

УДК 159.9 + 37.0

С.Е. Моторная, канд. пед. наук, доцент

Севастопольский национальный технический университет

ул. Университетская, 33, г. Севастополь, Украина, 99053

E-mail: motornaya@ukr.net

Е.О. Москалец

Малая Академия Наук Украины

пр. Генерала Острякова, 163, г. Севастополь, Украина, 99004

ИССЛЕДОВАНИЕ УРОВНЯ ТРЕВОЖНОСТИ СТАРШЕКЛАССНИКОВ КАК СУБЪЕКТИВНОГО ПРИЗНАКА СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ И ЕГО КОРРЕКЦИЯ В ПРОЦЕССЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Проведено экспериментальное исследование уровня тревожности старшеклассников г. Севастополя. Предлагается система практических форм деятельности старшеклассника, позволяющая снизить уровень его тревожности.

Ключевые слова: образование, тревожность, старшеклассник, суицидальное поведение.

Постановка проблемы. Современное человечество находится в условиях демографического взрыва. Резкое увеличение количества людей на планете, возросшая за последние двести-триста лет в десятки, а то и тысячи раз плотность населения в городах, изменение условий жизни, глобальные проблемы, стоящие перед человечеством и требующие своего разрешения, – всё это не может не отразиться на формировании психики молодого, растущего организма, в котором в период своего первого двадцатилетия должны сформироваться фундаментальные основы гармонии. Нестабильность жизни в обществе приводит к потере молодым поколением физического и духовного здоровья, к неустойчивости его психики, к росту тревожности и агрессии, к отсутствию чётких ценностных ориентиров. Это, в свою очередь, формирует у юношей и девушек неуверенность в завтрашнем дне, к потере жизненных целей, отсутствию понимания места и назначения человека в эволюции, и часто, как следствие этого, к желанию «свести счёты с жизнью».

Так, по официальным статистическим данным Украины, частота суицидальных действий среди молодёжи в течение последних двух десятилетий удвоилась, у 30 % лиц в возрасте 14-24 лет периодически возникают суицидальные мысли, а 6 % юношей и 10 % девушек совершают суицидальные действия. В целом, по данным ВОЗ в странах СНГ соотношение числа самоубийств на 100 тысяч человек распределяется следующим образом: Литва – 51,6, Россия – 43,1, Беларусь – 41,5, Эстония – 37,9, Казахстан – 37,4, Украина – 33,8. На фоне некоторых достижений по снижению общего уровня суицидов в украинском государстве отчётливо прослеживается тенденция роста числа самоубийств среди подростков и молодёжи. Подобные цифры и рейтинги заставляют задуматься о важности на сегодняшний день профилактики суицидального поведения, особенно среди школьников, в масштабах всего государства.

Старший школьный возраст и подростковый возраст являются крайне напряженными периодами взросления, когда в активную фазу развития вступает не только физиологический рост организма и половое созревание, сопровождаемое неконтролируемыми выбросами гормонов, приводящих к разбалансировке работы центральной нервной системы, но также идёт глобальная перестройка сознания, когда школьник проходит сложную цепочку этапов самоидентификации и самоутверждения. Если к этому добавить: конфликты в семьях и их неблагоприятные; боязнь насилия со стороны взрослых; бестактное непрофессиональное поведение некоторых педагогов; конфликты с учителями, одноклассниками, друзьями; чуждость и безразличие окружающего мира, присущие нынешней украинской действительности, то становится понятным, почему неокрепшая психика подростка не справляется с ситуацией, и страх перед жизнью побеждает страх перед смертью.

Самоубийства и покушения на жизнь наносят огромный моральный и материальный ущерб обществу и государству. Значительная часть суицидальных попыток осложняется тяжелыми хроническими расстройствами, делает пострадавших инвалидами, выключая их из сферы общественно полезной деятельности. Наконец, нельзя не учитывать того отрицательного влияния, которое оказывают суицидальные попытки на моральное состояние окружающих лиц. Каждый суицидальный акт становится, с этой точки зрения, специфическим психогенным фактором, временно снижающим уровень оптимизма и активности членов ближайших социальных групп. Суицид оказывает разрушительное психологическое влияние на друзей и родственников суицидента. Умышленная, неожиданная и насильственная смерть подростка часто заставляет других чувствовать беспомощность и отверженность, а родителей подростков-самоубийц страдать от выраженного чувства стыда и вины.

