**Бинарный психокоррекционный урок «Русалочка» в первичной профилактике суицидов детей и подростков**

*С.К. Рыженко, к.пс.н.,*

*зав. кафедрой психологии ГБОУ ККИДППО,*

*В.Ф.Чернодуб, педагог-психолог МБОУ СОШ №29*

*станица Петровской Славянского района*

Одной из наиболее острых проблем современной школы является подростковый суицид, причины которого, различны и часто носят полимодальный характер (межличностные конфликты, потеря смысла жизни, демонстративный шантаж на фоне потребительской ориентации и т.д.).

Суицидальное поведение является последствием дистресса, дезадаптации, которые всегда сопровождаются негативным психоэмоциональным состоянием личности, а именно состоянием агрессии, аутоагрессии, депрессии, личностной тревоги…

Профилактика суицидального поведения является весьма сложной и щепетильной сферой деятельности социально-психологической службы. Работа в этом направлении должна проводиться экологично, в идеале она скрыта и органично вписана в образовательный процесс. Также составляющей успеха профилактической работы является сотрудничество и взаимодействие между психологом и педагогом-предметником, классным руководителем, социальным педагогом, другими участниками образовательного процесса. Одним из способов экологичной профилактики суицидов во взаимодействии специалистов является психокоррекционный бинарный урок.

Бинарный, то есть совместный урок – это нестандартная форма обучения по реализации межпредметных связей, когда урок ведут два учителя. Бинарные уроки Математика и Информатика или Математика и Физика не являются необычными. А теперь представим, что с помощью изучения предмета можно параллельно решать психологические задачи, такие как психодиагностика, психопрофилактика и психокоррекция. Тогда интересная связь может возникнуть между психологией и гуманитарными предметами, например, литературой. В данной статье мы рассмотрим опыт практического применения бинарного урока в целях профилактики и коррекции суицидального поведения обучающихся.

В период с ноября 2012 года по декабрь 2012 года *В.Ф.Чернодуб*, педагог-психологМБОУ СОШ №29 станицы Петровской Славянского районаприняла участие в выполнении технического задания №60 Департамента Образования г. Москвы на проведение научно-исследовательской работы по теме: «Создание условий для оказания комплексной психолого-педагогической и информационной помощи в кризисной ситуации для подростков и молодежи, направленных на профилактику суицидального поведения несовершеннолетних». Данная работа осуществлялась под руководством доцента кафедры психологии Московского Гуманитарного Университета, старшего научного сотрудника ЦЭПП Московского городского психолого-педагогического университета, старшего научного сотрудника лаборатории экстремальной психологии Федерального медико-биологического центра, преподавателя кафедры экстремальной медицины, психологии и психофизиологии ИППО им. А.И. Бурназяна, кандидата психологических наук *А.А. Кучера*.

В процессе исследования были опрошены около 400 школьников 5-11 классов по методикам: ПСН-В (автор Кучер А.А.), «Цвет-гештальт Q-сортировка», тест Майерс-Бриггс, опросник «ВкС» (автор Чернодуб В.Ф.), шкала безнадежности Бека, шкала «Суицидальные мысли». За отведенные на НИР сроки обработать полученные результаты и опросить всю желаемую и необходимую группу не удалось.

В связи с последними двумя факторами было принято решение об открытии на базе МБОУ СОШ №29 экспериментальной площадки **«Профилактика подростково-юношеского суицида в условиях общеобразовательного учреждения»,** в рамках деятельности, которой можно было не только завершить начатое масштабное исследование, но и определить новые цели и задачи психопрофилактической работы.

Проект муниципальной экспериментальной площадки «Профилактика подростково-юношеского суицида в условиях общеобразовательного учреждения», разработанныйВ.Ф. Чернодуб прошёл процедуру рецензирования и получил поддержку на кафедре психологии Краснодарского краевого института дополнительного профессионального педагогического образования.

Для обучения проведению психокоррекционного урока в декабре 2013 года на базе МБОУ Лицей №1 МБУО КМЦ г. Славянска-на-Кубани был организован и проведен дистанционный семинар «Психокоррекционная сущность и содержание урока по написанию сочинения в рамках общеобразовательной школы, обеспечивающего коррекцию аутоагрессивных тенденций подростков школьного возраста (коррекция заниженной самооценки, чувства вины и антивитальных переживаний)». Обучающий семинар провел научный руководитель проекта А.А. Кучер. В результате проведенного дистанционного семинара к участию в проекте присоединились *Н.В. Трохан*, педагог-психолог МБОУ СОШ №23 п. Целинного и *В.А. Горбенко*, педагог-психолог МБОУ СОШ №25 ст. Анастасиевской Славянского района. В настоящее время на базе МБОУ СОШ №29 и присоединившихся к проекту школ проводится экспериментальная работа по определению эффективности урока, представленного на дистанционном семинаре.

