**Профилактика суицидального поведения среди подростков и молодежи в учреждениях среднего профессионального образования.**

**Методические рекомендации для студентов и волонтеров образовательных учреждений системы СПО**

Жизнь – важнейшая ценность человека... и добровольный уход человека из жизни – явление противоестественное и страшное. И особенно страшно и горько, когда из жизни уходят молодые люди, столкнувшиеся с жизненными трудностями, психологическими и социальными проблемами, которые объективно имеют решения.

Вопросы суицида интересуют человечество не одно столетие. Первое строго научное исследование этого феномена было осуществлено французским социологом и философом Эмилем Дюркгеймом и нашло отражение в его работе « Самоубийство: социологический этюд». Издана в 1897 году.

С тех пор в отечественной и мировой науке накоплен значительный теоретический и эмпирический материал по различным аспектам суицида как феномена. Ученые и практики описали современные причины и факторы суицида, рассмотрели его виды и этапы, выявили особые возрастные группы, в которых риск суицида максимально высок. Одна из таких групп – подростки, условия социально-профессионального становления которых, в нашей стране серьезно изменились, что требует изучения и анализа.

Актуальность проблемы связана с изменениями условий социализации современных подростков. Если еще несколько лет назад подростковая социализация осуществлялась в стенах школы, то сегодня она протекает в стенах учреждений среднего профессионального образования. В 2025 году в российские колледжи было зачислено 1,3 млн. человек. Из них 63% выпускники 9-х классов, возраст которых 14-15 лет. Следовательно, социально-психологические проблемы подростков «ложатся на плечи» социальной службы колледжа, в первую очередь. Проблема усложняется еще и тем, что большая часть колледжей обучают студентов, не проживающих с родителями, что создает дополнительные трудности в адаптации.

По данным детского фонда ООН за последние годы значительно увеличилось число суицидальных попыток и завершенных самоубийств среди молодежи и даже детей. Уровень подростковых суицидов в России в настоящее время является самым высоким в мире (4 место). Каждый пятый подросток хотя бы 1 раз в жизни думал о том, чтобы покончить с собой. С каждым годом эта тенденция набирает свои обороты – о смерти думает всё больше детей, которые не достигли подросткового возраста.

Однако, несмотря на то, что педагоги, психологи, социальные работники и другие специалисты, работающие с подростками, уделяют большое внимание этой проблеме, отдавая предпочтение профилактическому подходу, радикальных перемен в динамике подросткового суицида, к сожалению, нет.

Почему же подростки заканчивают жизнь самоубийством? На этот вопрос теория имеет достаточно четкие и обоснованные ответы.

Особенность подросткового возраста заключается с том, что процесс формирования личности ещё не завершён. Подросткам присущи эмоциональная неустойчивость (сюда же можно отнести перепады настроения, раздражительность), неустойчивость поведения, что приводит к конфликтным ситуациям. Подростки сильно подвержены негативному влиянию, как со стороны социума, так и со стороны семьи (они зависимы от норм и ценностей своего ближайшего окружения).

Часто смысл подросткового суицида кроится в отреагировании аффекта, то есть, ухода из той ситуации, в которой оказался подросток. Наказание или позор, унижение и отчаяние, утрата близкого или разочарование в ком-либо, а также отвергнутость или потеря самоуважения – всё это может послужить причиной для того, что подросток закончил жизнь самоубийством. Не стоит исключать и тот фактор, что причинами самоубийства может стать алкоголизм и наркомания (родителей или самого подростка), а также его индивидуальные психологические особенности (например, акцентуации характера, высокая тревожность).

Зачастую, причиной, по которой подросток совершает самоубийство, служит желание, чтобы родители, близкое окружение и педагоги обратили внимание на его проблемы. Они идут против системы, которая представляет собой бездушие, безразличие, цинизм и жестокость со стороны взрослых.

Анализ материалов уголовных дел показывает, что 62% всех самоубийств несовершеннолетними совершается из-за конфликтов и неблагополучия в их окружении: боязни насилия со стороны взрослых, бестактного поведения учителей, одноклассников, друзей, черствости и безразличия окружающих. В целом ряде случаев подростки решались на самоубийство из-за равнодушного отношения родителей и педагогов к их проблемам, протестуя таким образом против безразличия и жестокости взрослых.