Приведённые аргументы свидетельствуют о том, что украинское общество заинтересовано в избавлении от любых проявлений суицидальности, и что в нём сложилась потребность глубокого познания явления суицида и способов влияния на него. Поэтому исследование причин суицидального поведения в подростковом возрасте, его диагностики и поиск эффективных мер по его профилактике являются крайне актуальными.

Анализ последних публикаций и исследований, выделение нерешённой части проблемы. Поставленная нами проблема находит серьёзное рассмотрение в современной научной литературе и представлена, в основном, её теоретическим анализом. Психологическим проблемам исследования суицидального поведения несовершеннолетних посвящены труды Л.И. Божович, Л.С. Выготского, Я.И. Гилинского, Т.В. Драгуновой, Е.Н. Ефременковой, Н.Я. Иванова, О.В. Кебрикова, В.В. Ковалёва, Э.И. Штенгеля, Я.Г. Смоленского, Г.Е. Сухарева, Д.Б. Эльконина и др. А.Ю. Егоров, С.А. Игумнов в своих исследованиях отмечают, что, в отличие от взрослых, у школьников картина пресуицидального состояния не имеет монолитного, единого и ярко выраженного признака [1]. Мозаичность, вариабельность, лабильность пресуицидального статуса создает особые затруднения в распознавании угрозы самоубийства в подростковом возрасте, особенно, как отмечает А.Е. Личко, с учётом того, что суицидальное поведение подростков чаще имеет демонстративный характер, в том числе – в виде шантажа. Лишь для 10 % подростков характерно истинное желание покончить с собой (покушение на самоубийство), в 90 % же случаев – это «крик о помощи».

А.Г. Амбрумова [2] в «Диагностике суицидального поведения» считает субъективным признаком суицидального поведения повышенную тревожность, присущую внутреннему конфликту. Отечественные и зарубежные исследователи, которые занимались определением причин и признаков суицида, такие как В.С. Ефремов, М.В. Зотов, Г.В. Старшенбаум, В.А. Тихоненко, Е. Шир, Э. Шнайдман, Д.И. Шустов и др., активно поддерживают это мнение [3-6]. М.Ю. Григорьевская [7] в своей диссертации рассматривает совершенствование деятельности классных руководителей по предупреждению суицидального поведения старшеклассников. Вместе с тем, при всей ценности вышеперечисленных исследований, с точки зрения разработки практических форм деятельности старшеклассника, позволяющих снизить уровень его тревожности, проблема остаётся недостаточно проработанной.

Проведённый же нами анализ социологических данных и научной литературы свидетельствует, что украинское общество остро нуждается в путях решения проблемы растущей угрозы подросткового суицида. Однако поиску практических методов решения проблемы современными учёными уделяется недостаточно внимания. Поэтому **целью нашей статьи** является исследование уровня тревожности старшеклассников как субъективного признака суицидального поведения и его коррекция в процессе образовательной деятельности.

При выборе **методов исследования** мы руководствовались тем, что в современных условиях, для которых характерно взаимодействие множества методов, научных направлений и специальностей, большую остроту приобретает вопрос об общенаучных методах, обеспечивающих приращение знаний во многих дисциплинах. Конкретизируя данный момент, отмечаем, что в данном исследовании использовались методы: фундаментальные – системный целостный метод видения системы среднего образования; проективное моделирование системы среднего образования; прикладные – эксперимент; методы тестирования; математические методы обработки результатов; разработка программ, методических рекомендаций.

Изложение основного материала. Суицидальное поведение является следствием социально-психологической дезадаптации личности в условиях переживаемого ею микросоциального конфликта. С точки зрения Э. Дюркгейма, самоубийство является результатом разрыва индивидуумом взаимоотношений с той социальной группой, к которой он ранее принадлежал [8]. В соответствии с международными исследованиями макросоциальных факторов риска суицидального поведения [9] самыми важными считаются следующие:

- 1) доступность средств сведения счётов с жизнью (оружия, отравляющих веществ и т.д.);
- 2) широкое обсуждение в средствах массовой информации случаев самоубийств, которое может привести к «нормализации» подобного способа решения жизненных проблем;
- 3) доступность информации о способах самоубийства, что в современной Украине становится особо большой проблемой в связи с появлением Интернета (порядка десяти специальных русскоязычных сайтов посвящено суициду с детальным описанием различных способов и возможностью найти себе партнера);
- 4) социально-экономические стрессы, увеличивающие число семей с тяжелым материальным положением и безработицей;
- 5) уровень употребления в обществе алкоголя и наркотиков, а также их доступность;
- 6) система ценностей, доминирующая в обществе, например, культ успеха и пропаганда нереалистичных стандартов счастья.

