

# УЧЕТ ФАКТОРОВ РИСКА ПОДРОСТКОВОГО СУИЦИДА В СИСТЕМЕ ПРОФИЛАКТИКИ<sup>1</sup>

**Степанова Наталья Анатольевна**

кандидат психологических наук, доцент, Тульский государственный педагогический университет им. Л.Н. Толстого  
stepanova\_na@inbox.ru

## TAKING INTO ACCOUNT THE RISK FACTORS OF ADOLESCENT SUICIDE IN THE PREVENTION SYSTEM

**N. Stepanova**

*Summary:* The article raises the problem of adolescent suicide and its prevalence among the child population. The risk factors of suicidal behavior in adolescence are highlighted. The results of the survey of specialists, who are in one way or another connected with the problem of suicidal and self-harming behavior of adolescents, are presented. Possible directions of prevention are described.

*Keywords:* risk factors, adolescent suicide, expert opinion, survey results, prevention system.

*Аннотация:* В статье поднимается проблема подросткового суицида, его распространенности среди детской популяции. Выделены факторы риска суицидального поведения в подростковом возрасте. Представлены результаты анкетирования специалистов, которые так или иначе связаны с проблемой суицидального и самоповреждающего поведения подростков. Описаны возможные направления профилактики.

*Ключевые слова:* факторы риска, подростковый суицид, мнение специалистов, результаты анкетирования, система профилактики.

В последнее время тема подростковых суицидов обсуждается в педагогическом сообществе достаточно часто. Педагоги и родители имеют информацию о причинах суицида, о признаках суицидальной личности, о группах смерти. Но до сих пор остается открытым вопрос о том, что с этим делать, как можно помочь нашим детям, и кто сможет остановить детские смерти [5].

Детям подросткового возраста в силу их возрастных особенностей характерно быстрое развитие таких психических расстройств как депрессии, тревоги, которые способствуют повышенному риску самоубийства.

Появление суицидальных мыслей учащается в возрасте 12-17 лет, в то время как у детей до 10 лет суицидальные мысли редко фиксируются. По статистике, среди молодежи на каждую смерть от самоубийства приходится от 50 до 100 попыток суицида. Если рассматривать гендерный аспект, то показатели смертности от суицида по всему миру выше у юношей, чем у девушек, в этой возрастной группе [3].

Основной целью профилактики суицидального поведения подростков является уменьшение факторов риска и противодействие им. В Распоряжении Правительства РФ от 18 сентября 2019 г. N 2098-р утвержден комплекс мер по совершенствованию системы профилактики суицида среди несовершеннолетних, включающий, в

частности, разработку методических рекомендаций по профилактике суицидального поведения, выявлению ранних суицидальных признаков у несовершеннолетних; проведение обучающих семинаров, лекций для педагогов, педагогов-психологов, социальных работников, сотрудников подразделений по делам несовершеннолетних, других специалистов, занятых работой с несовершеннолетними, а также проведение просветительских лекций с родителями [3].

Преобладающее количество детей, которые совершали суицидальные попытки, обучались в образовательных учреждениях. В большинстве случаев, причинами суицидального поведения являются проблемы подростков в семье.

Общаясь постоянно с учеником в школе, педагог может заметить признаки психологического неблагополучия ребёнка и принять меры к предупреждению у него эмоционального срыва. В рамках выполнения проекта нами была разработана анкета для специалистов, которые так или иначе связаны с проблемой суицидального и самоповреждающего поведения подростков. В опросе приняли участие более 150 педагогов и психологов из образовательных организаций г. Тулы и Тульской области, студенты старших курсов факультета психологии специальности «Педагогика и психология девиантного поведения» ФГБОУ ВО «ТГПУ им. Л.Н. Толстого».

<sup>1</sup> Статья печатается в рамках выполнения гранта правительства Тульской области в сфере науки и техники ДС/ 259 от 25.10.2021 г. «Выявление факторов риска и их учет в профилактике суицидального поведения детей и подростков».

Результаты анкетирования позволили выявить факторы риска возникновения суицидального поведения среди молодежи (по мнению педагогов и психологов). Условно их можно разделить на несколько групп:

- семейные факторы: проблемы и конфликты в семье ребенка (68,4%), наличие трудной жизненной ситуации в семье ребенка (63,2 %), нарушение детско-родительских отношений (60,5%);
- социальные факторы: несчастная любовь (65,8 %), отчужденность, нарушение коммуникативных связей с окружающими (65,8 %), пагубное влияние интернет-источников, СМИ (34,2 %), суицид в окружении подростка (34,2 %), взаимоотношения между полами (23,7%);
- личностные факторы: одиночество (55,3%), депрессия (2,6%).