Учитывая все вышесказанное, очевидно, что учреждения среднего профессионального образования (с их четкими структурно-функциональными составляющими, профессиональными специалистами, корпоративной культурой и традициями) могут стать той средой, которая должна максимально видеть и учитывать подростковые суицидальные риски.

Колледж становится тем местом, где подростки взаимодействуют друг с другом, где складываются и поддерживаются социальные связи, формируются социально-значимые потребности и ценности, социально-профессиональные навыки и интересы.

В образовательных организациях подростки проводят большую часть времени, именно там и должна быть эффективно организована работа по профилактике суицидального поведения. Особенно на стадии адаптации важно создать благоприятные условия для развития и коррекции личности и поведения подростка. Это возможно только в том случае, если будет своевременно проведён мониторинг психологического благополучия и выстроено комплексное взаимодействие всего педагогического состава колледжа. Особое место в этой работе может быть отведено активной и наиболее зрелой части студенческого сообщества – волонтерам и активистам.

Исходя из понимания, что важнейшей составляющей профилактики суицида является своевременная социально-психологическая диагностика, студентами специальности 39 02 01 «Социальная работа» гуманитарно-технического колледжа (В рамках изучения курса «Теория и технологии социальной работы») разработана анкета, которая может быть использована в учреждениях среднего профессионального образования, а так же в общеобразовательных учреждениях.

Анкета носит анонимный характер и состоит из 4 блоков вопросов. (Анкета прилагается) Она проста в использовании, но позволяет получить важную информацию, а именно:

- выяснить глубину понимания молодыми людьми суицида как проблемы;

- выявить трудности и потребности молодых людей в различных сферах жизнедеятельности и личностных ситуациях;

- понять ценности и предпочтения молодежи;

- предметно и более точно планировать мероприятия, направленные на предотвращение суицида в молодежной среде.

В результате проведения анкетирования первокурсников, поступивших в колледж после 9 класса, были выявлены следующие трудности, которые будут учитываться при планировании и организации воспитательных и досуговых мероприятий колледжа.

Вот некоторые из них:

- неопределенность мотивации выбора профессии;

- недостаточная социально-психологическая компетентность;

- недостаточный контроль и помощь педагогов;

- трудности с регуляцией поведения и деятельности;

- трудности с самоорганизацией учебы, быта, отдыха;

- трудности в установлении контактов со сверстниками;

- слабые навыки учебной деятельности, которых не достаточно для эффективной учебы.

Выявленные проблемы и трудности будут учитываться при планировании и реализации следующих направлений работы: диагностическом, консультационном воспитательном, просветительском, коррекционном и других. Работа в перечисленных направлениях должна привести подростков к овладению навыкам конструктивного разрешения конфликтных ситуаций; сформировать способности оценивать себя адекватно и давать объективную оценку окружающей действительности; подготовить к ситуациям и рискам, которые будут возникающим у подростка в жизни.

Одна из наиболее важных задач профилактики подростковых суицидов состоит в том, чтобы не только определить источник психического дискомфорта (это задача другого, более специального уровня), но и выявить интересы, ожидания, потребности молодых людей. Понять уровень понимания проблемы и своевременно предложить мероприятия, которые помогут снизить психологическое напряжение, избавят от изоляции, дадут новые возможности. А в целом, призваны сформировать у студентов позицию активной, позитивной адаптации к жизни как к процессу сознательного построения и достижения человеком относительно устойчивого равновесия в отношениях между самим собой, другими людьми и миром в целом.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бережковская Е.Л. Проблема психологической адаптации современных подростков при переходе из средней школы в профессиональный колледж.// Организационная психолингвистика. № 2 - МГПУ, 2021.С.36-56
2. Ворсина О.П. Суицидальное поведение детей и подростков: Методические рекомендации/О.П. Ворсина, С.В. Дианова, Е.П. Чернигова. - Иркутск, 2014.- 86 с.
3. Диагностика и практика суицидального поведения подростков. Уч.пособие. - Абакан: изд-во ХГУ, 2019. – 166 с.