На рисунке 1 представлена концепция суицидального поведения, основанная на работах [1-10].



Рисунок 1 – Концепция суицидального поведения

На фоне социально-экономической нестабильности последних лет в Украине имеет место значительное увеличение числа расстройств аффективного спектра среди старшеклассников и подростков. В первую очередь, это депрессивные и тревожные состояния, которые являются основными предпосылками суицидального поведения. Депрессивные состояния в данной возрастной группе имеют свою специфику: они нередко плохо осознаются самими учащимися именно как снижение настроения и могут выражаться в усилении агрессивного поведения, упрямства, оппозиционного поведения. В своей книге «Волнение: страх перед испытанием» словацкий психолог О. Кондаш приравнивает волнение, являющееся причиной состояния тревожности, к эмоции страха. А. Эллис с коллегами различают у детей два вида страхов: страхи внешних объектов и страх собственной неадекватности. Второй вид страхов они и обозначают как тревожность. В последующих работах А. Эллис различает тревожность как состояние, основанное негативной самооценкой и ведущее к неадекватному поведению. При этом различаются два вида тревожности: тревожность дискомфорта и «Я – тревожность», причем последняя связана с предвосхищением недостаточного уважения и самоуважения. По мнению О.Х. Маурера, тревожность наряду с другими предвосхищающими эмоциями (надеждой, разочарованием и облегчением) оказывает решающее влияние на выбор, следовательно, на дальнейшее закрепление способов поведения. Таким образом, поведение учащегося во многом обуславливается именно состоянием его личностного свойства тревожности. Личностная тревожность отражает индивидуальные характеристики старшеклассника, предрасположенность его к тревоге, потенциальное свойство, заставляющее значительное количество ситуаций воспринимать как угрожающие своей самооценке, самоуважению, при этом формируя определённую реакцию своей психики.

А.Г. Амбрумова в своих работах показала, что суицидентами могут быть совершенно здоровые люди. Учёная считает, что использование уровня тревожности в качестве критерия ранней диагностики пресуицидального состояния среди психически здоровых старшеклассников является наиболее обоснованным. По мнению А.Ю. Егорова и С.А. Игумнова, превентивные меры купирования суицидальных мыслей максимально эффективны в фазе их зарождения [1], когда проявления суицидальности не перешли в активную форму – суицидальных замыслов и суицидальных намерений. В этой ситуации уровень тревожности старшеклассника является зеркалом, которое способно показать истинный уровень внутреннего напряжения и внутреннего конфликта, потенциально способного привести к возникновению суицидальных мыслей и действий [11]. Поэтому, исследуя уровень тревожности старшеклассников и разрабатывая методики по его уменьшению, можно эффективно влиять на снижение суицидальных настроений и действий в образовательной среде. По этой причине в нашей работе основной акцент сделан на исследовании уровня тревожности как самого информативного признака ранней диагностики суицидального поведения и разработке мер его коррекции.

Прогнозирование подросткового суицидального поведения с целью первичной профилактики является первостепенной задачей педагогов и психологов. Для этого разработано множество методик клиничко-психологических исследований, из которых наиболее широкое распространение получили методы самоотчёта (опросники и анкеты). Выбор нами психодиагностического инструментария осуществлялся в соответствии с поставленными задачами исследования и требованиями валидности, надёжности, стандартизации и адаптации использованных методик.

В эксперименте, проходившем в гимназии № 1, СПЛ, СШ № 38, СШ № 35 и № 22 г. Севастополя, приняли участие учащиеся 9-х, 10-х и 11-х классов общей сложностью 204 человека. Респондентам были предложены два опросника в форме тестирования: «Шкала тревожности», разработанная А.М. Прихожан

(1996) на основе «Шкалы социально-ситуационной тревоги» О. Кондаша (1973) и «Шкала оценки личностной тревожности» Дж. Тейлор (1955), адаптированная Т.А. Немчиным (1966) и дополненная шкалой лжи В.Г. Норакидзе (1975). Целью исследования являлось определение методом тестирования уровня тревожности. При этом исследователи руководствовались положением о том, что если «тест выражает у испытуемого высокий показатель личностной тревожности, то это даёт основание предполагать у него появление состояния тревожности в разнообразных ситуациях, особенно когда они касаются оценки его компетенции и престижа» [12, с. 486].

