

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ПРОФІЛАКТИКИ СУЇЦИДАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

Резюме. У статті розглянуто та систематизовано погляди вчених-психологів та соціологів на причини виникнення та фактори ризику, що сприяють перебігу і розвитку суїцидної поведінки серед підлітків. Наведені статистичні дані, які свідчать про вражаючу динаміку росту суїцидної активності підлітків не лише на території нашої країни, але й світу загалом. Вказані ефективні методи, дії, перерахований спектр систематичної роботи з профілактики суїциду серед підлітків.

Ключові слова: самогубство, суїцидна поведінка, фактори ризику суїциду, причини виникнення суїцидної поведінки, профілактика суїциду.

Постановка проблеми. З кожним роком у світі спостерігається невпинне зростання підліткової суїцидності. Самогубство, за даними Всесвітньої організації охорони здоров'я, серед населення віком від 14 до 17 років, є третьою за частотою причиною смерті після нещасних випадків і вбивств серед підлітків. Щороку в світі близько мільйона людей покінчують життя самогубством, а це приблизно одна людина кожних 40 секунд, при цьому тільки 35 – 40% з них страждають психічними розладами.

За час існування незалежної України внаслідок самогубств загинуло 207 609 осіб. Щороку за останні десятиріччя добровільно з життя йдуть понад 10 000 осіб. За статистикою близько третини суїцидів здійснюють саме підлітки [5].

Самогубство – це проблема сучасного суспільства, яка являє собою відкритий прояв саморуйнівної поведінки людини. Підліткове самогубство може відбуватися з різних причин: втрата близької, коханої людини; шкільні проблеми; переживання чи образи; вагітність; почуття помсти, протесту, загрози; бажання привернути до себе увагу, визвати співчуття; ухилення від наслідків паганого вчинку або складної життєвої ситуації. Як відомо однією з основних причин суїцидальних дій вважають соціально-психологічну дезадаптацію особистості [7]. Також слід зазначити, що дуже часто схильність до суїцидної поведінки переростає в постійну психологічну проблему, що викривлює та спотворює психіку підлітка, нівелюючи способи адаптуватися в соціумі.

Актуальність підліткової проблематики в суїцидології визначається нагальністю завдань профілактики самогубств [2,с.91-101] серед учнівської молоді. Згідно з результатами соціально-психологічних досліджень 27,2% підлітків віком 12-17 років іноді втрачають бажання жити, 17,8% - вважають, що нікому немає до них справ, 25,5% - не завжди можуть розраховувати на допомогу близької людини, 51,9% - не стримуються в ситуації конфлікту.

Мета статті — визначити основні поняття з даної проблематики, здійснити теоретичний аналіз результатів дослідження профілактики суїцидної поведінки у підлітковому віці.

Результати теоретичного дослідження. А.Г.Амбрумова зазначає, що суїцид — це форма насилля, спрямованого на себе, це смерть, що настає внаслідок довільного самоушкодження або самоотруєння. В правовому аспекті для реєстрації причини смерті суїцид визначають як самодеструктивну дію, що здійснюється особою, яка усвідомлює свої вчинки і їх можливі наслідки [1].

Дитячий суїцид – це те, чого практично завжди можна уникнути. Головне, що для цього необхідно – це вчасно помітити тривожні сигнали. Уважні батьки ні за що не залишать без уваги зміни у поведінці дитини.

Серед людей дуже широко поширена думка, що спроби суїциду скоюють тільки психічно неврівноважені люди, які страждають різними психічними захворюваннями, такими як шизофренія, параноя, а також деякі інші захворювання нервової системи. Насправді ж це зовсім не так. Переважна більшість самогубств відбуваються абсолютно психічно здоровими людьми, які дуже чітко віддають собі звіт у своїх діях.

Суїцидальна поведінка підлітків, маючи подібність з діями дорослих, відрізняється віковою своєрідністю. Підліткам характерна підвищена вразливість і навіюваність, здатність яскраво відчувати і переживати, схильність до коливань настрою, слабкість критики, егоцентрична спрямованість, імпульсивність в ухваленні рішення. Досить часто самогубство підлітків викликається гнівом, протестом, злістю або бажанням покарати себе і інших. При переході до підліткового віку виникає підвищена схильність до самоаналізу, песимістичної оцінки навколишнього оточення і своєї особистості. Емоційна нестабільність, що часто призводить до суїциду, нині вважається варіантом вікової кризи майже у чверті здорових підлітків.

