

УДК 159.9.07

Кузнецова Елена Владимировна,
Куйбышевский филиал ФГБОУ ВПО
«Новосибирский государственный
педагогический университет»,
г. Куйбышев Новосибирской области,
e-mail: kainsk-elena@mail.ru

ВОЗМОЖНОСТИ КОРРЕКЦИИ СУИЦИДАЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ПОДРОСТКОВ СРЕДСТВАМИ ТРЕНИНГОВОЙ РАБОТЫ

В статье проводится анализ феномена суицидальной направленности личности, рассматриваются факторы, обуславливающие ее формирование в подростковом возрасте.

В статье представляются результаты формирующего эксперимента по коррекции личностных компонентов суицидальной направленности подростков (самоотношения, уровня враждебности, агрессивности, чувства одиночества, перфекционизма) средствами тренинговой работы.

Ключевые слова: суицидальная направленность, подростковый возраст, формирующий эксперимент, тренинговая работа.

Kuznetsova Elena Vladimirovna,
Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor of
the Department of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical
University (Kuibyshev Branch), Kuibyshev,
e-mail: kainsk-elena@mail.ru

POSSIBILITIES FOR CORRECTION OF SUICIDAL DIRECTION OF TEENAGERS BY MEANS OF TRAINING

The article analyzes the phenomenon of the suicidal orientation of the personality, considers the factors that determine its formation in adolescence.

The article presents the results of a formative experiment on the correction of personality components of the suicidal orientation of adolescents (self-reliance, level of hostility, aggressiveness, feelings of loneliness, perfectionism) by means of training work.

Keywords: suicidal orientation, adolescence, formative experiment, training work.

На современном этапе наблюдается увеличение количества самоубийств и суицидальных попыток во всем мире. По данным Всемирной Организации Здравоохранения, совершение суицида находится на втором месте среди причин смерти молодых людей.

Проблема суицидального поведения сегодня исследуется в широком контексте. Анализируя феноменологию суицидального поведения, многие исследователи акцентируют внимание на исследование суицидальной направленности, под которой понимается предрасположенность личности к суицидальному поведению [1,2, 3].

Теоретический анализ исследований, посвященных исследованию суицидальной направленности подростков, позволяет сделать следующие выводы:

- 1) факторами, способствующими возникновению суицидальной направленности в подростковом возрасте, являются:
 - генетический фактор (к суициду приводит не собственно наследуемая склонность к самоубийству, а наличие наследуемой психической патологии);
 - поведенческий фактор (к группе риска относят семьи с алкогольной и наркотической зависимостью; агрессия и импульсивность в стратегиях родительского поведения влияют на формирование суицидальных намерений у ребенка);
 - психологический фактор (подростки обычно совершают попытки суицида для того, чтобы восстановить контроль над средой, вызывая этим чувство вины у родителей и окружающих, им свойственна холодность и отчужденность, тяга к употреблению алкоголя и наркотиков, эмоциональная закрытость, нарциссизм);
 - личностный фактор (перфекционистские стандарты, переживание одиночества вместе с безнадежностью, уровень враждебности и агрессии влияют на суицидальный риск подростков);

- социокультурный фактор (размывание системы семейных ценностей, низкий уровень сплоченности, недифференцированность гендерных ролей, деструктивные отношения в семье, способствующие формированию суицидальной направленности);
- семейный фактор (наличие суицидента в семье, потеря близкого человека).

Одним из методов коррекции суицидальной направленности подростков является тренинговая работа, которая является средством психологического воздействия (интеракция), направленное на развитие способностей, предназначенный для изменения установок человека с целью развития личностной сферы человека. Тренинг характеризуется многофункциональностью и предназначен для изменений психологических установок, черт, с целью гармонизации личностного бытия. Посредством тренинговой работы, ориентированной на формирование способности понимать внутренние психические состояния своего организма, адекватного отношения к жизни и смерти.

Теоретический анализ заявленной проблемы позволил сформулировать гипотезу основанную на предположении о том, что тренинговая работа положительно влияет на коррекцию основных личностных составляющих суицидальной направленности подростков, а именно на специфику самоотношения, уровень враждебности, агрессивности, чувство одиночества и выраженность перфекционизма.

Экспериментальное исследование проводилось в марте – апреле 2019 г- 2020 г. на базе МБОУ СОШ № 3 г. Куйбышев Новосибирской области. В экспериментальном исследовании принимало участие 33 подростка в возрасте 15-16 лет.

На констатирующем этапе эксперимента нами была осуществлена первичная психологическая диагностика выраженности суицидального риска подростков. Экспериментальная выборка сформирована на основании

показателей методики «Выявление суицидального риска у детей и подростков» (А.А. Кучер, В.П. Костюкевич).