Особенность диагностики по первому опроснику заключается в том, что в ней не проводится оценка наличия или отсутствия определённых переживаний или симптомов тревожности, а оценивается ситуация с точки зрения того, насколько она может вызывать тревогу. Шкала тревожности позволяет выявить области действительности и объекты, которые являются для старшеклассника источниками тревоги. Методика включает ситуации трёх типов: а) ситуации, связанные со школой, общением с учителями; б) ситуации, актуализирующие представление о себе; в) ситуации общения. Соответственно, виды тревожности, которые выявляются с помощью данной шкалы, называются: школьная, самооценочная, межличностная. Вторая методика, предназначенная для измерения уровня тревожности, имеет дифференциальную шкалу пяти градаций степени выраженности тревожности.

Результаты опроса по методике А.М. Прихожан представлены на рисунке 2 и в таблице 1. Полученные гистограммы распределения исследуемого психического состояния личности свидетельствуют о высоком уровне общей тревожности в экспериментальной группе старшеклассников – 69 баллов. При этом наблюдается несколько завышенная школьная тревожность – 21 балл. Высокий балл также имеют тревожность самооценки – 26 баллов и межличностная тревожность – 25 баллов.

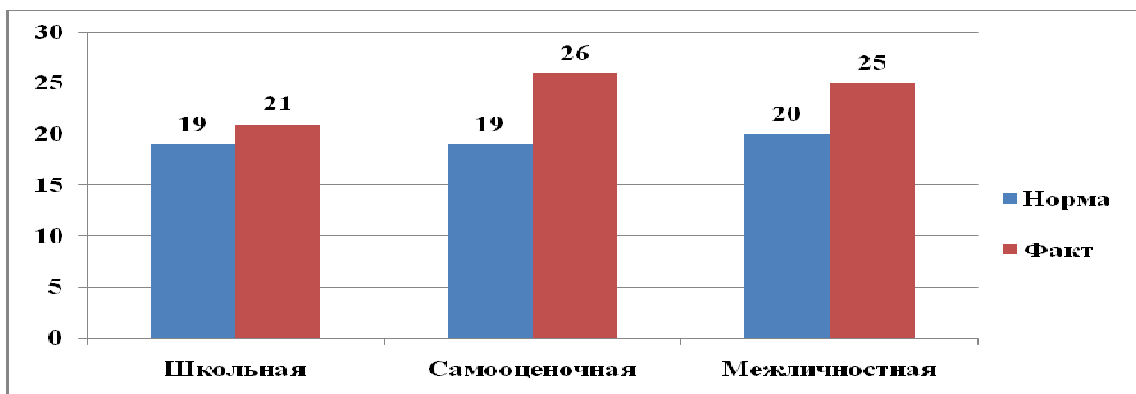


Рисунок 2 – Графическое представление результатов об усреднённом уровне тревожности по методике А.М. Прихожан

Таблица 1 – Результаты опроса по "Шкале тревожности", разработанной А.М. Прихожан с учётом половозрастного признака групп

Группа учащихся		Уровень различных видов тревожности, баллы							
класс	пол	Общая		Школьная		Самооценочная		Межличностная	
		норма	факт	норма	факт	норма	факт	норма	факт
9	ж	30-62	71	7-19	24	11-21	29	7-20	26
	м	17-54	68	4-17	21	4-18	24	5-17	23
10	ж	17-54	74	2-14	21	6-19	26	4-19	24
	м	10-47	64	3-13	18	1-17	25	3-17	25
11	ж	35-62	74	5-17	22	12-23	28	5-20	28
	м	23-47	63	5-14	20	8-17	24	5-14	24

Анализ результатов, полученных по методике А.М. Прихожан, показывает, что общий уровень тревожности у юношей меньше, чем у девушек; с взрослением от девятого класса к одиннадцатому он уменьшается, становится более адекватным, тогда как у девушек – увеличивается. Данные показатели, на наш взгляд, можно объяснить различиями в психике мужчин и женщин: у женщин преобладающим является эмоциональная сфера, у мужчин – сфера разума. Вместе они уравновешивают и дополняют друг друга, при этом женщина чувствует более тонко, имеет повышенную, по сравнению с мужчиной, тревожность и более склонна к прогнозированию ситуации на интуитивном плане. Это, в свою очередь, и вызывает её повышенное беспокойство по отношению к

стабильности жизни, что является проекцией, заложенного на подсознательном уровне потенциального беспокойства за жизнь и здоровье её будущих детей.