У підлітковому віці саме характер є найбільш значущим показником психологічного розвитку особистості. Схильність до суїцидальної поведінки досить висока при наявності таких типів акцентуацій характеру: сензитивний тип – надмірна чутливість, підвищена вразливість, почуття неповноцінності, низький рівень контактності, емпатійність, почуття обов'язку, досить важко реагують на ситуації приниження чи несправедливих; тривожний тип - постійний страх за себе і своїх близьких; легкість виникнення нав'язливих дій, думок, уявлень; нерішучість, схильність до роздумів, емоційна стриманість; нестерпні ситуації з непередбаченим кінцем, швидкою плинністю подій, необхідністю прийняття самостійних рішень; емоційно-лабільний тип – емоційна нестійкість, крайня мінливість настрою, його залежність від обставин, глибина переживань; важко переживаються відторгнення з боку близьких, вимушене розлучення з ними; циклоїдний тип - періодичні коливання настрою і життєвого тону, періоди підйому і спаду; найбільш вразливі в субдепресивній фазі, серйозні невдачі та нарікання з боку оточення в цей період можуть підсилити депресивний

стан, спровокувати суїцид; демонстративний тип – виражений егоцентризм, постійне бажання перебувати в центрі уваги, бажання справити враження, висока пристосованість до людей; важко переживають ситуації зменшення уваги до своєї персони, «викриття» уявних чеснот та досягнень, ситуації особистої відповідальності.

Вибір способу, місця і часу для самогубства свідчить про серйозність суїцидних намірів підлітка і ризик завершеності суїциду. По частоті використання у нас в країні при завершених суїцидах найчастіше зустрічаються: підвищення, вогнепальні поранення, отруєння хімічними речовинами або медикаментами, падіння з висоти, падіння під поїзд [3, с.456].

Суїцидна поведінка підлітка, як стверджує О.Г.Пасічний, В.П.Москалець є результатом багатofакторного процесу дезадаптації обумовленого соціально-психологічними чинниками. З.Фрейд, Е.Фромм, В.Франкл виділяють такі основні причини суїцидної поведінки: депресивний розлад; конфлікти з однолітками; часті приниження особистості підлітка в оточенні його друзів; ізоляція, життя наодинці, втрата підтримки з боку родини і близьких людей; знецінення власної особистості; моделювання, самогубство в сім'ї; економічні проблеми; проблеми на роботі; проблеми з протилежною статтю; стрес і стресові чинники; агресія і дратівливість; фізична хвороба.

Поширеність тих або інших способів самогубства найбільш тісно пов'язана зі статтю підлітків, які скоюють суїцид. Причини суїцидної поведінки дуже складні і численні. Їх можна шукати в біологічних, генетичних, психологічних і соціальних сферах життя дитини. Незважаючи на те, що люди зазвичай здійснюють суїцид в екстремальних ситуаціях, таких, як втрата роботи, навчання, коханої людини. Більшість експертів припускають, що це швидше привід для здійснення суїциду, ніж його причина. Решитников М.М. припускає, що генетичні і соціальні чинники грають певну роль в підвищеному ризику суїциду. Якщо один з близнят зробив спробу суїциду, то у другого ризик самогубства різко підвищується. Цей факт також указує на генетичний вплив при підвищеному ризику суїциду. Деякі можуть успадковувати генетичну схильність до психічних хвороб, таких як шизофренія і алкоголізм, які, у свою чергу, збільшують ризик суїциду. Учені виявили, що підлітки, які схильні до суїциду, не випробовують більших стресів в своєму житті, ніж інші; вони, швидше, мають деяку патологію особи, яка не дозволяє їм повноцінно справлятися з життєвими проблемами [6, с.134].

Підлітки, які планують здійснити суїцид обмірковують його впродовж 1-2 тижнів, але іноді трапляються випадки, коли через їхню імпульсивність таке рішення діти можуть прийняти за 1 годину. А це в свою чергу вимагає від оточуючих, а особливо від психологів оперативних дій у наданні допомоги.