Но существуют еще и так называемые антисуицидальные факторы, к которым наши респонденты относят прежде всего следующие: наличие планов, определяющих цель в жизни (92,1 %), выраженная эмоциональная привязанность (34,2%), наличие веры (31,6 %), страх причинения боли, изменение внешнего вида (26,3 %), психическое здоровье, а также трудовая/творческая занятость (2,6 %).

Увеличение количества самоубийств школьников и их причины являются результатом снижения воспитательных функций учреждений образования, когда подростки остаются наедине со своими проблемами и попадают в острые конфликты, из которых уже не в состоянии самостоятельно найти выход [1].

Если рассматривать категорию подростков, склонных к суициду, либо задумывающихся о суициде, то основную часть составляют депрессивные подростки (84,2 %), затем идут несовершеннолетние с расстройством личности (36,8 %) и с проблемами в семье и социализации (2,6 %).

Для организации эффективной профилактики суицидального поведения необходимо создание благоприятных условий для гармоничного развития подростков, раннего обнаружения кризисных ситуаций, которые в дальнейшем могут стать своеобразными триггерами.

Респонденты, принявшие участие в нашем опросе, считают, что подростковый суицид является проявлением психического неблагополучия (68,4 %), крика о помощи (60,5 %), либо социального неблагополучия (60,5 %).

Современные исследователи выделяют следующие факторы риска суицидального поведения, характерные для подросткового возраста: психологические, семейные, социальные и физические.

К психологическим факторам относят: перфекционизм, сенситивность, ответственность, безысходность, безнадежность, отчаяние, душевную боль, сниженное настроение, перепады настроения, вину, стыд, злость, импульсивность, нарушение половой идентификации, предпочтений, потерю интереса к деятельности, приносившей ранее удовольствие, рискованное поведение (игнорирование правил дорожного движения, зацепинг, трейнсерфинг, опасные селфи), причинение себе физического вреда (самоповреждения), мысли о суициде, план суицида, наличие попытки в анамнезе.

Семейные факторы включают в себя: неполную семью - наличие одного родителя, опекунов или усыновителей, пренебрежение потребностями ребенка (физическими или психологическими) со стороны родителей; отсутствие право голоса у ребенка при принятии решений, касающихся его собственной жизни (выбор школы, кружков, друзей, профессии и т.д.), возложение на ребенка «родительских» обязанностей, например, необходимость работать, осуществлять уход за и пр.

Социальные факторы содержат: отсутствие друзей, отсутствие чувства сопричастности к значимой группе сверстников, неуспешность в учебе, разрыв романтических отношений/ безответные чувства, резкое снижение успеваемости, наличие насилия, оскорбления, унижения, преследования со стороны учеников и учителей, смерть родителя/близкого члена семьи, суицид среди окружения, частые переезды с места на место, нахождение в стационарном учреждении для детей, оставшихся без попечения родителей или учреждении закрытого типа.

К физическим факторам относят: наличие тяжелого соматического заболевания, особенно, связанного с хронической болью (онкология, ВИЧ-инфекция, сахарный диабет, туберкулез, вирусный гепатит и т.д.), нарушения сна, наличие физического дефекта, резкий набор или потеря веса тела, избыток массы тела, постоянная усталость, потеря энергичности, сидячий образ жизни, отсутствие физических нагрузок, употребление алкоголя, наркотиков, курение.

В связи с тем, что жизнь современного подростка, в большей степени проходит в образовательном учреждении, то именно образовательное учреждение должно стать тем местом, где должна быть организована работа по раннему выявлению и профилактике суицидального поведения учащихся.

Источники помощи подростку, находящемуся в кризисном состоянии, могут быть различны. Среди наиболее эффективных наши респонденты выделяют: наличие доверительных отношений с родителями (92,1 %), оказание консультаций, помощи психолога или школьного

психолога (71,1 %), обращение в службы телефонов доверия (28,9 %) и наличие социально адаптированных друзей (2,6 %).

Однако, информацией о доступных источниках помощи в кризисной ситуации большинство (66 %) несовершеннолетних практически не располагают.

Таким образом, результаты анкетирования помогли нам определить дальнейшие направления работы над проектом.

Для раннего выявления и распознавания степени суицидального риска необходима психодиагностическая работа. На первом этапе происходит выявление детей и подростков, у которых не сформированы твердые планы и они не готовы к нанесению вреда своему здоровью (незначительная степень суицидального риска), суицидальные намерения для них еще неочевидны, но идеи уже присутствуют, в прошлом суицидальные попытки не отмечены, но проявляются факторы суицидального риска (психологические, психосоциальные и ситуативные условия формирования суицидального риска).