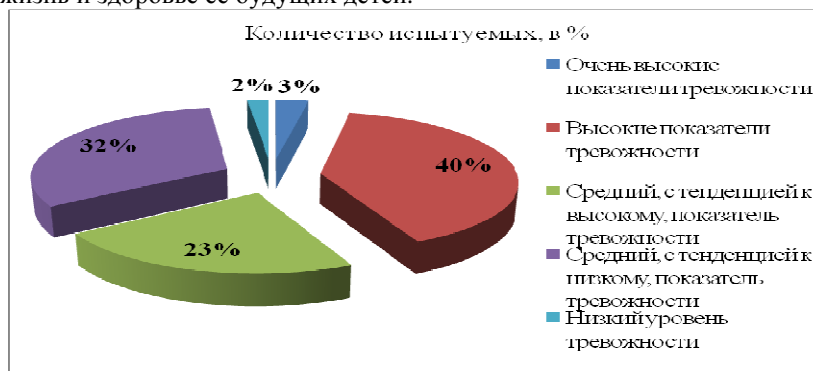


Рисунок 3 – Диаграмма результатов опроса по методике Т.А. Немчина

На рисунке 3 представлены результаты опроса по методике Т.А. Немчина, полученные после проведения исследования, которые показали, что 43 % испытуемых имеют очень высокие и высокие показатели уровня тревожности.

Полученные по обеим методикам данные исследования подтверждают необходимость разработки специальных мер для приведения уровня тревожности учащихся к адекватному уровню. Данные формы коррекции могут быть наиболее эффективны в формах специально организованной деятельности в рамках учебного процесса, в котором старшеклассники проводят значительную часть активного времени жизни. Анализ внешних обстоятельств, ведущих к суицидальному срыву юноши или девушки, показывает, что одними из ведущих в классификации психотравмирующих ситуаций являются негативные феномены, порождённые школьной жизнью: школьная дезадаптация, неуспех в учёбе, отвержение учащегося в классе, конфликт с учителями, низкий уровень коммуникативных навыков и др.

С точки зрения волновой модели мозга А.Н. Ануашвили [13] и видео-компьютерного информационного метода психоанализа и психодиагностики, в модели проекции головного мозга «суицидальный потенциал» находится в области крайнего разбалансированного состояния правой и левой половин коры головного мозга – положения, характеризующегося очень высоким уровнем тревожности. Поэтому в учебно-воспитательном процессе школы необходимо создать такие педагогические условия, которые помогут растущему организму восстановить гармонию полушарий головного мозга, логического и интуитивного, что приведёт к решению эволюционной задачи существования человека – развитию его творческих способностей на благо общества, самоактуализации и самосовершенствованию. Данные педагогические условия могут быть успешно реализованы, т.к. у старшеклассников уровень самосознания, интерес к обучению выше, чем у подростков, в следствие чего складывается новая мотивационная структура обучения. Ведущими мотивами к обучению становятся мотивы самоопределения и подготовки к самостоятельной жизни. Именно данные мотивы выходят на уровень личностного смысла, поэтому исключительно важно сформировать жизненные цели и ценности старшеклассника, что снизит тревожность по отношению к жизни в целом, укажет чёткое направление активности, поставит задачу поиска путей достижения цели. Таким образом, в психике старшеклассника включается установка на активное действие в направлении поставленной цели, активизируется мышление, стимулируется творчество, что, по нашему мнению, является действенным фактором профилактики возникновения состояния тревожности и предпосылок возникновения условий для осуществления суицида.

Тревожность как устойчивое состояние, препятствует ясности мысли и эффективности общения, предприимчивости, создает трудности при знакомстве с новыми людьми. В целом, тревожность является субъективным показателем неблагополучия личности. Но чтобы она сформировалась, человек должен накопить багаж неудачных, неадекватных способов преодоления состояния тревоги. Именно поэтому для профилактики тревожно-невротического типа развития личности необходима помощь учащимся в нахождении эффективных способов, с помощью которых они могли бы научиться справляться с волнением, неуверенностью и другими проявлениями эмоциональной неустойчивости.