Трагедії можна зарадити. Профілактика підліткового суїциду допомагає уникнути найстрашнішого – смерті дитини. Головне, що для цього необхідно – це увага батьків до змін, що відбувається в поведінці дитини. Першими тривожними дзвіночками, на думку Г.Я.Пилягіна, Ю.Р.Сидорика, можуть стати різні дрібниці – фраза сказана нібито випадково, підозріла поведінка.

Завжди потрібно звертати пильну увагу на наступні фактори, що свідчать про можливий дитячий та підлітковий суїцид: розмови дитини про самогубство, нездорові фантазії на цю тему, акцентування уваги на епізодах суїцидів у фільмах, новинах; розмови та роздуми дитини про те, що він абсолютно нікому не потрібен; незвичні розмови про любов, спроби закінчити всі свої справи якомога швидше.

При виявленні підлітків з суїцидними намірами ефективними профілактичними діями проти даної поведінки можуть виступати такі обставини, як: участь у різній громадській діяльності (спортивні змагання, зібрання клубів однодумців), підтримка з боку рідних, довірливі та позитивні стосунки з однолітками у школі, врівноважені відносини з дорослими. Також слід провести відверті бесіди-розмови про те, що:

1. Людина повинна мати активну життєву позицію, вірити, що все відбувається завдяки її вільному виборі.
2. У підлітків має бути якесь улюблене заняття, хоббі, яке дозволить відволіктися від негативних думок і ситуацій.
3. Потрібно націлити дитину на постановку мети, і не однієї, а декількох. В такому разі підліток буде зосереджуватись на їх досягненні і не на власних поразках і відчаї.
4. Вирішальну роль у попередженні підліткового суїциду відіграє рівень довіри між дитиною і дорослим.

У роботі з підлітком слід врахувати наступні фактори ризику суїциду: висока конфліктність спілкування, ізоляція підлітка у класі, несприятливе сімейне оточення, спадковий фактор, неадекватна самооцінка, конфліктна чи психотравмуюча ситуація, різка зміна у поведінці підлітка, асоціальний спосіб життя, егоцентризм, втрата членів родини чи близьких, коханих людей. Рекомендованими, стратегічними напрямками батьківської допомоги дітям-підліткам із суїцидним ризиком є: покращення взаємостосунків та атмосфери у родині, підвищення самооцінки, самоповаги дитини, ефективними також є заходи з покращення міжособистісного спілкування у сім'ї.

Завдяки накопиченню чималого досвіду у практичній психології є цілий спектр систематичної роботи з профілактики суїциду серед підлітків: а) психологічна просвіта; б) у навчальному закладі та сім'ї дитини створення позитивного психологічного клімату; в) психологічна та педагогічна діагностика суїцидних тенденцій; г) психологічне консультування учнів; д) психолого-педагогічна корекція суїцидальних тенденцій; є) систематичний контроль і врахування динаміки змін в особистості та поведінці учнів; ж) перенаправлення підлітка у разі необхідності спеціалістам медичного профілю.

При профілактиці суїцидної поведінки підлітка варто застосовувати такі методи, як: навчання соціальним навичкам і вмінням подальшого стресових ситуацій і стресу загалом, надання дітям соціальної підтримки за допомогою включення сім'ї, школи, друзів. Може проводитися соціально-психологічний тренінг поведінки досягнення, навичок пошуку соціальної підтримки, її сприйняття і досягнення. Корисними можуть виступати також психокорекційні заняття з підвищення самооцінки, розвитку адекватного ставлення до

власної особистості та емпатії, які здійснюються як індивідуально так і у груповій формі.

Висновки та перспективи теоретичного дослідження. Суїцидна поведінка підлітка, що приймає останнім часом все більш загрозливих масштабів, найчастіше, як показує наша стаття, обумовлена внутрішньо-сімейними обставинами, відносинами дитини з однолітками та в школі. Ці фактори порушують соціальну адаптацію підлітків та стають підґрунтям суїцидної поведінки. Внутрішньо-сімейні обставини, як результат взаємодії різних факторів і сил: економічних і соціальних, культурних та екологічних, демографічних і психологічних здійснюють значний вплив на розвиток суїцидної поведінки підлітків.

