

«Методичний кейс з профілактики суїцидальних тенденцій»



У сучасному світі самогубство постає як гостра, глобальна проблема, яка стосується кожної країни і суспільства загалом, оскільки є причиною смертності серед населення та виступає відповідним індикатором соціального благополуччя.

Складний кризовий період підліткового віку характеризується не лише внутрішніми конфліктами самої дитини, але й проявою великої кількості конфліктів з оточуючим світом. Психіка є емоційно незрілою, неспроможною подолати значні зовнішні стимули. Підлітковий вік представляє для самих дітей глобальну проблему, з якою не кожний може справитися і як результат - підліткам легше і простіше покінчити життя суїцидом, ніж вирішувати проблему яким-небудь іншим способом.

У психологічній науці проблема суїцидальної поведінки розглядається переважно у рамках клініко-психологічних досліджень (А.Г.Амбрумова, О.Е.Калашнікова, С.В.Жабокрицький, О.М.Моховиков, В.О.Тихоненко, О.В.Вроно, Л.Я.Жезлова та ін.). Дослідники зосереджують увагу здебільшого на вивченні мотиваційної основи суїцидальної поведінки.

Більшість авторів зазначає, що суїцидальна поведінка у дітей до 13 років - явище відносно рідкісне, але з 14-15-річного віку суїцидальна активність різко зростає, досягаючи максимуму в 16-19 років. Статистичні дані дають нам жахливі числа про прояви суїцидальної поведінки саме серед молоді та підлітків. За даними ВООЗ 2019 року, Україна посідає 17 місце у світі по числу самогубств, (на 100 тис жителів припадає 22 самогубства). Поряд з тим, майже 85% підлітків хоч раз у житті думали про самогубство. Хоча насправді ніхто з цих дітей не хоче вмирати, просто для дитини думки про самогубство – часто єдиний спосіб звернути на себе увагу батьків, крик про допомогу. Суїцидальна поведінка – це відповідь на глибинні переживання, а вони пов'язані з тим, що насправді актуально. Родини підлітків із суїцидальною поведінкою відрізняються підвищеною частотою психічних відхилень, нерозумінням дітей, байдужністю до них і частими покараннями. Нерідко підлітки із суїцидальними проявами почувають себе перевантаженими через завищені очікування батьків.

Виявлений достовірний взаємозв'язок між суїцидальною поведінкою і фізичним або сексуальним насильством у родині.

У більшості випадків причиною суїциду серед підлітків виступають стосунки з близькими. За сімейними мотивами діти вдаються до суїциду в 46,9% випадків, через конфлікти з однолітками і за любовних причин - в 13,6% випадків.

Проблема суїциду серед підлітків та молоді ще більш загострюється внаслідок травмуючих подій, обумовлених військовою інтервенцією російської федерації до України. Внаслідок військових дій відбувається реакція на ситуацію, в якій є загроза життю людини або її здоров'ю. Психологічні травми порушують нормативну організацію психіки і можуть зумовити межові (тимчасове відчуття дискомфорту) або клінічні стани (зниження імунітету, втрата працездатності, порушення когнітивних процесів) Найбільшу небезпеку виявляють особи з посттравматичним стресовим розладом (ПТСР), де частота суїцидальних спроб в 6 разів вища, ніж у інших.

Безконтрольний доступ до інтернету може мати негативні наслідки для дитини. Важливо знати те, що в Україні періодично ширяться "групи смерті", адміністратори яких спеціально і свідомо доводять підлітків до самогубства. Варто зазначити, що засоби масової інформації є одним з особливих впливів на особистість підлітка. Вони відрізняються від дорослих тим, що не мають достатнього життєвого досвіду, їм характерна підвищена вразливість та вміння більш яскраво відчувати і переживати події, вони більш імпульсивніші в прийнятті рішення. Вивчаючи різні сторінки соціальних мереж можна знайти багато підлітків, які викладають записи на тему суїциду, незадоволення життям, розповідаючи таким чином про свої наміри, але мало хто сприймає ці дії як серйозні. Безумовно, про причини потрапляння та перебування в так званих групах смерті треба говорити, висвітлювати їх, але донесення цієї інформації має бути дозованим, щоб не спричинити протилежний ефект.

Таким чином, проблема соціально-психологічна профілактика суїцидальних тенденцій підлітків та молоді була і залишається досить актуальною.

При організації просвітницької, профілактичної та корекційної роботи пропонуємо використовувати наступні матеріали:

