

СТРУКТУРА ГОТОВНОСТИ БУДУЩЕГО ПСИХОЛОГА К РАБОТЕ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ СУИЦИДА ПОДРОСТКОВ

Рязанов М.В.

Тамбовский государственный университет имени Г.Р.Державина
regvajn@inbox.ru

Одна из острейших проблем современного российского общества – проблема аутоагрессивного поведения и суицидов, особенно среди подростков. По данным Всемирной организации здравоохранения, Россия находится на третьем месте по количеству завершённых зарегистрированных суицидов и на первом месте по числу суицидов среди молодежи (14-24 года) [1, с. 2].

Суицидальное поведение подростков и значительные показатели статистики - это не проблема конкретно одной области знаний. Тут важен именно комплексный подход. Со стороны психологии важно исследование самого механизма суицидального поведения, причин, предпосылок и т.п. Со стороны педагогики важно на основе этих данных готовить кадры, которые своей работой будут решать данную проблему. Готовить психологов, которые будут проводить профилактические и коррекционные работы; социальных работников, которые будут сопровождать подростков; учителей, которые своей работой смогут оказывать простую профилактику и диагностику; преподавателей, которые продолжат и улучшат подготовку данных специалистов.

В такой проблеме, как суицидальное поведение подростков, важна, прежде всего, профилактика. Она должна проводиться во всех сферах деятельности подростка: в семье, в школе, в межличностных отношениях. Однако, как показывает практика, она не осуществляется или осуществляется недостаточно. Дело в том, что проблема суицидального поведения подростков практически не разрабатывается в рамках педагогики. Работ, которые затрагивают эту тему, очень мало, и все они состоят преимущественно из теоретического анализа психологических работ.

Государственных программ профилактики суицида у подростков в России качественно и количественно меньше имеющихся программ в других странах. В ряде стран давно существуют программы помощи, использующие социальные сети или имеющие облачные сервисы для диагностики, что говорит и о наличии психологов, готовых и способных обслуживать данные проекты [2].

В данной статье будет рассмотрена структура готовности будущих психологов к профилактике суицидального поведения подростков. На основе анализа образовательного процесса подготовки будущих психологов, нами были выделены следующие компоненты готовности: *когнитивный, деятельностный, личностно-мотивационный*. Каждый из компонентов представляет собой определенный набор знаний, умений, личностных качеств и т.п.

В состав *когнитивного компонента* включен набор следующих теоретических знаний:

1. *Феномен суицида, его формы, виды*. Это общие теоретические знания. Деятельность не будет эффективной, если психолог не будет полно знать о феномене, с которым он работает.

2. *Статистические показатели суицидального поведения различных социальных групп в данном регионе*. Это знания необходимы для целостного понимания окружающей картины, сложившейся вокруг исследуемого феномена.

3. *Текущее состояние проработанности проблемы суицида*. Знать состояние проблемы необходимо для понимания её актуальности. Это помогает использовать опыт других психологов, а также опыт других специалистов, работающих с возрастной группой подростков.

4. *Теории, затрагивающие тему суицида* (психоанализ, когнитивные теории, гештальтпсихология, теория Дюркгейма и т.п.). Так как теоретически эта проблема окончательно не проработана, для более эффективной профилактической работы в разных случаях следует опираться на разное понимание этой темы. Причем, эти теории могут быть взяты также и из смежных с психологией дисциплин.

5. *Отношение социума к феномену суицида*. Готовый к профилактике суицидального поведения психолог должен точно осознавать, как социум относится к феномену суицида и к его профилактике, и понимать, как в зависимости от этого отношения стоит свою профилактическую работу.

6. *Наиболее вероятные причины суицида подростков*. Подростки могут скрывать свои истинные намерения или не понимать самостоятельно всей сложности сложившегося положения, следовательно, будущий психолог должен уметь сам моделировать ситуации для проведения профилактических работ.

