ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ПІДЛІТКУ-СУЇЦИДЕНТУ

***Коляда Н.М.,* д-р. пед. наук, професор, завідувач кафедри соціальної педагогіки та соціальної роботи**
***Поліщук Олена,* магістрант**
УДПУ ім. П. Тичини

Анотація

Стаття присвячена особливостям соціально-педагогічної допомоги підлітку-суїциденту. Автор зазначає, що така допомога дає змогу фахівцям надати вчасну допомогу підлітку, коли він того потребує та мати превентивний потенціал, що дає змогу працювати у напрямку попередньої діагностики суїцидальності та запобігання суїциду.

Ключові слова

Підліток, суїцид, суїцидальна поведінка, психологічна допомога, підліток-суїцидент, клієнт.

Abstract

The article is devoted to the peculiarities of socio-pedagogical assistance to an adolescent-suicide. The author notes that the elucidation of the specifics of social and pedagogical assistance to an adolescent suicide allows professionals to provide timely help to the adolescent when he needs it and has a preventive potential that enables them to work towards a preliminary diagnosis of suicide and prevention of suicide.

Keywords

Adolescent, suicide, suicidal behavior, psychological help, adolescent suicide, client.

З огляду на постійне зростання кількості суїцидів, актуалізується необхідність поглиблення знань про суїцид як феномен, а також розширення арсеналу стратегій та методів роботи з людьми, які проявляють суїцидальну поведінку.

Як зазначає О. В. Змановська, психологічна превенція суїциду (запобігання суїцидальній поведінці) здійснюється переважно у формі навчання розпізнаванню суїцидальних проявів і надання своєчасної допомоги близьким людям [5, с. 175]. Цьому може сприяти ознайомлення батьків, учителів та інших осіб з близького соціального оточення підлітка з ознаками суїцидального ризику, а також наголошення на чинниках, які можуть загострити стан внутрішнього конфлікту у підлітка. Цьому може допомогти також виконання вправ, які дозволяють здійснити самопізнання, та оволодіти шляхами адекватної допомоги людині, що переживає кризу. Окремі з таких вправ запропоновані у книзі «Технології психологічної допомоги в кризових і надзвичайних ситуаціях» [7, с. 89–94].

При роботі із самими підлітками профілактика суїцидальної поведінки повинна включати:

- дискусії на теми сенсу життя та вирішення проблемних ситуацій;
- навчання соціальним навичкам та умінням подолання стресу;
- надання підліткам соціальної підтримки за допомогою включення сім'ї, школи, друзів і т.ін.;

– проведення індивідуальних і групових психокорекцій них занять щодо підвищення самооцінки, збільшення рівня самоконтролю, розвитку адекватного ставлення до власної особистості, емпатії;
– оволодіння навичками практичного застосування активної стратегії проблем, удосконалення пошуку соціальної підтримки, психологічна корекція пасивної стратегії уникнення, вироблення мотивації на досягнення успіху.

Провідним методом психологічної допомоги людині з уже сформованою суїцидальною поведінкою виступає кризове консультування, а його мета – утримання людини в живих [4].

Спочатку завдання психолога зводиться до того, щоб «відтягнути час» і дочекатися закінчення небезпечного періоду. Якщо підліток повною мірою залучений до психологічного процесу, у нього виникає бажання дізнатися, куди веде його психолог, і він може вирішити «почекати» з виконанням своїх суїцидальних намірів. Тому необхідно постійно будувати і підтримувати у підлітка інтерес до занять із психологом. При цьому вкрай важливо дотримуватися принципу безперервності роботи і забезпечувати спадкоємність змісту занять. Щоб «перекинути місток» від одного заняття до іншого, психолог може, наприклад, запитати у підлітка якесь питання і відреагувати на нього приблизно так: «Ви торкнулися дуже цікавої теми. У мене є деякі міркування із цього приводу, але я розповім вам про них на наступному занятті. Може, і ви коротко запишете, що ви думаєте із цього приводу?».

