

Роль классного руководителя в профилактике суицидального поведения обучающихся

Функции классного руководителя

1. Наблюдать за особенностями поведения обучающегося.
2. Уметь определять признаки стресса.
3. Учитывать основные признаки возможности планирования подростком суицида.
4. Знать и обращать внимание на особенности поведения подростков, указывающие на готовность к суициду.
5. Обращать внимание на внешние обстоятельства, провоцирующие подростка на суицидальное поведение.

Наблюдение за особенностями поведения обучающегося

Самоубийство редко совершается в результате трезвого рационального взвешивания жизненных обстоятельств, доводов в пользу принятия или отвержения жизни. В основе его психологический кризис, переживание целой гаммы негативных эмоций - отчаяния, горя, страха, чувства беспомощности, вины, гнева, желания отомстить или прервать невыносимые душевные или телесные страдания.

Самое важное, на что следует обратить внимание, педагогическим работникам учреждений образования: подросток ищет не смерти, а помощи, чтобы кто-то показал, зачем жить, убедил, что жить не так уж плохо.

Детский суицид - это то, чего практически всегда можно избежать. Для этого необходимо вовремя заметить тревожные сигналы. Ни один ребенок не решит уйти из жизни и не воплотит свое решение за считанные часы. Как правило, подобное решение созревает не один день и даже не неделю. И все это время дети и подростки отчаянно вызывают к взрослым, различными способами давая понять, что им очень плохо.

Суицидальное поведение - это сознательный отказ от жизни, связанный с действиями, направленными на ее прекращение.

Для подростков характерны повышенные агрессивность, конфликтность, протестное поведение, ранимость, обостренное чувство достоинства, эмоциональная неустойчивость, максимализм. Эти черты характера могут способствовать формированию суицидального поведения.

Классному руководителю, для того чтобы своевременно выявить подростка, склонного к совершению суицида необходимо:

Знать, что суицид подростков имеет следующие характерные черты: суициду, как правило, предшествуют кратковременные, объективно нетяжелые конфликты в сфере близких отношений - в семье с родителями, в школе с

учителями и одноклассниками, в группе сверстников по внешкольному досугу. Такие конфликты воспринимаются подростком как крайне значимые и вызывают драматизацию событий:

- суицидальный поступок воспринимается подростком в «романтически-героическом» ореоле, как смелый вызов. Как решительное действие, как мужественное решение;
- суицидальное поведение подростков иногда демонстративно, в нем есть признаки «игры на публику» (способ получить сочувствие, внимание, любовь, выразить протест, наказать себя и других);
- суицидальное поведение регулируется скорее порывом, аффектом, в нем часто нет продуманности, взвешенности и точного расчета.

Умение определять признаки стресса

Любые неожиданные или драматические изменения, влияющие на поведение подростка или ребенка, любые внезапные и значительные изменения успеваемости, посещения школы или поведения следует принимать всерьез. К ним относятся:

- потеря интереса к обычной деятельности;
- внезапное снижение успеваемости;
- необычное снижение активности, безволие;
- плохое поведение в школе, нарушения дисциплины;
- необъяснимые или частые исчезновения из дома, пропуски занятий, прогулы;
- увеличение потребления табака, алкоголя или наркотиков;
- инциденты, приводящие к контактам с правоохранительными органами, участие в драках и беспорядках.

Перечисленные признаки характерны для учащихся, которые, по всей видимости, переживают психологический или социальный стресс, и у них, возможно, возникают мысли о самоубийстве, которые впоследствии способны привести к суицидальным действиям.

Учитывать основные признаки возможности планирования подростком суицида:

- разговоры подростка на темы самоубийств и смерти, повышенный интерес к орудиям лишения себя жизни, рассуждения об утрате смысла жизни, рисунки с гробами, крестами, письма или разговоры прощального характера («Я не могу так дальше жить», «Я больше не буду никому мешать» и т.п.)
- склонность к бескомпромиссным решениям и поступкам, делению мира на «белое» и «черное»;
- снижение ресурсов личности, позволяющим противостоять трудностям (депрессия, стрессовые состояния, болезни и т.п.), что часто выражается в форме резкого снижения успеваемости или приеме алкоголя, наркотиков;

- наличие примера самоубийств в ближайшем окружении подростка, особенно самоубийств родителей или друзей (желание воссоединиться с умершим родственником или другом);

- объективная тяжесть жизненных обстоятельств; проживание в неблагоприятной семье, конфликты с близкими, потеря дорогого человека, общественное отвержение, свершившееся насилие

Знать и обращать внимание на особенности поведения подростков, указывающие на готовность к суициду:

- возбужденное «вызывающее» поведение, внешне похожее на подъем, однако с проявлением суеты и спешки;

- внезапные приступы внешней агрессии по отношению к сверстникам и близким;

- депрессия, апатия, безмолвие, стремление к уединению: подросток часто уходит от исполнения своих обязанностей, бессмысленно проводит время, в его поведении заметно некоторое оцепенение или сонливость;

- выраженное чувство собственной несостоятельности, вины, стыда за себя, за какой-то свой проступок;

- отчетливая неуверенность в себе, ощущение собственной беспомощности, бесполезности, безнадежности;

- безразличие к внешнему виду, небрежность одежде;

- раздаривание ценных вещей или денег.

Обращать внимание на внешние обстоятельства, провоцирующие подростка на суицидальное поведение:

- безнадзорность подростка, отсутствие у него опоры на значимого взрослого;

- неблагоприятное положение подростка в семье, отвержение или, наоборот, назойливая опека взрослых, жестокость старших членов семьи, их критика любых поступков подростка;

- отсутствие у подростка близких друзей, отвержение в классе или внешкольном коллективе;

- серия отдельных неудач в учебе, внешкольных занятиях, спорте или творчестве;

- неразделенная любовь, ревность или измена, беременность у девочек.

Немедленные действия при возникновении подозрений о том, что подросток в настоящий момент склонен к совершению суицида:

- крайне осторожно поговорите с друзьями подростка и другими одноклассниками, не раскрывая им цели разговора и не показывая явного интереса к его поведению;

- поговорите с другими педагогами, работающими с этой группой на тему: замечали и они особенности в поведении подростка;

- найдите нейтральный повод, чтобы побывать в семье подростка и поговорив с его родителями и близкими, оценить состояние семейной атмосферы, наличие конфликтов;

- если подросток посещает секцию или кружок, пообщайтесь с руководителем, обсудите успехи, проблемы и поведение подростка;

- проведите классный час или иное мероприятие, на котором поговорите с группой на тему их отношения к своему будущему, об их жизненных планах и профориентации, о компьютерных играх, которые популярны у подростков, оценив в ходе бесед реакцию подростка, вызвавшего ваше подозрение;

- поговорите с самим подростком, найдите относительно нейтральный повод для беседы, например, о результатах учебы по какому-либо учебному предмету, постепенно перейдя в разговоре к наличию у него каких-либо проблем.

Информируйте о проблеме администрацию, психолога учреждения образования.

Товкань О.В., педагог-психолог