**«Свеча» (программа профилактики и коррекции суицидального поведения в подростковой и молодежной среде)**

Автор:

[Мальцев Андрей Евгеньевич](http://psy.su/club/forum/profile/6279/)

Щекино

**Актуальность, научная и практическая значимость.**

По статистическим данным Детского фонда ООН за последние годы суицидологи были вынуждены констатировать страшный показатель «помолодевшего суицидального поведения»: в *2,65 раза* увеличилось число суицидальных попыток и завершенных самоубийств в возрасте 15–22 лет. Уровень самоубийств среди российских подростков в настоящее время является одним из самых высоких в мире. *Самоубийство является второй по частоте причиной смерти в молодости*, а если учесть самоубийства, замаскированные под другие виды насильственной смерти, то, возможно, и ***1******место*** среди ведущих причин смертельных случаев. «Суицидальное поведение» — термин особо применим к юношескому возрасту, когда эти проявления отличаются многообразием: мысли, переживания, намерения, высказывания, угрозы, попытки, и как следствие не прослеживается какой-либо одной причины, из-за которой подросток решается на самоубийство. Предрасполагающие факторы имеют большой веер включения, так как душевная жизнь подростка чрезвычайно сложна и особое значение имеет фиксированное отношение к себе, к другим и к жизни в целом. Суицидальные реакции у подростков часто бывают импульсивными, ситуативными и не планируются заранее. Попытки суицида являются следствием непродуктивной (защитной) адаптации к жизни — фиксированное, негибкое построение подростком или семьей отношений с собой, своими близкими и внешним миром на основе действия механизма отчуждения: попыткам разрешить трудную, кризисную жизненную ситуацию непригодными, неадекватными способами. Как правело, в одиночку кризисные проблемы такого уровня решить не удается. Выход из кризиса требует микросоциальной и эмоциональной поддержки, а также коррекции заложенных суицидогенных установок, для этого необходим тренинг недостающих им навыков адаптации к сложившейся ситуации в данной социальной среде. В тренинговой группе у подростка возрастает возможность быть принятым и принимать других, он пользуется доверием группы и не боится доверять другим. Участник группы может активно экспериментировать с различными стилями общения, усваивать и отрабатывать совершенно иные, не свойственные ранее ему умения и навыки поведения и общения, ощущая при этом психологический комфорт и защищенность. И, самое главное, тренинг — это интенсивная подготовка к более активной и полноценной жизни в обществе.

**Цели и задачи.**

**Цель программы** в формировании у подростков позитивной адаптации, выработки стратегии высокоэффективного поведенияк жизни, как процесса сознательного построения и достижения человеком относительно устойчивых равновесий отношений между собой, другими людьми и миром в целом. Нивелирование свойственного подросткам чувства непонимания и обиды на близких людей и переживания острого чувства одиночества.

**Задачи программы.**

* Организация открытого общения и восприятия информации.
* Выявление подростков, нуждающихся в незамедлительной помощи и защите, оказание экстренной психологической помощи, обеспечение безопасности подростка, снятие стрессового состояния.
* Привитие существующих в обществе социальных принципов, норм морали и права и формирование у подростков эмпатийного отношения друг к другу.
* Формирование позитивного образа Я, развитие современных навыков эффективной коммуникации и адаптивно творческих способов поведения в образовательной среде, в семье, в социуме.
* Расширение репертуара конструктивных способов совладающего поведения подростка в сложных жизненных ситуациях и привитие надёжного иммунитета против попыток суицида.

**Содержание программы (её этапы).**

**Основной формой работы** избран социально-психологический тренинг, как метод преднамеренных изменений психологических особенностей подростков. Проект направлен на *2 возрастных диапозона*: подростков, юношей (13–16лет, 17–20лет) и взрослых (родителей, педагогов).

Проект подразумевает **3 этапа.**

**1 этап** — осуществляется отбор подростков из группы риска в тренинговую группу и производится констатирующая диагностика (методы исследования: Диагностическое интервью с семейным анамнезом. Тест Личко «ПДО». Тест фрустрационной толерантности Розенцвейга. Тест Басса-Дарки).

**2 этап** — проведение тенинговых мероприятий для подростков и взрослых.

**3 этап** — итоговая диагностика и составление рекомендаций для родителей и педагогов.

Программа имеет **модульную конфигурацию.**

***Для подростков — 22 отдельных****тематических занятия*, имеющих четкую структуру и способствующие купированию стрессового состояния (*обиды, вины, гнева, агрессии, страха, чувства одиночества* и т.д.) и поиску наиболее успешного выхода из ситуации, а также развивает и формирует представления подростка о личностной сфере и иерархии личностных смыслов, которая включает в себя Я-концепцию, построение отношений с ценными для личности объектами. В основу тренинга для подростков положена концепция, которая учитывает не только суицидогенные факторы, но и антисуицидальные: нежелание вызывать отрицательные переживания у близких, чувство долга к родителям, представление о позорности суицида, наличие нереализованных планов, боязнь физических страданий, любовь к жизни.