І. А. Байкова наводить такі рекомендації щодо проведення бесіди з потенційним суїцидентом:

1) виразіть свою зацікавленість особою і долею співбесідника, проявіть симпатію до нього;

2) ставте питання прямо; використовуйте техніку активного слухання;

3) з"ясуйте, наскільки ясний образ майбутньої суїцидальної дії сформований у співбесідника: суїцидальний план, час і місце виконання, суїцидальні думки і спроби у минулому, як він сам оцінює вірогідність свого суїциду;

4) спробуйте з"ясувати причини й умови формування суїцидальних намірів, але не наполягайте на їх обговоренні, якщо для співбесідника це дуже важко;

5) спонукайте його висловити свої почуття, пов"язані з проблемною сферою; запитайте: чи доводилося йому раніше розказувати кому-небудь про те, що він говорить зараз (це питання допоможе відштовхнути співбесідника до думки, що, можливо, головна його проблема саме в соціальній ізоляції;

6) будьте готові до психотерапевтичної роботи (можливо, на довгий час) з вашим співбесідником [1].

Рішення про здійснення суїциду слід розглядати як результат боротьби між бажанням жити і бажанням померти, і тому психолог

повинен зосередити свої зусилля на тому, щоб створити перевагу на користь життя. Діставши згоду підлітка зважити зважити всі «за і проти» суїциду, слід попросити його перерахувати докази на користь життя і докази на користь смерті. Зрозуміло, підлітку в його нинішньому стані важко привести докази на користь життя, проте він може пригадати, що примушувало його жити раніше; коли він не був у депресії. Для наочності можна записати ці докази в двох колонках на дошці або на аркуші паперу. Після цього слід попросити підлітка назвати, які з «минулих» доказів актуальні в сьогоденні або можуть мати силу в майбутньому.

Суїцидальні клієнти схильні анулювати ті позитивні моменти, які були або присутні в їх житті: вони або забувають, або ігнорують, або знецінюють їх. Допомагаючи підлітку пригадати позитивні чинники або прямо указуючи на них, ми створюємо противагу його численним доказам на користь смерті. У пропозиціях і діях психолога повинен пролягати дух експериментатора, неначебто він говорив клієнтові: «Хай ви переконані в правильності вашого рішення – все одно варто перерахувати позитивні моменти, щоб з"ясувати ваше ставлення до них».

Після перерахування позитивних чинників психолог і підліток перераховують всі доводи «за і проти» суїциду. В результаті цієї процедури підліток приймає більш об"єктивний погляд на речі, і докази на користь здійснення суїциду вже не здаються йому такими ж незаперечними, як раніше.

Існують також певні правила консультування осіб, які мають намір вчинити самогубство [6]:

1. З такими клієнтами потрібно частіше зустрічатися.
2. Консультант повинен звертати увагу суїцидального клієнта на позитивні аспекти в його житті. Наприклад: «Ви згадували, що раніше багато-чим цікавилися. Розкажіть про свої захоплення» або «Завжди є заради чого жити. Що Ви думаєте про це?». Такі питання допомагають клієнту знайти ресурси для подолання важкого етапу життя.
3. Дізнавшись про намір клієнта вчинити самогубство, не слід панікувати, намагатися відвернути його якимсь заняттям і вдаватися до моралізування («Від цього ніщо не зміниться», чи «Знаєте Ви, що всі релігії рахують самогубство найбільшим гріхом?»). Така тактика лише переконає клієнта, що його ніхто не розуміє і консультант – теж.
4. Фахівець повинен залучити до роботи з клієнтом між консультативними зустрічами значущих для нього людей (близьких, друзів).
5. Клієнт повинен мати нагоду у будь-який час подзвонити консультанту, щоб той міг контролювати його емоційний стан.
6. При високій вірогідності самогубства слід вжити заходів обережності – проінформувати близьких клієнта, обговорити питання про госпіталізацію. Консультанту не завжди легко це виконати.

Клієнт нерідко починає заперечувати свої наміри і стверджує, що

нічого за нього турбуватися. Проте консультанту краще понадіятися на свою інтуїцію і врахувати небезпечні ознаки в поведінці клієнта, оскільки утішливі заяви можуть носити відволікаючий характер.

