

професійного стандарту «Педагога».

#### Література

1. Професійний стандарт "Педагог(педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)".

### МЕТОДИ ЗАПОБІГАННЯ СУЇЦИДУ У СТАРШИХ ПІДЛІТКІВ

*Л.В. Федоренко  
Полтава, Україна*

Згідно з даними Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) з початку 50-х років ХХ століття спостерігається тенденція до зростання кількості суїцидів не тільки серед дорослих, а й серед дітей та підлітків. Обертаючи свій погляд в глибину століть, завжди і всюди ми стикаємося в історії людства з феноменом самогубства. Недивно при цьому, що самогубство завжди викликало і викликає інтерес, співчуття і, як наслідок цього, бажання розібратися в корінні і витоках цього явища, властивого тільки людині.

Суїцид є дією умисного спричинення власної смерті. Характерним для мотивації підліткових самогубств є превалювання почуттів безнадії та безпорадності, підвищена чутливість до образи власної гідності, максималізм в оцінках подій і людей, невміння передбачати справжні наслідки своїх вчинків. Властива періоду становлення особистості самовпевненість у поєднанні з вищевказаними рисами породжує відчуття безвихідності, фатальності конфлікту, загострює переживання відчаю та самотності. При такому внутрішньому стані навіть незначний стресс може призвести до небезпеки суїциду дитини або підлітка [1].

Важливо попередити суїцид. А для цього потрібно знати методи запобігання суїцидів. До основних методів запобігання суїциду належать:

1. Підбирання ключів до розгадки суїциду. Попередження самогубства полягає не тільки в піклуванні та участі друзів, а і в здатності розпізнати ознаки суїцидальних намірів.

2. Прийміть суїциданта як особистість. Припустіть, що людина дійсно є суїцидальною особистістю. Не вважайте, що вона не здатна і не може навантажитися на самогубство.

3. Будьте уважним слухачем. Ви можете надати безцінну допомогу, вислухавши розповідь про почуття цієї людини - щоб то не було - печаль, провина, страх. Інколи, якщо ви просто мовчки посидите з нею, це буде доказом вашої зацікавленості й турботи.

4. Не сперечайтесь. Ні в якому разі не виявляйте агресії, якщо ви присутні під час розмови про самогубство, і спробуйте не висловлювати обурення тому, що почули.

5. Запитуйте. Найкраще запитати прямо: " Ти думаєш про самогубство ? " Це невикличе подібної думки, якщо ранішеї не було. Але про самогубство то вона своєю мімікою і жестами викриє себе.

6. Пропонуйте конструктивні підходи. Потенційному самогубцю потрібно проблему і якомога точніше визначити, що її оглиблює, а також переконати в тому, що він може говорити про почуття без сорому, навіть про такі негативні емоції, як ненависть чи помста.

7. Зверніться за допомогою до спеціалістів. У суїциданта звужене поле зору, своєрідна свідомість. Перше їх прохання - це часто прохання про допомогу. Хорошим помічником може бути священник, сімейний лікар [2].

Емоційні проблеми, які приводять до суїциду, рідко вирішуються повністю, навіть коли здається, щогірше в минулому. Підтримка і турбота потрібні до того часу, доки суїцидальна людина не адаптувалась в соціумі.

Підводячи підсумки, можна відзначити наступне: суїцид, будучи стійким в демографічному відношенні явищем, має переважно індивідуальне коріння. Суїцид піднімає питання про віру як особливу форму цілісного знання, сполучаючи в собі інтелектуальну споглядальність і поведінкову активність. Суїцид переборний, рішення даної проблеми не безнадійне, якщо згадати, що майже в 80% випадків самогубство - це результат дїездатної волі і раціонально загостреної свідомості. Звичайно, піднімається питання віри тільки зазначені, але правильно обраний шлях вирішення проблеми - цевже наполовину її вирішення [3].

#### Література

1. Вашека Т. В.Профілактика самогубства серед підлітків: методика для вимірювання суїцидальної поведінки [Текст] / Т. В. Вашека // Практична психологія та соціальна робота. – 2005. – №4. – С. 53.

2.Калініна Ю. Запобігання суїцидальній поведінці серед підлітків [Текст] / Ю. Калініна // Психолог: Додаток до газ. "Шкільн. світ". – 2005. – №35.

3.Шавровська Н. Суїцид як соціально-психологічний феномен [Текст] / Н. Шавровська, О. Гончаренко, І. Мельникова // Психічне здоров'я дитини. – К., 2003. – С. 79. – (Б-ка"Шкільного світу").