Наиболее эффективной мерой для разрешения поставленной в работе проблемы исследования, позволяющей скорректировать уровень тревожности старшеклассников, на наш взгляд, является социально-психологический тренинг, который помогает самым оптимальным способом добиться сразу нескольких целей: развить мотивацию к обучению, навыки коммуникации, выработать осознанные жизненные цели, сформировать систему ценностей, реализовать стремление учащегося к самопознанию и самосовершенствованию. В процессе тренинга можно создать атмосферу психологической

безопасности, которая позволяет каждому участнику легко и открыто делиться своими мыслями, чувствами и проблемами. Согласно правилам тренинговых занятий, его участники знают, что их не высмеют, не осудят и не вынесут их проблемы за пределы круга. Эта уверенность может быть достигнута благодаря определению и соблюдению правил поведения в процессе тренинга. Сама атмосфера социально-психологического тренинга является психотерапевтической, позволяющей его участнику достигнуть внутренней и внешней гармонии и продвинуться на пути совершенствования. Участнику тренинга не нужно принимать на веру постулат, что его проблема довольно часто встречается и у других людей; он может воочию убедиться в этом, вникая в жизнь других членов группы. Сам факт осознания этого даёт возможность уменьшить беспокойство по поводу своего состояния. К тому же стабильная обстановка доброжелательности, принятия и сопереживания сама по себе поднимает самооценку участников тренинга и их веру в себя. Помимо этого участники тренинга зачастую становятся группой поддержки для каждого из членов группы за рамками тренинга. А для старшеклассников – это еще одна возможность найти единомышленников и друзей.

Отметим, что игровые упражнения во время тренинга несут в себе три функции. Прежде всего, функцию «освобождения»: являясь полем для самовыражения, игра снимает оковы супер-эго и позволяет старшекласснику стать более спонтанным, раскованным, искренним и открытым. Далее следует функция «диагностическая»: учащийся в игре максимально проявляет свои способности, что делает тренинг прогностическим. При этом особая ценность игры состоит в том, что необходимую диагностику со стороны исследователя она ненавязчиво превращает в самодиагностику. Наконец, реализуется развивающая функция, которая формирует стремление к самореализации, самоактуализации и самосовершенствованию. Особое состояние человека в процессе игры позволяет закрепить новые формы поведения, развить творческий потенциал, что помогает снять напряжение и тревожность. Таким образом, все эти три функции, в целом, способствуют восстановлению гармонии между левым и правым полушариями коры головного мозга, развитию творческих способностей, профилактике возможности наступления суицида.

Исходя из выше изложенного, была сформирована программа социально-психологического тренинга со специальными упражнениями, играми и разбором ситуаций, позволяющая скорректировать уровень тревожности старшеклассников. Упражнения разработанного нами тренинга были направлены на улучшение коммуникативных свойств участников групповой терапии, создание климата психологической безопасности, вербализацию рефлексии, создание условий для самораскрытия участников и поиска ими способов решения собственных психологических проблем, формирование и отработку умений и навыков эффективного поведения. Особое место в тренинге занимали упражнения на освоение методов релаксации, позволяющие гармонизировать психику учащегося. Только после данных упражнений осуществлялся переход к другим элементам тренинга.

После проведения цикла тренинговых занятий в экспериментальной группе старшеклассников была проведена повторная диагностика уровня тревожности с помощью выбранных методик. Полученные данные прошли сравнение с показателями уровня тревожности, диагностированными до тренинговых занятий по обоим методикам. Сравнительные гистограммы показателей уровня тревожности по методике «Шкала тревожности» А.М. Прихожан представлены на рисунке 4, по методике выявления уровня тревожности Т.М. Немчина – на рисунке 5.

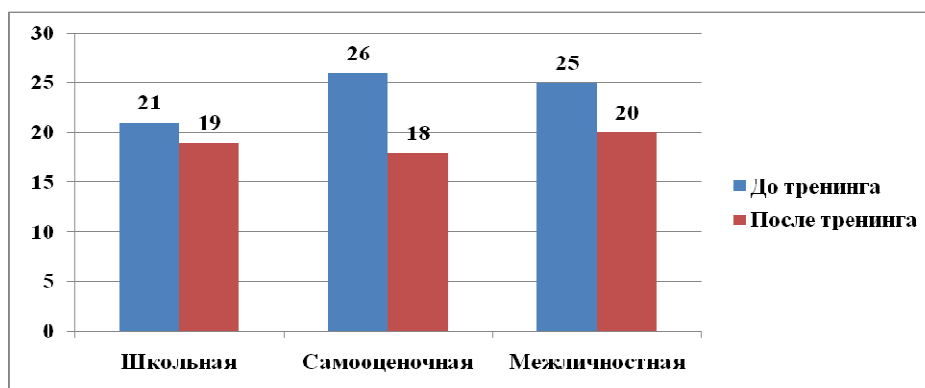


Рисунок 4 – Сравнительная диаграмма результатов методики «Шкала тревожности» А.М. Прихожан до и после проведения тренинга