7. Консультант не повинен дозволяти клієнту маніпулювати собою за допомогою загрози самогубства.

8. Консультант зобов"язаний не забувати, що він не Бог і, незважаючи на найкращі спонуки, не завжди здатний перешкодити самогубству. Найбільшу відповідальність за власні дії несе сам клієнт. Консультант не може повністю і одноосібно відповідати за клієнта. Він лише професійно відповідальний за припинення реалізації суїцидальних намірів. Проте неспростовна аксіома – якщо клієнт дійсно хоче покінчити з життям, ніхто не здатний зупинити його.

9. Консультант зобов"язаний детально, у письмовій формі, документувати свої дії, щоб у разі нещастя він зміг довести собі та іншим, що діяв професійно і вжив усіх заходів для уникнення катастрофи.

Основною методикою у роботі з депресивними та суїцидальними клієнтами є метод кризової інтервенції. Це швидка медико-психолого-соціотерапія. Основна мета втручання – вплив на світогляд клієнта в бік реалістичності та пластичності, підготовка клієнта до конструктивного подолання життєвих криз.

«Терапевтичними мішенями» в роботі із суїцидальним клієнтом є: – проблемна ситуація; – негативний когнітивний стиль (вивчена безпорадність);

–установки, що дозволяють суїцидальні спроби;

–саморуйнуюча поведінка (зловживання алкоголем, психоактивними речовинами, самоізоляція, пасивність) [1].

Б. Д. Карвасарський вказує, що схематично завдання кризової терапії для клієнта, який звернувся на висоті кризового стану з високим суїцидальним ризиком можуть бути представлені у вигляді індивідуальної програми:

–етап кризової підтримки: встановлення терапевтичного контакту; розкриття суїциднонебезпечних переживань; мобілізація адаптивних варіантів допінг-поведінки і особистісного захисту; укладення психотерапевтичного контракту.

–етап кризового втручання: когнітивний аналіз не апробованих способів вирішення кризової проблеми; виявлення не адаптивних когнітивних механізмів, що блокують оптимальні способи вирішення кризової ситуації; корекція не адаптивних когнітивних механізмів.

–етап підвищення рівня адаптації: поведінковий тренінг не апробованих способів вирішення кризової ситуації; вироблення навичок самоаналізу та самоспостереження за не адаптивними механізмами, а також їх подолання; введення нових значущих осіб для підтримки і допомоги після закінчення кризової терапії.

В межахкризовоїінтервенціївикористовуютьсятакож

аксіопсихотерапія В. П. Ларичева та профілактично-орієнтовану патогенетичну психотерапію Б. А. Барома [2].

Аксіотерапія за В. П. Ларичевим передбачає такі завдання:

1) попередження фіксації когнітивної установки безвихіддя та відсутності само сприйняття, що частіше зустрічається при органічних захворюваннях психіки;

2) особистісний ріст клієнта для підняття кризової та фрустраційної толерантності;

3) корекція аксіопсихологічної парадигми шляхом використання прийомів переорієнтації – переакцентування, актуалізація – дезактуалізація рангу індивідуального значення в ціннісній ієрархії клієнта.

З метою кризової інтервенції можна використати профілактично-орієнтовану патогенетичну психотерапію Б. А. Барома, яка також відноситься до емоційно-когнітивних методів. Вона базується на принципах короткостроковості (інтенсивності, фокусуванні) реалістичності, інтегративності (пластичності, особистісної включеності) психотерапевта і само центрованого контролю. Використовуються парадоксально-шокові прийоми («все надто погано», «передсмертний договір із психотерапевтом», «перехід в інше життя»). Рекомендується аналізувати причини кризи. Іноді відкривають «забуті в минулому» потреби та інтереси клієнта шляхом їх актуалізації в ситуації блокування «єдиної мети життя». Мета такої терапії – подолання егоцентризму та одного спрямування в житті, научіння конструктивному раціонально-емоційному опору життєвим кризам.