Второй этап характеризует умеренную степень суицидального риска. На нем предполагается проведение углубленной диагностики при наличии ярко выраженного аутоагрессивного поведения, при этом у подростков присутствуют суицидальные намерения. На этом уровне проводится индивидуальная работа с теми, у кого проявляются признаки суицидального поведения. Профилактическая работа на этом уровне направлена на улучшение адаптации, снижение вероятности совершения суицида и суицидальных попыток.

Разрабатывая модель организации профилактической работы в образовательной среде, необходимо учитывать выявленные отечественными исследователями уровни профилактики суицида: первичная профилактика, вторичная и третичная профилактики.

На уровне первичной профилактики проводится повышение компетентности педагогических работников (классных руководителей, педагогов-психологов) в области распознавания признаков суицидального и самоповреждающего поведения. Осуществляется психолого-педагогическая диагностика рисков суицидального поведения у обучающихся. Основной целью вторичной профилактики является оказание помощи человеку с выявленными суицидальными намерениями найти выход из сложившейся ситуации и стабилизировать психическое состояние. Третичная профилактика (или поственция) представляет собой помощь, которая оказывается людям, уцелевшим после попытки самоубийства и их окружению, а также направлена на социально-психологическое сопровождение окружения близких погибшего

от суицида и предотвращение волны подражательных суицидов.

Программа профилактики суицидального поведения в системе образования может реализовываться по разным направлениям: психологическому, психолого-педагогическому, информационно просветительскому и социальному [2].

Мы в своем исследовании остановились на информационно-просветительском направлении в профилактике суицидального поведения, которое должно предусматривать, в первую очередь, работу с семьей.

В рамках реализации проекта нами разработана серия информационных материалов (памятки-буклеты) для педагогов и родителей. Информационные материалы, подготовленные для родителей, раскрывают следующие проблемы: «Профилактика раннего суицида», «Профилактика суицидального поведения», «Профилактика суицида», «Как уберечь ребенка от рокового шага?», «Суицид – это выход...?», «Самоповреждение, или когда подросток не просит помощи», «Селфхарм. Как помочь ребенку?».

В рамках информационно-просветительского направления подготовлен вебинар для родителей на тему «Суицид...крик о помощи: как не допустить беды». Тема затрагивала проблему отсутствия внимания со стороны взрослых и неумение решать бытовые конфликты становятся частыми причинами детских суицидов, которые взрослые (родители и учителя) в силах предотвратить.

Разработка образовательно-просветительских программ в формате получения дополнительного образования также является частью информационно-просветительского направления. В частности, в рамках программ «Психологическая поддержка в экстремальных ситуациях» и «Технологии оказания экстренной допсихологической помощи» разработаны проведены учебные занятия по темам «Экстренная допсихологическая помощь при попытке суицида» (2 часа) и «Как предотвратить суицид» (2 часа), которые посетили более 284 студентов выпускных курсов, будущих педагогов.

Целью программы является формирование у слушателей комплекса компетенций в области теории и практики психологии экстремальных ситуаций, овладении специальными знаниями, умениями и навыками в области допсихологических аспектов экстренной помощи в кризисных ситуациях в соответствии с современными научными представлениями и практикой, в том числе, предотвращении попыток суицида. Также, не менее важным в рамках данного направления является информирование о деятельности служб экстренной психологической помощи, телефонах службы доверия.

Таким образом, подростковый возраст является особым, наиболее уязвимым периодом в жизни каждого человека. Возникающая в этом возрасте проблема профилактики суицида требует от всех специалистов сферы

образования понимания сущности данного явления, знания факторов риска суицидального поведения и умения своевременной организации профилактической работы не только с детьми и подростками, но и с их родителями.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Брысина О.П. Подростковый суицид в оценках специалистов системы профилактики // Социология в современном мире: наука, образование, творчество. - 2014. - №6. - С.424-427.
2. Вихристюк О.В. Актуальные направления профилактики суицидального поведения среди несовершеннолетних // Научные исследования и образование. - 2017. - №3 (27). - С. 6-8.
3. Климов В.М., Айзман Р.И. Анализ факторов суицидального риска у студентов вуза // Вестник Новосибирского педагогического университета. – 2017. - Т.7. - № 5. - С. 55-66.
4. Распоряжение Правительства РФ от 18 сентября 2019 г. № 2098-р Об утверждении комплекса мер до 2020 г. по совершенствованию системы профилактики суицида среди несовершеннолетних. Гарант. ру Информационно-правовой портал. <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/72681144/#review>
5. Сухарева О.А. Подростковый суицид: меры профилактики и предупреждения в подросткового суицида в образовательной организации. // Академический вестник академии социального управления. – 2017. - № 2(24). - С. 66-70.

© Степанова Наталия Анатольевна (stepanova\_na@inbox.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»



Тульский государственный педагогический университет им. Л.Н. Толстого