Из рисунка 4 видно, что после проведения тренинга на 31 % по сравнению с первоначальным результатом (показаны на рисунках 2 и 3) снизилась самооценочная тревожность – с 26 до 18 баллов соответственно; на 20 % снизилась межличностная тревожность – с 25 до 20 баллов. Вместе с тем,

школьная тревожность после проведения тренинга изменилась меньше (21 и 19 баллов соответственно до и после тренинга), чем самооценочная и межличностная тревожности. Данный результат указывает на то, что элементы социально-психологического тренинга способствовали в большей степени, в соответствии со своей направленностью, нормализации отношений со сверстниками и внутриличностной гармонизации. Отношения же к результатам обучения, которые зачастую зависят не столько от добросовестного отношения к учёбе обучаемого, его дисциплины и пр. (того, на что может повлиять сам учащийся), сколько от личностных характеристик педагогического контингента школы и взаимоотношений с учащимся, внушают гораздо большие опасения, вызывая повышенное беспокойство, приводящее к высокому уровню школьной тревожности и к наличию возможного суицидального потенциала.

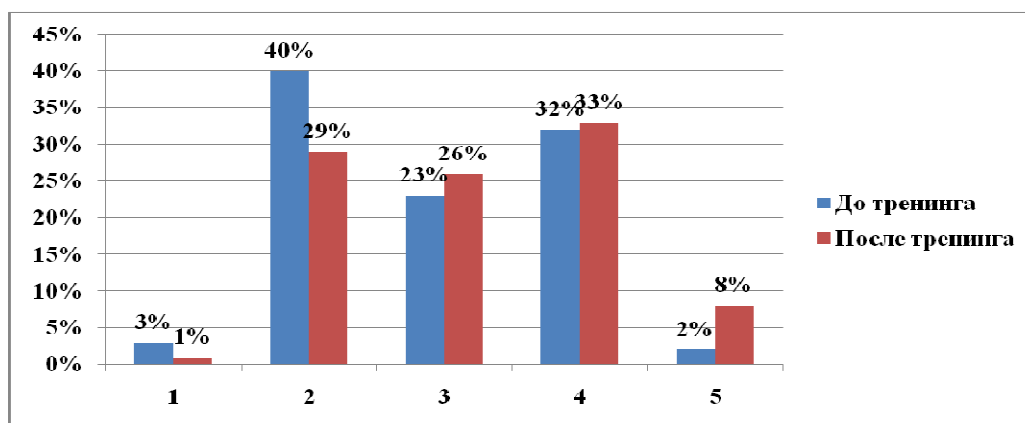


Рисунок 5 – Сравнительная диаграмма результатов методики выявления уровня тревожности Т.А. Немчина до и после проведения тренинга

Сравнительная диаграмма результатов методики выявления уровня тревожности Т.А. Немчина до и после проведения тренинга, представленная на рисунке 5 (1 – очень высокий показатель тревожности; 2 – высокий показатель тревожности; 3 – средний с тенденцией к высокому показателю тревожности; 4 – средний с тенденцией к низкому показателю тревожности; 5 – низкий показатель тревожности), отражает общую тенденцию к снижению уровня тревожности у старшеклассников после проведения тренинговых занятий. Данные по динамике показателей по отношению к первоначальному результату уровня тревожности до проведения тренинга в процентном отношении следующие: показатель очень высокого уровня тревожности снизился на 67 %, показатель высокого уровня тревожности снизился на 28 %, показатель среднего уровня тревожности с тенденцией к высокому повысился на 13 %, показатель среднего уровня тревожности с тенденцией к низкому повысился на 3 %, показатель низкого уровня тревожности повысился на 300 %.

Следует также отметить, что наблюдались значительные изменения в поведении участников тренинга: сначала почти все учащиеся проявляли высокую скованность, раздавались возгласы: «Я не буду это делать», «Зачем?» и т.д. Многие регулярно отвлекались и не могли выполнить предложенные задания. Но в ходе занятий большинство участников активизировались, чему способствовало увлечение игрой и повышение интереса к выполнению заданий. После проведения уже двух занятий тренинга в беседах с родителями и учителями отмечались следующие характеристики участников. «Игорь стал более открытым, его движения во время ответов на уроке стали менее скованными. Он ведёт себя увереннее», – отзывалась об ученике классный руководитель. «Елена всегда закрывалась в своей комнате, но теперь стала больше времени проводить с нами. Охотнее делится своими мыслями о занятиях и смешных ситуациях», – рассказывает мама участницы эксперимента.

Таким образом, полученные в ходе исследования результаты свидетельствуют об эффективности разработанной программы коррекции.

