

Секция «Психология»

Психологическая профилактика суицидального риска

*Мыслик Любовь Николаевна*

*Студент*

*Волгоградская академия государственной службы, Государственного и  
муниципального управления, Волгоград, Россия*

*E-mail: dotka12@ya.ru*

Неуклонный рост числа самоубийств, как и попыток, их совершения, наблюдаемый в большинстве стран мира, ставит данную проблему на одно из ведущих мест в современной психологии. В этом году в нашей стране прокатилась волна подростковых самоубийств. Поэтому всё большую актуальность получили работы связанные с профилактикой и коррекцией суицидального риска.

В ходе моего исследования была выдвинута **гипотеза, согласно которой** обучение конструктивным навыкам преодоления жизненных трудностей в процессе социально-психологического тренинга способствует снижению уровня суицидального риска.

Практическая часть исследования проводилась в 2 этапа. На первом этапе был проведен социально-психологический анализ факторов суицидального поведения (были исследованы личностные особенности и особенности семейного воспитания). В результате были получены данные свидетельствующие о значимых различиях уровня депрессивности ( $U=0,023$ ,  $p\leq 0,05$ ), раздражительности ( $U=0,022$ ,  $p\leq 0,05$ ), лабильности ( $U=0,018$ ,  $p\leq 0,05$ ), а также семейных особенностей, таких как, игнорирование потребностей ( $U=0,012$ ,  $p\leq 0,05$ ) и недостаточность обязанностей ( $U=0,035$ ,  $p\leq 0,05$ ) у лиц имеющих и не имеющих суицидальные попытки.

*Целью второго этапа исследования стала разработка, проведение и оценка эффективности программы коррекционных занятий, направленных на снижение суицидального риска. Данный этап включил в себя:*

- 1. Предварительная диагностика.*
- 2. Обработка данных и выделение 2 групп испытуемых: экспериментальной и контрольной.*
- 3. Проведение социально-психологического тренинга на экспериментальной группе.*
- 4. Повторная диагностика испытуемых экспериментальной и контрольной групп.*
- 5. Статистический анализ результатов, оценка эффективности тренинга.*

Согласно результатам диагностики суицидального риска из 87 опрошенных респондентов 24 (28%) имеют низкий уровень, 40 (46%) респондентов со средним уровнем суицидального риска и 23 (26%) имеют высокий уровень суицидального риска.

По результатам диагностики уровня суицидальной мотивации было выявлено, что высокую суицидальную мотивацию имеют 25 (29%) респондентов. Средним и низким уровнем обладают 50 (57%) и 12 (14%) респондентов соответственно. Основным мотивом суицидального поведения, по мнению опрошенных респондентов, является категория «алкоголь». Наименее значимым суицидальным мотивом респонденты считают категорию «измена в любви» - 7 испытуемых (8%).

С помощью проективной методики «продолжи предложение» нами были выявлены высказывания, имеющие негативное отношение к жизни.

По результатам предварительной диагностики методом стратометрического отбора были составлены четыре группы испытуемых: две экспериментальных и две контрольных.

*Для реализации целей исследования нами была разработана программа социально-психологического тренинга.*

Анализ эффективности программы проводился по качественным и количественным показателям. В основу качественного анализа результатов проведенного тренинга вошли результаты наблюдения, заметки участников, а также рефлексия респондентов и ведущего.

Основные изменения, названные участниками:

- «стало проще общаться»;
- «реже ругаюсь с родителями»;
- «немного определился с будущим»;
- «нашла новых друзей и узнала старых»;

Все участники высказали предложение о возможности продолжения занятий.

В основу проведения количественного анализа были положены результаты диагностики выборки до и после тренинга, а также статистический анализ, проведенный с помощью программы SPSS.

Мы использовали непараметрический W-критерий Уилкоксона. При повторной диагностике произошли изменения уровня суицидального риска и мотивации в экспериментальной группе. Кроме того изменились результаты проективной методики «Продолжи предложение». Большое количество высказываний имели позитивную направленность.).

В контрольных группах значимых изменений не выявлено.

Исходя из полученных данных, мы можем сделать вывод о подтверждении гипотезы, о том, что **обучение конструктивным навыкам преодоления жизненных трудностей в процессе социально-психологического тренинга способствует снижению уровня суицидального риска.**

*Результаты, полученные в ходе исследования, свидетельствуют об эффективности программы, что позволяет нам говорить о возможности её применения в образовательных учреждениях и социально-психологических центрах.*

### **Литература**

1. Амбрумова, А.Г. Комплексные исследования в суицидологии. М., 1986.
2. Зотов, М. В. Внимание к мотивационно значимым стимулам как основа методического подхода к исследованию мотивации и его реализация на примере оценки суицидальных тенденций. М., 2002.