7. *Предпосылки аутоагрессивного поведения подростков*. Профилактическая работа будет эффективна в случае отсутствия аутоагрессивного поведения; для этого предпосылки данного вида поведения должны быть деятельно изученный будущим профессионалом.

8. *Степени риска суицидального поведения подростков*. Будущий психолог, обладающий готовностью к профилактике суицидального поведения подростков, должен знать и уметь классифицировать разные степени риска. Это необходимо для проведения рациональных профилактических работ.

9. *Факторы, способствующие повышению риска суицидального поведения подростков*. На основе данных статистических показателей и социальной ситуации развития подростков, психолог должен уметь выделить факторы, которые могут способствовать повышению риска суицидального поведения. Также важно, чтобы будущий психолог умел учитывать эти данные при проведении профилактики.

10. *Психологические и возрастные аспекты личностей подростков*. Для проведения профилактической деятельности будущий психолог должен детально изучить все особенности данной возрастной группы. Говорить про готовность к профилактике, не имея этих знаний, невозможно.

11. *Признаки суицидальных намерений подростков*. Будущий психолог должен понимать, что диагностические методики не идеальны: возможна ошибка выбора самой методики, подросток может нечестно проходить её. Поэтому важно знать признаки возможных суицидальных намерений.

12. *Знать круг своих компетенций*. Будущий психолог должен точно знать, чем ограничена его компетенция, и понимать, что работы за этим ограничением могут быть не только бесполезными, но и опасными.

Деятельностный компонент состоит из умений, которыми должен обладать специалист, готовый к профилактике суицидального поведения подростков. Можно выделить следующие умения, входящие в состав данного компонента:

1. *Проведение первичного консультирования*. Первичное консультирование очень важно, так как для определения рисков может не возникнуть иной ситуации.

2. *Подбор методик, отвечающих текущим задачам*. Профилактическая работа также ограничена по времени, пусть и не имеет четкого ограничения. Для того, чтобы профилактика не затянулась на слишком длительное время и была эффективна, необходимо, чтобы будущий психолог умел грамотно подбирать методики.

3. *Диагностика необходимых показателей* (аффективность, слом культурных барьеров, уязвимость в межличностных взаимоотношениях, эгоцентризм и другие). Профилактическая работа должна быть определенным образом направлена, сформированные диагностические умения позволят будущим психологам правильно организовать эту деятельность.

4. *Прогноз аутоагрессивного поведения.* Данное умение нужно для выявления необходимости профилактических работ с конкретным подростком или группой. Возможно, проводить профилактику уже поздно, или наоборот, в этом нет особой необходимости.

5. *Формирование «группы риска».* Будущий психолог должен научиться в ходе диагностической работы выделять подростков, которые нуждаются в работе с ними больше, чем другие. И грамотно планировать работу с этой группой.

6. *Изучение биографии и анамнеза личности.* Для успешной профилактической деятельности будущий психолог должен уметь изучать и анализировать биографию подростка, а не стоять всю профилактику исключительно на текущих показателях.

7. *Проведение проективных методик* (частично стандартизированная беседа, анализ продуктов деятельности и т.п.). Практически любая работа психолога должна включать в себя не только тестовые методики, но и проективные, которые могут дать более точную картину личности подростка. Поэтому будущий психолог должен знать и уметь применять подходящие для его деятельности проективные методики.

8. *Составление плана профилактических работ.* Будущий психолог должен уметь планировать будущую профилактическую деятельность.

9. *Проведение тренинговых программ индивидуальных и групповых.* Профилактика должна включать в себя не только диагностику и консультирование, но и конкретные формы работ, которые будут полезны для подростков. Поэтому важно, чтобы будущие психологи умели выбрать нужные формы работы и уметь проводить их.

10. *Проведение необходимых терапий индивидуальных и групповых.*

11. *Проведение индивидуальных психологических консультаций.*

12. *Анализ собственной деятельности.* Важно, чтобы будущий психолог умел проанализировать собственную деятельность и внести в неё улучшения по результатам этого анализа.