***Для взрослых — 4 тренинга***, имеющие лекционную и практическую составляющие, что подразумевает комплексный подход к оказанию профилактической и коррекционной социально-психологической помощи.

Проект был реализован на базе общеобразовательных и профессиональных учебных заведениях Щекинского р-на, срок реализации программы с октября 2011 г. по декабрь 2012 г. Всего проектом было ***охвачено 116 подростков и 28 родителей.***

**Ожидаемые результаты.**

* Сформированность личность стремящеюся найти позитивный смысл в собственной жизни, обладающей потребностью в самосохранении и в самореализации.
* Снижение факторов девиантного поведения среди подростков во избежание суицидальных попыток.
* Оптимизация взаимоотношений в детско-родительской среде.
* Развитие системного подхода во взаимодействии департаментов образования и здравоохранения в рамках профилактики суицидального поведения, которая позволит осуществлять социальную и психологическую защиту подростков группы риска.

**Результаты и выводы.**

В результате реализации проекта достигнуто взаимодействии департаментов образования и здравоохранения в рамках профилактики суицидального поведения в образовательных учреждениях.

При сравнении 1 и 2 среза (1 и 3 этапы) наблюдаются качественные изменения в поведении подростков. Стабилизация эмоционального фона — 78,4%; снижение агрессии (вербальной, физической) — 69,2%, а также снижение остроты переживания чувства вины и одиночества.

После проведения программы не было отмечено *не одного случая попытки суицида*среди участников программы.

**РЕЦЕНЗИЯ**

**НА ПРОГРАММУ ПРОФИЛАКТИКИ И КОРРЕКЦИИ СУЦИИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ В ПОДРОСТКОВОЙ И МОЛОДЕЖНОЙ СРЕДЕ**

**«*СВЕЧА»,***

***разработанную клиническим психологом Мальцевым А.Е.***

Суицид - исключительно человеческий акт, он встречается во всех культурах мира. В настоящее время Россия занимает одно из ведущих мест в мире по количеству самоубийств на душу населения. В последнее время заметна явная тенденция к «омоложению» суицида, причем это характерно для всех стран мира. В России показатель суицида среди молодежи на 100 тыс. составляет 20,4, что превышает средний мировой показатель в 2,7 раза. Причины этого явления по сути своей те же, что и у взрослого населения: отсутствие механизмов воздействия общества на индивида, ранняя алкоголизация и употребление наркотиков. Из разряда личностных причин: чувство неприкаянности, антипатия к существующей жизни. По опубликованным результатам отчета Следственного комитета России за период с 2010-го по первое полугодие 2012 года наблюдался неуклонный рост числа подростковых суицидов, что угрожает генофону нации и национальной безопасности России.

В связи со всем выше изложенным представленная А.Е. Мальцевым программа играет важную роль в выборе подростка и является очень актуальной.

Программа была успешно реализована в общеобразовательных и профессиональных учебных заведениях Щекинского р-на с октября 2011г. по декабрь 2012г

Основу рецензируемой программы составляет ценностно-адаптивный подход, который дает новое решение пассивно-деструктивного способа реадаптации, преображая иерархию ценностей, нивелируя чувство отчуждения и одиночества, формируя стратегии высокоэффективного поведения подростка в ситуации стресса и конфликта, позволяя быть более успешным и рождая вкус к жизни.

Ценным в данной программе является то, что она рассчитана на работу с подростками и повышает компетентность педагогов и родителей в области распознавания маркеров суицидального риска. Программный материал для работы с подростками включает 22 отдельных тематических занятия, имеющий четкую структуру и способствующий развенчиванию смысла самоубийства, рассеиванию идеи суицида и говорит с подростками и молодыми людьми на одном языке заставляет подростков по-новому взглянуть на своих проблемы.

Несомненным достоинством программы является включение в неё экспериментально-психологическое обследование участников на входе и выходе из работы всего тренинга по выделенным критериям его эффективности.

Практической ценностью программы является то, что в ней собран уникальный рабочий материал, представлены теоретические аспекты по профилю программы, составлены памятки для родителей подростков стремящихся к неадекватному «уходу» от своих проблем.

В целом программа А.Е. Мальцева «Свеча» является законченной концептуальной практической разработкой и может быть рекомендована для использования психологами по профилактике и коррекции суицидального поведения в подростковой и молодежной среде, а её автор заслуживает положительной оценки.