**Психокоррекционный урок литературы *«Русалочка»*** является авторской разработкой А.А. Кучера. После прочтения сказки Г.Х. Андерсена «Русалочка» (или просмотра одноимённого отечественного мультфильма) детям предлагается написать собственную сказку о том, как принц отправился в гости к Русалочке. При этом в сочинении предлагается использовать несколько обязательных образов: *Русалочка, подводные водоросли, морские ежи, ракообразные, акула, медуза, осьминог, подводная пещера, мурена, глубоководная впадина*.

Методологической основой урока выступает имагопедагогика и имаготерапия, работа с глубинными образами на неосознаваемом уровне. Психокоррекционная концепция заключается в том, что в соответствии с технологией имагогики, потенциальному суициденту предъявляются архетипы, взаимосвязанные с агрессией, которая была когда-либо направлена на человека и породила у него аутоагрессию.

Если таковая взаимосвязь у личности есть, то аутоагрессивный стимул провоцирует психофизиологическую реакцию (учащение пульса, повышение температуры тела, потоотделение, слезы, бледность, тремор, затруднение дыхания и т.п.), прохождение которой в последующей релаксационной зоне психотехники, отрабатывают проблему.

Приведём архетипы, связанные с агрессией и порождающие аутоагрессию:

* Водоросли, морские ежи, ракообразные – агрессия равного по статусу социального окружения;
* Мутная вода – неосознаваемая агрессия;
* Акула – материнская агрессия;
* Осьминог – отцовская агрессия;
* Медуза, морской скат, мурена – агрессия вышестоящего по статусу социального окружения.

Процесс написания сочинения детьми на уроке литературы сопровождает педагог-психолог. Его наблюдение за реакциями обучающихся и оказание им психологической поддержки является важной и содействует достижению лучшего эффекта психокоррекционного урока. Когда фиксация на определённых негативных переживаниях выявлена, ребенок приглашается психологом для индивидуального консультирования.

**Цель этой работы** – вызов телесных реакций, которые, с последующим переходом в зону комфорта, обеспечат отработку аутоагрессии.

Учитель русского языка и литературы, который совместно с педагогом-психологом проводит психокоррекционный урок, должен пройти специальную подготовку. У участников эксперимента она была обеспечена в ходе дистанционного семинара. Учитель выставляет оценки за данное сочинение, как за любое другое по учебно-тематическому плану.

Если урок не проходит как бинарный, и за его проводит педагог-психолог, он может преподнести данное сочинение как конкурс на выявление творческих способностей.

В данной статье представляются результаты психокоррекционных уроков «Русалочка» по двум школам, принявшим участие в инновационном проекте.

В эксперименте МБОУ СОШ №25 ст. Анастасиевской участвовало 37 учащихся 5-х классов. Урок был проведен педагогом-психологом данного УО В.А. Горбенко. Учащимся было предложено написать сочинение на заданную тему по сказке Г. Х. Андерсена «Русалочка». Ребятам было объявлено, что будет оцениваться креативность сочинения, как сказки наоборот. В начале урока ученикам был предложен цветовой тест Люшера, для определения настроения младших подростков на начало занятия. Такой же тест они прошли по окончанию урока в целях оценки динамики состояния. Результат приведен в таблице 1.

**Таблица 1**

|  |  |
| --- | --- |
| **На начало урока** | **После окончания урока** |
| 24 ученика с положительным настроением | 26 учеников с положительным настроением |
| 4 ученика – негативное настроение, огорчение и потребность в эмоциональной разрядке и отдыхе | 7 учеников – несколько повышенное деловое возбуждение |
| 3 - возбужденное, гневное настроение | 2- негативное состояние, стремление уйти от проблем |
| 3- тревожность, неуверенность в своих силах | 1- чувство беспокойства и настороженности, стремление скрыть это чувство |
| 2- сильное напряжение, стремление избавиться от негативного стрессового состояния | 1- чувство беспокойства, стремление к строгому контролю над собой, чтобы избежать ошибки. |
| 1- негативное состояние, ощущение враждебности окружающих и желание оградиться от среды |  |

Ученик с негативным настроением на начало занятия, в конце урока продемонстрировал по тесту Люшера улучшенное настроение, которое перешло в деловое возбуждение. У двух учеников в изначально стрессовом состоянии на начало урока, состояние изменилось к концу урока на положительное и деловое настроение. Четверо учеников с негативным настроением изменили свое состояние на несколько повышенное деловое возбуждение. Трое учащихся с гневным настроением, также изменили его на более спокойное, уравновешенное состояние.

Эти результаты позволили В.А. Горбенко констатировать факт положительного воздействия урока на учащихся 5-х классов и сделать вывод о целесообразности его дальнейшего использования педагогом-психологом и учителем русского языка.