1. Відеоролик методиста КЗ ДНМЦ ПС Матушенко О.А. "Алгоритм дій при потенційному суїциді здобувача освіти" URL: <https://dnmcps.com.ua/videorolik-metodista-kz-dnmc-ps-matushenko-o-algoritm-diy-pri-potenciynomu-suicidi-zdobuvacha>
2. Вправи для дітей та підлітків, які перебувають у стресовій ситуації, для зняття психоемоційного напруження
<https://imzo.gov.ua/psycholohichnyj-suprovid-ta-sotsialno-pedahohichna-robota/materialy-dlia-vykorystannia-v-roboti-pid-chas-voiennykh-diy/vpravy-dlia-ditey-ta-pidlitki-v-iaki-perebuvaiut-u-stresoviy-sytuatsii-dlia-zniattia-psykhoemotsiynoho-naprzhennia/>
3. Всеосвіта «Завдання практичного психолога та соціального педагога в профілактиці суїцидальної поведінки підлітків» URL: <https://naurok.com.ua/zavdannya-praktichnogo-psihologa-ta-socialnogo-pedagoga-v-profilaktici-su-cidalno-povedinki-pidlitkiv-197951.html>
4. Діагностичних мінімумів в діяльності працівників психологічної служби. / авт.-упор.: В. М. Горленко, В. Д. Острова, Н. В. Сосновенко, І. І. Ткачук ; за заг. ред. В. Г. Панка. – Київ : УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2018. – 106 с. <https://mon.gov.ua/storage/app/media/minimumi.pdf>
5. Діти та війна. Навчання технік зцілення. Для дітей віком від 8 до 18 років /Патрік Сміт, Атле Дирегров, Вільям Юле / пер. з англ. О. Антонишин; наук. ред. Катерини Явної. Львів : Галицька Видавнича Спілка, 2022. — 108 с. URL: <https://drive.google.com/file/d/16yCTn6CmrDEF9kf6Iwd2oTod3wuvAJpp/view>
6. Корекційно-розвиткова програма формування стійкості до стресу в дітей дошкільного віку та школярів «Безпечний простір» : навчально-методичний посіб. - Київ : НаУКМА, ГЛІФ Медіа, 2017. - 208 с. URL: https://drive.google.com/file/d/1_HGVS3nkX4Aorr_QdILe1xXeiywJ-Mjt/view
7. Лебедєв Д.В., Назаров О.О., Тімченко О.В., Христенко В.Є., Шевченко І.О. П86 Психологія суїцидальної поведінки: Посібник/За заг. ред. проф.

О.В.Тімченка – Харків, 2007. – 129 с. URL:
http://univer.nuczu.edu.ua/tmp_metod/671/Zmist_Vstup.pdf

8. Лист Донецького обласного навчально-методичного центру психологічної служби системи освіти від 17.08.2022 № 01/03-104 «Пріоритетні напрями діяльності психологічної служби у системі освіти Донецької області на 2022-2023 навчальний рік: методичні матеріали та рекомендації» URL:
<https://drive.google.com/file/d/1UfCIxZCOs1AoxLKYZL0XhQm3k5GjeGUh/view?usp=sharing>

9. Лист Донецького обласного навчально-методичного центру психологічної служби системи освіти від 31.03.2020 № 01/03-65 «Методичні рекомендації щодо профілактики суїцидальної поведінки серед підлітків та учнівської молоді у II півріччі 2019-2020 н.р. та узагальнені матеріали за I квартал 2020 року» URL:
<https://drive.google.com/file/d/1zLVLKGB3xrAbpEEADWE3AZkZ0R4NLD9R/view?usp=sharing>

10. Лист ДНУ від 27.07.2020 № 22.1/10-1495 «Інститут модернізації змісту освіти» «Про пріоритетні напрями роботи психологічної служби у системі освіти на 2020-2021 н. р.» URL:
<https://www.ippo.if.ua/predmety/ocppsr/media/files/Pro%20osnovni%20napriamy%20dijalnosti%202020%202021%20n.r..pdf>

11. Маєвська К. ГО «Ла Страда-Україна» Новий сплеск «груп смерті» в соцмережах: як уберегти дітей та підлітків? URL:
<https://la-strada.org.ua/articles/novyj-splesk-grup-smerti-v-sotsmerezah-yak-uberegty-ditej-ta-pidlitkiv.html>

12. Освітній серіал для батьків «Безпека дітей в інтернеті»
<https://osvita.diia.gov.ua/courses/serial-dlya-batkiv-onlayn-bezpeka-ditey>

13. Підлітковий суїцид. Види профілактики / О. Б. Попова, С. Є. Фесун; упоряд. Т. А. Шаповал. — К.: Редакції загальнопедагогічних газет, 2014. — 104

14. Полова А.В. Безпечний інформаційний простір: просвітницька програма/ Альона Володимирівна Полова. – Хорол.: Хорольська гімназія, 2021. - 65 с.

URL:

<https://drive.google.com/file/d/197PQxfYljYFCSkBofBmCVRBH7bPrscbZ/view>

15. Психологічна профілактика суїцидальних тенденцій проблемної особистості/В. Рибалка. —К.: Шк. світ, 2009. — 128 с. URL:

<https://dnmcps.com.ua/metodichni-materiali-i-rekomendacii>

16. Психологія суїциду: Навчальний посібник / За ред. В. П. Москальця. — Київ - Івано-Франківськ: Плай, 2002. — 249 с URL:

<https://evnuir.vnu.edu.ua/bitstream/123456789/6653/3/Suicide%20psychology.pdf>

17. Просвітницька програма «Джерело досвіду». Практико-орієнтований матеріал / Н.О. Гірман. — Маріуполь, 2021. — 157 с. URL:

<https://drive.google.com/file/d/1IMV4h-c55UYyC3VPVNESOC5vChdXpwHU/view>

18. Просвітницька програма «Створення мирного середовища навколо себе» / Т.А.Бовсуновська — Житомир, 2021. — 98 с. URL:

<https://drive.google.com/file/d/1D1B6xkERqdpeQBL7-io7xs1dWEodcN64/view>

19. Рибалка В.В. Психологічна профілактика суїцидальних тенденцій в учнівської молоді: Методичні рекомендації. - К.: ІПППО АПН України, КФ ВМУРоЛ «Україна», ПП Щербатих О.В. 2007. - 68 с. URL:

<https://dnmcps.com.ua/metodichni-materiali-i-rekomendacii>