**А Н К Е Т А**

**для учащихся общеобразовательных и средних профессиональных заведений**

*Ответы на вопросы анкеты будут использованы только в научных целях и в обобщенном виде.*

Этот опрос проводят студенты колледжа. Вопросы, на которые нам бы хотелось получить ответы, связаны с проблемой суицида среди молодежи. Мы просим Вас правдиво поделиться своим мнением.

Выбранные ответы обведите кружком или отметьте крестиком.

**Пожалуйста, не пропускайте вопросы**

**1. Ваш пол:**

а) мужской

б) женский

1.а. **Ваш возраст** (количество лет)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**2. Слышали ли Вы о проблеме суицида?**

а) да (переходите к следующему вопросу)

б) нет (можете прекратить заполнение анкеты. *Спасибо!)*

**3. Укажите источники, из которых Вы получили информацию об этой проблеме**

(отметьте не более двух основных источников):

а) телевидение

б) интернет

в) публикации в журналах

г) разговоры с родственниками, друзьями, знакомыми

д) другое (укажите)

**4. Вы или Ваши родственники/ знакомые непосредственно сталкивались с этой проблемой?**

а) я лично столкнулся/лась с этой проблемой

б) мои родственники, знакомые столкнулись с этой проблемой

в) ни я, ни мои родственники, знакомые не сталкивались с этой проблемой

**5. Разговаривали ли с вами об этой проблеме родители?**

а) да (переходите к следующему вопросу)

б) нет (переходите к вопросу №7)

**6. Разговариваете ли вы об этой проблеме с друзьями, однокурсниками?**

а) да (переходите к следующему вопросу)

б) нет (переходите к вопросу №8)

**7. Как часто разговаривали (разговаривают) родители с вами об этой проблеме?**

а) часто

б) редко

**8. Как часто вы с друзьями, однокурсниками разговариваете об этой проблеме?**

а) часто

б) редко

**9. Проводятся ли у Вас в учебном заведении какие-либо мероприятия, беседы, связанные с этой проблемой?**

а) да

б) нет

в) не знаю

**10. Считаете ли Вы, что со студентами должны проводиться беседы, специальные акции или семинары по проблеме суицида?**

а) да\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

б) нет

Объясните, почему вы так считаете?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_-

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**11. В какой форме, на ваш взгляд, следует обсуждать эту тему?**

а) индивидуальной

б) групповой**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**12. Согласны ли Вы с утверждением, что основными причинами суицида являются ?** (распределите (ранжируйте) причины по степени важности для Вас)

а) конфликты с родителями

б) конфликты с друзьями, любимыми

в) страх наказания

г) одиночество

д) чувство мести, злобы, протеста

е) избегание трудной ситуации

ж) другие причины\_(назовите)

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**13. Какие меры, по Вашему мнению, необходимо предпринять для решения данной проблемы?** ( не более 3 ответов)

а) ужесточить интернет- цензуру

б) сделать более доступными спортивные и культурно-досуговые мероприятия

в) сделать более доступной психологическую помощь

г ) увеличение роли государства в решении проблем молодежи

д) другие решения\_(назовите)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**14. Хотели бы Вы лично принять участие в мероприятиях, направленных на решение этой проблемы?**

а) да

б) нет

в) затрудняюсь

**15. Что для Вас значит достичь успеха в жизни?** (отметьте не более трех вариантов)

а) быть настоящим специалистом в своем деле

б) иметь интересную и любимую работу

в) быть богатым

г) занимать солидное положение, ответственную должность

д) создать счастливую семью, иметь детей

е) быть свободным и независимым

ж) иметь много друзей

з) иметь постоянную работу и гарантированное будущее

и) иметь разнообразный, интересный досуг

к) иметь хорошее здоровье

л) другое (укажите)

**16. Каковы, по Вашему мнению, пути достижения успеха в жизни?** (отметьте что- нибудь одно)

а) много и упорно работать

б) много учиться и повышать уровень своего образования

в) любой способ достижения успеха хорош

г) иметь обширные связи

д) вера в Бога

е) другое (укажите) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Спасибо, что уделили нам время и внимание!**