Один их учащихся 5 класса, в котором проходил психокоррекционный урок, находился по результатам цветодиагностики в негативном психоэмоциональном состоянии на начало занятия. Сочинение мальчика было неожиданно креативным и имело интересную линию сюжета. Ребенок очень серьезно подошел к написанию сочинения, задавал вопросы о том, что можно, чего нельзя писать, проявляя некоторую тревожность. В его сочинении подробно были описаныводоросли, морские ежи и ракообразные, что говорит *об агрессии равного по статусу социального окружения*. И действительно, из бесед с его одноклассниками было выяснено, что мальчик является «изгоем» в классе. Для оказания психологической поддержки и создания ситуации успеха, педагог-психолог предложил зачитать его сочинение перед всем классом, что очень понравилось автору творческой работы. В конце урока его настроение улучшилось и перешло в деловое возбуждение.

В дальнейшем педагогом-психологом была проведена индивидуальная встреча и беседа с данным ребенком. Речь была мальчика тихая, неразборчивая, в кабинете у педагога-психолога он постоянно оглядывался. Было выяснено, что в семье родители бьют подростка, а в классе к нему неуважительно относятся, так как он постоянно чего-то боится. Во время проведения данного урока подросток увидел в психологе поддержку и очень обрадовался интересу к его сочинению. В настоящее время работа с подростком и его родителями продолжается совместно с классным руководителем и социальным педагогом.

МБОУ СОШ № 23 поселка Целинного Славянского района также приняла участие в проекте МБОУ СОШ №29 ст. Петровской. Экспериментальная группа состояла из девяти учащихся 6-9 классов, которые показали высокий уровень тревожности, а также тем или иным образом высказывали суицидальные намерения по результатам диагностике более раннего периода, когда оценка психоэмоционального состояния учащихся проводилась по запросу администрации школы.

В диагностической работе были использованы тест «Исследование тревожности» (опросник Спилбергера) и методика исследования самооценки (автор Будасси). При первичной диагностике уровень личностной тревожности был высоким у 4 учащихся, что составило 45% участников группы, низкую самооценку имели также 4 учащихся (45 %). При повторной диагностике после проведенного психокоррекционного урока уровень личностной тревожности был высоким у 1 учащегося, что составило 11 %, а низкую самооценку имели 3 подростка (33 %). Снижение тревожности на разный уровень произошло у всех подростков, участвующих в эксперименте. Динамика показателей низкой самооценки и высокой личностной тревожности представлена на Рисунке 1.

Рисунок 1. – Изменение показателей высокой личностной тревожности и низкой самооценки

Хотелось бы рассказать об одной ученице, которая до урока по результатам диагностики показала очень низкий уровень самооценки и высокий уровень тревожности, при этом по особенностям её поведения это сложно было предположить как учителю, так и психологу. Самым ярким и аффективно заряженным образом в сказке для этой девочки оказался *образ акулы*. Образ акулы символически связан с образом агрессивной матери. Во время индивидуальной беседы с психологом, когда шла работа с образом акулы, девочка проявила замкнутость и страх прояснения взаимоотношений с матерью. На телесном уровне девочка-подросток проявляла беспокойство, переминаясь с ноги на ногу, совершала беспорядочные движения руками. Таким образом, для проработки негативных чувств, связанных с матерью, на сознательном уровне девочка была закрыта.

Проработка агрессии произошла на символическом уровне автоматически, благодаря оперированию образами в сочинении. Девочка описала сценарий успеха в схватке принца и кровожадной акулы. Храбрость принца помогла ему выжить и уйти от акулы. Повторная диагностика показала, что уровень самооценки стал практически адекватный, а уровень тревожности снизился. Таким образом, девочка изменила представление о самой себе, найдя ресурсы в сложных отношениях с матерью и подняв самооценку.

В настоящее время в ходе экспериментальной работы на базе общеобразовательных школ Славянского района Краснодарского края продолжается решение задач по подтверждению валидности авторских методик диагностики склонности к совершению суицида, внедрению психодиагностического инструментария определения «группы риска» детей и подростков, склонных к совершению самоубийства, применению бинарного психокоррекционного урока.

**Литература:**

1. Биркин А.А., Войцех В.Ф., Костюкевич В.П., Кучер А.А. Теория и практика выявления и предупреждения самоубийств в деятельности практического психолога, Изд-во ГУВД Кемеровской обл., 2003 г., 266 с.

2. Кучер А.А. Теория и практика профилактики и коррекции в ситуации суицидального риска, Изд-во МосГУ, 2004 г., 271 с.

3. Рыженко С.К. Организация системы профилактики суицидального поведения обучающихся в образовательных учреждениях // Материалы III краевой научно-практической конференции «Психологическя служба как ресурс развития современногот образования». – Сб. – Краснодар, 2014 . – С. 3-11.

4. Чернодуб В.Ф. Исследование и профилактика подростково-юношеского суицида // Психология, социология и педагогика. – Декабрь, 2011. - №3 (Электронный ресурс). URL: <http://psychology.snauka.ru/2011/12/88>