В состав *личностно-мотивационного* компонента входят личностные особенности, необходимые для будущего психолога, который готовится осуществлять профилактическую деятельность суицидального поведения подростков. Среди этих качеств выделяются следующие:

1. *Умение работать в системе «человек-человек».* Быстро находить «общий» язык. Понимать и использовать понятийный аппарат другой личности.

2. *Заинтересованность в создании грамотного отношения к суицидальному поведению у разных социальных групп и возрастов.*

3. *Обладать мотивацией на достижение социально значимых результатов.* Работая с подростками, важно руководствоваться не только личностными интересами, но и понимать и желать реализовывать интересы общества.

4. *Способность к сложной умственной деятельности, анализу и оценке нестандартных ситуаций.* Будущий психолог должен понимать, что реальные ситуации буду крайне редко похожи на то, чему он обучался. И важно уметь проанализировать любую, даже самую нестандартную ситуацию.

5. *Качество создания положительного образа в ходе речевого взаимодействия.* Несмотря на эмоциональное состояние психолога, личность, с которой он проводит работу, должна видеть положительный образ, который может и знает, как ей помочь.

6. *Способность к интроспекции и критическому анализу своей личности.* Это одно из самых важных качеств любого психолога. Анализ своей личности помогает не только лучше понять как, где, с кем он может эффективно работать, но и научиться лучше анализировать личности других людей, что необходимо при проведении профилактики.

7. *Способность актуализации теоретических знаний в условиях жесткого дефицита времени и актуального риска.*

8. *Широкий круг интересов* необходим не только для реализации некоторых вышеописанных качеств, но и для личностного развития профессионала.

9. *Высокий уровень жизнестойкости и осмысленности жизни.* Так как работать будущему психологу предстоит с достаточно негативным феноменом, он сам находится в определённом риске и необходимо, чтобы будущий психолог мог понимать важности профилактики для самого себя.

10. *Низкая тревожность.* Тревожность у будущего психолога будет мешать как изучать феномен суицида, так и не давать ему эффективно проводить профилактику среди подростков, которым также свойственна тревожность.

11. *Высокий уровень эмпатии.* Нет сомнений, что работа психолога должна быть основана на эмпатии. В профилактической работе с подростками эмпатия имеет особую важность.

12. *Мотивация на интерактивную работу.* Профилактика должна включать не только работу психолога, но и работу самого подростка и его близких, которых психолог должен обучить необходимыми умениями.

13. *Уметь не выходить за круг своих компетенций.* Несмотря на то, что подросток может желать продолжать работать с психологом, психолог обязан понимать, когда его компетенции заканчиваются и предложить попробовать работу с другим специалистом.

14. *Мотивация на развитие своих профессиональных и личностных качеств.* Это важное качество любого специалиста, необходимое для исключения личностной и профессиональной стагнации. Так как будущий психолог будет работать с более молодым контингентом (подростками), отсутствие данного качества сделает профилактику невозможной.

Нами изучен действующий учебный план будущих бакалавров психологов и содержание включенных в него учебных дисциплин. Выяснено, что существующий образовательный процесс подготовки психологов, в контексте формирования их готовности к профилактике суицидального поведения подростков, нуждается в изменении и доработках.

Профилактика суицида требует от всех работников сферы образования понимания сущности этого явления, умения своевременного распознавания признаков суицидальных намерений, тесного сотрудничества с психологами. Можно с большой долей вероятности сделать вывод о том, что снижение показателей суицидальности подростков связано с образовательной программой подготовки специалистов [3]. Это указывает на необходимость целенаправленной подготовки их к работе с этим феноменом.

Литература

1. Всемирная организация здоровья // Информационный бюллетень. Апрель, 2016.
2. Робинсон Дж., Херрман Х. Профилактика суицидального поведения молодёжи Австралии // Суицидология. 2014. №4 (17) С.3-8.
3. Корнетов Н.А. Что является лучшей формой профилактики суицидов? // Суицидология. 2013. №2(11) С.44-58.