Выводы и перспективы дальнейших исследований. Исследование литературы по данной проблематике позволило сделать вывод о существовании взаимосвязи между повышенной тревожностью и суицидальным поведением учащихся. Полученные результаты имеют практическое значение, поскольку понимание важности взаимосвязи повышенной тревожности учащихся и суицидального поведения позволит направить усилия психологов и педагогов на поиск путей снижения уровня тревожности, и, следовательно, уменьшить число суицидов. Экспериментальное исследование показало, что ранняя диагностика уровня высокой тревожности может с высокой эффективностью определить старшеклассников, входящих в группу высокого риска суицидального поведения. Разработанная

программа социально-психологического тренинга является эффективной, т.к. было достигнуто снижение уровня тревожности старшеклассников, диагностированное по двум методикам.

Дальнейшие исследования будут направлены на совершенствование методики определения уровня тревожности старшеклассников и социально-психологического тренинга, направленного на снижение уровня тревожности учащихся.

Библиографический список использованной литературы

1. Егоров А.Ю. Расстройства поведения у подростков: клинико-психологические аспекты / А.Ю. Егоров, С.А. Игумнов. — СПб.: Речь, 2005. — 436 с.
2. Амбрумова А.Г. Диагностика суицидального поведения: методич. рекоменд. / А.Г. Амбрумова, В.А. Тихоненко. — М., 1980. — 48 с.
3. Ефремов В.С. Основы суицидологии / В.С. Ефремов. — СПб.: Изд-во «Диалект», 2004. — 480 с.
4. Зотов М.В. Суицидальное поведение: механизмы развития, диагностика, коррекция / М.В. Зотов. — СПб.: Речь, 2006. — 144 с.
5. Старшенбаум Г.В. Суицидология и кризисная психология / Г.В. Старшенбаум. — М.: Изд-во «Когито-Центр», 2005. — 376 с.
6. Фельдштейн Д.И. Проблемы возрастной и педагогической психологии / Д.И. Фельдштейн. — М: АСТ-Пресс, 1995. — 323 с.
7. Григорьевская М.Ю. Совершенствование деятельности классных руководителей по предупреждению суицидального поведения старшеклассников: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01 / Григорьевская Марианна Юрьевна. — Чебоксары, 2007. — 253 с.
8. Дюркгейм Э. Самоубийство: Социологический этюд. Пер. с фр. А.Н. Ильинского; подготовка издания проф. Вал. А. Лукова / Э. Дюркгейм. — СПб.: Союз, 1998. — 496 с.
9. Холмогорова А.Б. Основные итоги исследований факторов суицидального риска у подростков на основе психосоциальной многофакторной модели расстройств аффективного спектра / А.Б. Холмогорова, С.В. Воликова (Москва) [Электронный ресурс]. — Режим доступа: http://www.medpsy.ru/mprj/archiv_global/2012_2_13/nomer/nomer11.php
10. Єрємiна С. Українська молодь все частіше зводить рахунки з життям / Єрємiна С. // ТЧНУ [Електронний ресурс]. — 05.04.2012. — Режим доступу: <http://life.pravda.com.ua/society/2012/04/5/99981/>
11. Прихожан А.М. Психокоррекционная работа с тревожными детьми / А.М. Прихожан // Активные методы в работе школьного психолога. — М.: Изд-во АПН СССР, 1990. — С. 32–55.
12. Столяренко Л.Д. Основы психологии / Л.Д. Столяренко. — Ростов н/Дону: Изд-во «Феникс», 1997. — 736 с.
13. Ануашвили А.Н. Основы психологии / А.Н. Ануашвили. — М., Варшава: Изд-во Международного института управления, психологии и психотерапии, 2002. — 98 с.

Поступила в редакцию 28.08.2013 г.

Моторная С.Є., Москалец А.О. Дослідження рівня тривожності старшокласників як суб'єктивної ознаки суїцидальної поведінки і його корекція в процесі освітньої діяльності

Проведено експериментальне дослідження рівня тривожності старшокласників м. Севастополя. Пропонується система практичних форм діяльності старшокласника, що дозволяє знизити рівень його тривожності.

Ключові слова: освіта, тривожність, старшокласник, суїцидальна поведінка.

Motornaya S.E., Moskalets A.O. Study of anxiety level of schoolboy as subjective signs of suicidal behavior and its correction in the educational activities

An experimental study of anxiety level of schoolboy from Sevastopol has been completed. A system of practical forms of schoolboy, allowing it to reduce the level of anxiety, is proposed.

Keywords: education, anxiety, senior, suicidal behavior.