Здійснивши аналіз наукової літератури та практичного досвіду роботи з підлітками, схильними до суїцидальної поведінки, на нашу думку, заслуговує на увагу технологія транзакційного аналізу із суїцидальними клієнтами.

Ґрунтовні та валідні розробки у роботі з суїцидальністю має транзакційний аналіз. Транзакційний аналіз – це психотерапевтичний метод, що широко використовується в консультуванні, освіті та соціальній роботі за рубежем. Цінними є наукові дослідження стосовно розуміння феномену суїциду, а також представлені у транзакційному аналізі технології та методи роботи з суїцидальними клієнтами.

Отже, робота спрямована на зменшення кількості суїцидів, буде ефективною за умови її проведення на рівні державної політики, соціальних, освітніх програм, на рівні громад, а також на особистісному рівні. Важливою у цьому ключі є робота фахівців – зокрема соціальних педагогів, соціальних працівників, психологів, психотерапевтів. Представники цих професій щоденно зустрічаються з людьми, які опинилися у складній життєвій ситуації і нерідко з емоційно нестійкими людьми, частина з яких може демонструвати суїцидальні прояви. Тому такі фахівці мають превентивний потенціал і можуть працювати у напрямку попередньої діагностики суїцидальності та запобігання суїциду.

Список використаних джерел

1. Байкова И. А. Характеристика основных принципов кризисной интервенции [Электронный ресурс] / Ирина Анатольевна Байкова // Белоруская медицинская академия последипломного образования. Официальный сайт. – Режим доступа : http://www.belmapo.by/downloads/psihoterapiay/lekcii/xarakter_krisisn_intervencii.doc
2. Вовканич М. Д. Технології соціально-психологічної роботи з клієнтами, які схильні до суїциду: навч.-метод. Посібник. Ужгород, 2002. 122 с.
3. Гулдинг М. Психотерапия нового решения. Теория и практика. Москва: Независимая фирма «Класс», 1997. 288 с.
4. Життя є! Допоможи в це повірити близькій людині [Електронний ресурс] // Газета «Галицьке слово». – 2011. – № 25 (1660). – Режим доступу : http://galslovo.if.ua/index_old.php?st=1387
5. Змановская Е. В. Девиантология (Психология отклоняющегося поведения) : учеб. пособ. для студ. высш. учеб. Заведений. Москва: Издат. центр «Академия», 2006. 286 с.
6. Кочюнас Р. Основы психологического консультирования Москва: Академ. проект, 1999. 240 с.
7. Технологии психологической помощи в кризисных и чрезвычайных ситуациях : учебно-метод. комплекс. СПб.: РГПУ им. А. И. Герцена, 2008. 249 с.

ЗНАЧЕННЯ ТА МІСЦЕ ПРИРОДИ У ВИХОВАННІ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ У СПАДЩИНІ НАРОДНОЇ ПЕДАГОГІКИ

***Корінна Г.О.*, канд. пед. наук, ст. викладач кафедри теорії та методики дошкільної освіти**
***Плисканівська Юлія*, студентка ІІ курсу УДПУ ім. П. Тичини**

Анотація

У статті теоретично проаналізовано питання впливу народної педагогіки на виховання дітей дошкільного віку засобами природи. Розкрито поняття «народна педагогіка» та досліджено джерела народної педагогіки (пісні, прислів"я, приказки, прикмети, обряди, казки), в яких найкраще простежується зв"язок людини з природою. Автором акцентовано увагу на тому, що шанобливе ставлення до природи у дітей дошкільного віку формується за допомогою надбань народної педагогіки.

Ключові слова

Народна педагогіка, діти дошкільного віку, природа.

Abstract

The article analyzes the theoretical questions of the influence of folk pedagogy on the upbringing of preschool children by means of nature. The concept of "folk pedagogy" is explored and sources of folk pedagogy (songs, proverbs, sayings, signs, rituals, fairy tales) are explored, in which the connection between man and nature is best observed. The author emphasizes the fact that respectful attitude to nature in preschool children is formed through the achievements of popular pedagogy.

Keywords

Folk pedagogy, children of preschool age, nature.