

Тема: «Психологическая помощь подростку с суицидальными паттернами: межведомственное взаимодействие как ресурс жизни»

Уважаемые коллеги,
мы с вами сегодня собрались, чтобы обсудить одну из самых сложных и ответственных задач современной практической психологии – профилактику насилия, буллинга и суицидального поведения среди несовершеннолетних.

Эта тема не просто актуальна – она предельно чувствительна, поскольку связана с судьбами детей, с теми моментами, когда граница между жизнью и её утратой становится слишком тонкой.

В профессиональном поле психолога, педагога, социального работника, медицинского специалиста или сотрудника правоохранительной системы вопрос профилактики – это не только набор мер, но прежде всего вопрос человеческого участия и готовности действовать сообща.

Сегодня я хочу поговорить о подростке не как о носителе риска, а как о человеке, который ищет опору, и о нас – как о тех, кто способен эту опору дать.

Ключевое слово нашей встречи – взаимодействие.

Не отчётность, не обмен информацией, а именно – профессиональное, скоординированное, осмысленное взаимодействие специалистов, объединённых одной целью – **сохранением жизни ребёнка.**

1. Сущность и психологическая характеристика подростка с риском девиантного и суицидального поведения

Современные подростки формируются в условиях высокой информационной перегрузки, неопределённости и социального давления. Их психика адаптивна, но одновременно уязвима: внутренняя устойчивость ещё не сформирована, а эмоциональные реакции зачастую предельно интенсивны.

Подросток с суицидальным или агрессивно-девиантным паттерном поведения – это, как правило, не человек, стремящийся

разрушить, а человек, ищущий способ быть услышанным. Его действия – не всегда осознанный протест, часто это язык боли.

С психологической точки зрения, мы можем выделить три уровня проявлений такого состояния:

1. **Поведенческий уровень** – импульсивность, агрессия, уходы из дома, самоповреждения, нарушение дисциплины.

Это видимый слой, на который первыми реагируют педагоги, полиция, иногда – медицинские службы.

Ошибка этого уровня – «борьба с симптомом», а не с причиной.

2. **Эмоциональный уровень** – тревога, апатия, чувство стыда, эмоциональное выгорание, ощущение одиночества.

Этот слой часто скрыт и виден только специалистам, владеющим навыками наблюдения и диагностики.

3. **Смысловой уровень** – кризис идентичности, утрата веры в собственную значимость, отсутствие жизненных перспектив.

Здесь подросток нуждается не столько в контроле, сколько в смысле, в возможности вновь увидеть себя частью жизни.

Важно понимать: суицидальный риск формируется не одномоментно – это процесс, и если мы научимся рано распознавать паттерн, то сможем предотвратить необратимое.

2. Межведомственное взаимодействие как система опоры

Профилактика – это не только функция школы или психолога. Это сложная, многослойная система, в которой каждый субъект имеет своё место.

Взаимодействие специалистов разных ведомств – образования, здравоохранения, социальной защиты, правоохранительных органов – должно быть не формальным, а живым, процессуальным.

Главная цель такой работы – создание непрерывного поля сопровождения подростка.

Никакая ведомственная структура по отдельности не в состоянии справиться с кризисом, который имеет личностную, семейную и социальную природу одновременно.

Когда каждый специалист действует в своей профессиональной «ячейке», теряется целостность картины.

Межведомственное взаимодействие – это не просто «передача информации», это создание системы связи и взаимной ответственности.

Эффективное взаимодействие требует трёх компонентов:

- Единого понимания цели.
- Ясного распределения ролей.
- Непрерывности коммуникации.

3. Психологическая метафора подростка: «Одуванчик»

Позвольте привести метафору, которая, на мой взгляд, наиболее точно отражает внутренний мир подростка с уязвимой психикой.

Представьте одуванчик.

Он кажется простым и хрупким. Но пока его корни в земле, он живёт, тянется к свету. Однако достаточно одного сильного порыва ветра – и семена разлетаются, теряя опору.

Подросток в кризисе – это тот же одуванчик.

Он колюч, защищается, его поведение может быть протестным, агрессивным.

Но под этой колючестью – тончайшая уязвимость, страх быть отвергнутым, боль от потери внутренней опоры.

Наша задача как специалистов – не сделать из одуванчика розу, а помочь ему сохранить корни и выстоять под ветром.

Метафора помогает не только специалистам, но и родителям, педагогам – она переводит разговор о «проблемном ребёнке» в язык понимания и принятия.

4. Алгоритм межведомственного сопровождения «С.О.П.Р.О.В.О.Ж.Д.Е.Н.И.Е.»

Для практической работы важно иметь чёткую систему действий. Модель «С.О.П.Р.О.В.О.Ж.Д.Е.Н.И.Е.» отражает последовательность шагов, которые необходимо предпринять в первые 72 часа после выявления кризисного состояния.

С – Сопровождение.

Первый этап – быть рядом. Не с вопросами и советами, а с присутствием.