Для диагностики личностных составляющих суицидальной направленности подростков применялись следующий психодиагностический инструментарий:

- методика исследования самоотношения (МИС) С.Р. Пантелеева;
- опросник исследования уровня агрессивности А. Басса, А. Дарки;
- опросник «Одиночество» С.Г. Корчагиной;
- методика диагностики перфекционизма (авторы: Г. Флетт и П. Хьюитт).

По данным констатирующего этапа экспериментального исследования было выявлено, что:

- у 38% испытуемых наблюдается негативное самоотношению;
- 54% испытуемых испытывают чувство одиночества;
- 42% испытуемых обладают завышенными требованиями к себе;
- 54% испытуемых обладают высоким уровнем агрессивности.

Полученные результаты свидетельствовали о необходимости проведения тренинговой работы, направленной на коррекцию суицидальной направленности подростков.

На формирующем этапе на основе анализа полученных диагностических данных была разработана краткосрочная тренинговая программа «Умейте ценить жизнь», направленная на коррекцию выявленных личностных компонентов суицидальной направленности подростков.

Цель тренинговой программы: создать психологические условия для коррекции суицидальной направленности подростков и ее компонентов.

Цель программы была конкретизирована в следующих задачах:

- создать благоприятную рабочую атмосферу, установить доверительные отношения;

- сформировать у подростков необходимые знания и навыки для успешной коррекции суицидальной направленности;
- определить ресурсы для снижения суицидальной направленности;

Программа включала следующие основные блоки:

- 2) потребностно-мотивационный блок, актуализирующий потребности подростков в своевременном решении возникших психологических проблем посредством ее осознания и получение позитивного опыта от решения сопряженных с ней трудностей;
- 3) коммуникативный блок, ориентированный на повышение уровня сплоченности (оптимизация отношений в группе) и принятие личности друг друга;
- 4) личностный блок, ориентированный на коррекцию суицидальной направленности подростков посредством формирования позитивного самоотношения;
- 5) поведенческий блок, направленный на создание условий для формирования конструктивных моделей взаимодействия.

В ходе реализации тренинговой программы применялись элементы ролевой игры, дискуссии, решение проблемных ситуаций, арт-терапевтические и релаксационные упражнения.

На контрольном этапе эксперимента при помощи выше обозначенных методик была проведена вторичная диагностика личностных компонентов суицидальной направленности подростков, после чего результаты констатирующего и контрольного этапов исследования были сопоставлены при помощи метода математической статистики t-критерия Стьюдента для связанных выборок.

Анализ результаты формирующего эксперимента показал, что тренинговые занятия способствовали коррекции агрессивности, а именно: формированию саморегуляции негативных эмоций, способности находить альтернативные способы выхода агрессии и развитию коммуникативной

компетенции. Дыхательные упражнения, реализуемые в тренинге, способствовали снижению психоэмоционального напряжения.

Результаты контрольной диагностики показали положительную динамику по переживанию чувства одиночества. У подростков было сформировано адекватное представление о данном состоянии, осознание его положительных сторон.

Анализ статистически значимых сдвигов позволяет нам сделать вывод о том, что в самоотношении подростков, принимавших участие в тренинге, произошли положительные изменения. Респонденты стали испытывать более позитивные эмоции в адрес собственного «Я», у них появилось осознание необходимости развития собственной личности, положительное восприятие себя и собственной жизни, интерес к своему будущему.

Тренинг способствовал повышению конструктивности реагирования на перфекционистские требования. В результате тренингового занятия у подростков было сформировано осознание собственного вклада в происходящие жизненные события, снизилось переживание страха совершения ошибок.

Положение гипотезы подтверждено. На основании полученной положительной динамики определяем, что тренинг является результативным средством коррекции суицидальной направленности подростков.

Список литературы

1. Амбрумова А.Г., Тихоненко В.А. Суицид как феномен социально-психологической дезадаптации личности. Актуальные проблемы суицидологии. М.2016; с. 6–28.
2. Егорова, В.Н., Макарова А.А. Личностные особенности подростков с суицидальными склонностями // Практическая педагогика: гуманизация процессов образования и воспитания. 2013. №3. С. 61-66.

3. Зотов М. Б. Суицидальное поведение: механизмы развития, диагностика, коррекция. СПб., 2006.144 с.

References

1. Ambrumova A.G., Tixonenko V.A. Suicid kak fenomen social`no-psixologicheskoy dezadaptacii lichnosti. Aktual`ny`e problemy` suicidologii. M. 2016; p. 6–28.
2. Egorova, V.N., Makarova A.A. Lichnostny`e osobennosti podrostkov s suicidal`ny`mi sklonnostyami // Prakticheskaya pedagogika: gumanizaciya processov obrazovaniya i vospitaniya. 2013. № 3. P. 61-66.
3. Zotov M. B. Suicidal`noe povedenie: mexanizmy` razvitiya, diagnostika, korrekciya. SPb., 2006.144 p.