.Г. Амбрумова, Е.Г. Трейнина // Саморазрушающее поведение у подростков. – Л., 1991. – С.29-36.
4. Бачериков Н.Е., Згонников П.Т. Клинические аспекты суицидологии // Клиническая психиатрия.- К.: Здоровья, 2009. - С. 456-465.
5. Положий Б. С. Дифференцированная профилактика суицидального поведения / Б. С. Положий, Е. А. Панченко // Суицидология. – 2012. – № 1. – С. 8–13.
6. Рухлова И. А. Профилактика суицидального поведения у подростков с психическими расстройствами: диссерт.... кандидата медицинских наук / И.А. Рухлова. - Санкт-Петербург, 2016. – 185 с.

7. Сыроквашина К.В., Дозорцева Е.Г. Психологические факторы риска суицидального поведения у подростков / К.В. Сыроквашина, Е.Г. Дозорцева // *Консультативная психология и психотерапия*. - 2016. - № 3. - С. 8-24.

8. Указ Президента РФ от 9 октября 2007 г. N 1351 «Об утверждении Концепции демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года» (с изменениями и дополнениями) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://base.garant.ru/191961/>

9. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека. Пресс-релиз о проблеме самоубийств в Российской Федерации [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://rospotrebnadzor.ru/news/-/asset_publisher/w7Ci/content/

Literature

1. Alimova M.A. *Suicide behavior of teenagers: diagnostics, prevention, correction*. - Barnaul, 2014. – 100 pages.

2. Ambrumova A.G., Tikhonenko V. A. *Diagnostics of suicide behavior*. / A.G. Ambrumova, V.A. Tikhonenko - M., 1980. - 48 pages.

3. Ambrumova A.G. *To a question of the self-destroying behavior of teenagers*. / A.G. Ambrumov, E.G. Treynin//*the Self-destroying behavior at teenagers*. – L., 1991. – Page 29-36.

4. Bacherikov N.E., Zgonnikov P.T. *Clinical aspects of a suicidology//Clinical psychiatry*. - To.: Health, 2009. - Page 456-465.

5. Polozhy B. S. *The differentiated prevention of suicide behavior* / B.S. Polozhy, E.A. Panchenko//*the Suicidology*. – 2012. – No. 1. – Page 8-13.

6. Rukhlova I. A. *Prevention of suicide behavior at teenagers with mental disorders: диссертация ... кандидата медицинских наук*. A. Rukhlova. - St. Petersburg, 2016. – 185 pages.

7. Syrokvashina K.V., Dozortseva E.G. *Psychological risk factors of suicide behavior at teenagers* / K.V. Syrokvashina, E.G. Dozortseva//*Advisory psychology and psychotherapy*. - 2016. - No. 3. - Page 8-24.

8. *The decree of the Russian President of October 9, 2007 N 1351 "About the approval of the Concept of population policy of the Russian Federation until 2025" (with changes and additions)* [An electronic resource]. – Access mode: <http://base.garant.ru/191961/>

9. *Federal service on supervision in the sphere of protection of the rights of consumers and wellbeing of the person* -

The press release about a problem of suicides in the Russian Federation [An electronic resource]. – Access mode: http://rospotrebnadzor.ru/news/-/asset_publisher/w7Ci/content/