Досліджена проблема є актуальною, оскільки збільшення частоти суїцидів негативно позначається на стані економіки, громадського порядку, етичних і духовних засадах. Самогубства є однією з щонайгостріших проблем сучасного суспільства. Робота з дітьми, схильними до суїцидних проявів, повинна проводитись комплексно, із залученням батьків. [4,с.36]. У такому разі можна буде досягнути позитивних результатів динаміки спаду суїцидної активності підлітків, а це в свою чергу збільшить показники росту нації, що дозволить країні в майбутньому розвиватися у всіх сферах життя.

Список використаних джерел:

1. Амбрумова А.Г. Анализ состояний психологического кризиса и их динамика/ А.Г. Амбрумова // Психологический журнал, Том 6 № 6 1985. – с. 107-115
2. Амбрумова А. Г. Социально-психологическая дезадаптация личности и профилактика суицида / А. Г. Амбрумова, В. А. Тихонечко, Л. Л. Бергельсон // Вопр. психол. 1981. № 4. С. 91-102.
3. Бачериков Н.Е. Клинические аспекты суицидологии/ Е. Бачериков, П.Т.Згонников //Клиническая психиатрия.- К.: Здоровья, 1989. - С.456-465.
4. Волкова А.Н. Психолого-педагогическая поддержка детей суицидентов/ А.Н. Волкова//Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 1998. - №2. - С. 36-43.
5. Москаленко В. Проблеми самогубства в Україні / В. Москаленко, О. Напрєєнко, Г. Пілягіна // Охорона здоров'я України. – 2008. - №2. - с. 29-33.
6. Решетников М.М. Влечение к смерти/ М. М. Решитников // Рязанцев С. Танатология. Наука о смерти. — СПб., 1994. – 134с.
7. Шелехов И.Л. Суицидология: учебное пособие / И.Л. Шелехов, Т.В. Каштанова, А.Н. Корнетов, Е.С. Толстолец – Томск: Сибирский государственныи медицинский университет, 2011. – 203 с.

Резюме. В статье рассмотрены и систематизированы взгляды ученых-психологов и социологов на причины возникновения и факторы риска, способствующие течению и развитию суицидного поведения среди подростков. Приведенные статистические данные, свидетельствующие о впечатляющей динамике роста суицидной активности подростков не только на территории нашей страны, но и мира в целом. Указанные эффективные методы, действия, перечисленный спектр систематической работы по профилактике суицида среди подростков.

Ключевые слова: самоубийство, суицидное поведение, факторы риска суицида, причины возникновения суицидного поведения, профилактика суицида.

Summary. The article deals with systematization of the opinions of psychologist and sociologist on the causes of occurrence and risk factors which help in development of the suicidalbehavior of the teenagers. Statistics shows the impressivedynamics of the increase of teenager's suicidalactivity both in our country and in the whole world. The powerful methods, procedures, the spectrum formethodic work for prophylaxis of the suicide among the teenagers are investigated here.

Key words: suicide, suicidalbehavior, risk factors of the suicide, whence of the suicidalbehavior, prophylaxis of the suicide.

УДК 37.034

О.П. ОСИПЧУК

ОСОБЛИВОСТІ РОЗУМІННЯ МОРАЛЬНИХ АСПЕКТІВ СИТУАЦІЇ У МОЛОДШОМУ ШКІЛЬНОМУ ВІЦІ

Резюме. У статті визначено феномен моральності особистості та особливості становлення моральної свідомості у молодшому шкільному віці. Вивчено та досліджено особливості розуміння моральних аспектів ситуацій у молодших школярів, а також можливості учнів початкових класів до засвоєння моральних понять на різних вікових етапах. Обґрунтовано значення морального виховання у становленні особистості дитини молодшого шкільного віку.

Ключові слова: моральна свідомість, молодший школяр, моральні якості, моральний розвиток, моральне становлення, моральний вчинок, особистість.

Постановка проблеми. Серед наукових проблем, які не втрачають своєї актуальності протягом всієї історії людства, одне з найважливіших місць належить питанням морального становлення особистості, здатності