Фраза: «Я рядом, пока тебе тяжело».

Это точка удержания контакта. Здесь важна не речь, а эмоциональное присутствие.

О – Оценка риска.

Определяется степень угрозы. Важно задавать открытые, поддерживающие вопросы: «Что сейчас самое тяжёлое?»

Без давления и допроса.

П – Поиск первого ресурса.

Любое действие, возвращающее контроль над жизнью: прогулка, разговор, небольшая задача.

Главное – вернуть подростку ощущение «я могу».

Р – Разрыв изоляции.

Создание безопасных социальных связей: вовлечение значимого взрослого, учителя, наставника.

О – Организация межведомственной команды.

Психолог, педагог, соцработник, врач и при необходимости сотрудник полиции должны действовать как единая система, а не параллельно.

В – Взаимодействие с семьёй.

Семья может быть и источником травмы, и ресурсом.

Главное – не обвинять, а включить в процесс осознанного участия.

О – Определение ответственного куратора.

Кто координирует шаги, контролирует связь и информирование.

Ж – Жизненные смыслы.

Постепенно возвращаем ребёнку ощущение ценности собственной жизни через микродостижения и признание.

Д – Динамическое наблюдение.

Регулярная обратная связь между ведомствами, фиксация состояния подростка.

Е – Единое информационное поле.

Документирование, согласование действий и наблюдений.

Н – Непрерывность.

Сопровождение должно длиться не неделю, а столько, сколько необходимо для стабилизации состояния.

И – Индивидуализация подхода.

Нельзя использовать шаблон; каждый случай требует личностного анализа.

Е – Единая цель.

Не закрыть кейс, а восстановить подростка как субъекта собственной жизни.

5. Практические примеры (кейсы)

Позвольте кратко привести три типичных сценария.

Кейс 1.

Подросток после конфликта в школе совершает попытку ухода из жизни.

Школа сообщает в комиссию, но не связывается с родителями.

Информация теряется между ведомствами.

Через неделю – рецидив.

Причина: отсутствие единого куратора и живого взаимодействия.

Кейс 2.

Педагог сразу уведомляет школьного психолога.

Психолог связывается с социальным работником и участковым. В течение четырёх часов выстроен контакт с родителями, назначено совместное посещение дома. Через трое суток подросток возвращается к учебной деятельности, проходит курс психотерапевтической поддержки. Результат: кризис преодолён, сформированы устойчивые опоры.

Кейс 3.

После стабилизации подросток возвращается в школу, где ранее подвергался буллингу.

Ситуация рецидива повторяется, но уже с более мягкой динамикой.

Вывод: работа по профилактике буллинга должна быть параллельной, а не последующей – это элемент единой системы, а не отдельная акция.

6. Работа с семьёй и этические принципы

Семья – ключевой, но сложный элемент системы профилактики.

Родители часто сами находятся в состоянии дезориентации, страха, чувства вины.

Важно научить их не контролировать, а слышать.

Психолог должен помочь семье перейти от позиции «что с ним не так?» к позиции «что с ним происходит?».

В общении с родителями необходимо:

- сохранять уважение и конфиденциальность,
- объяснять границы профессиональной этики,
- предлагать конкретные формы участия (не «следите за ним», а «проведите вместе час без телефонов»).

Работа с семьёй – это восстановление эмоциональных связей.

Здесь особенно важна позиция принятия без оправдания: понимать, но не оправдывать, помогать, но не спасать вместо.

7. Роль психолога в межведомственном взаимодействии

Психолог является тем звеном, которое соединяет ведомственные позиции в единое смысловое пространство.

Его функция – аналитическая и интегративная: видеть не только симптом, но и динамику состояния; не только действия, но и их последствия.

Психолог обеспечивает:

- диагностику уровня кризиса;
- координацию помощи;
- супервизионную поддержку специалистов других ведомств;
- методическое сопровождение педагогов и родителей.

Психолог – не посредник, а системный навигатор процесса.

Именно он способен удержать фокус внимания на личности подростка, а не на формальной стороне вопроса.

8. Этический и профессиональный баланс

Работа в кризисе всегда находится между двумя рисками: с одной стороны – опасность эмоционального выгорания специалиста, с другой – опасность чрезмерного вовлечения.

Задача профессионала – удерживать границы эмпатии и компетентности.

Помогая подростку, важно не стать для него «единственным источником жизни», а сформировать систему, в которой есть и другие опоры.

9. Завершение. Метафора «Мост»

Позвольте закончить на образе, который сопровождает мою практику.

Когда подросток оказывается в состоянии внутреннего обвала, он стоит на краю, где кажется, что шаг вперёд – единственный выход.

Наша задача – построить мост.

Мост из человеческих отношений, из доверия, из совместной ответственности.

Мост, который соединяет его сегодняшний страх и завтрашнюю надежду.

Пока этот мост стоит – подросток не упадёт.

М.О.С.Т. операционная модель межведомственного взаимодействия.

М.О.С.Т. Межведомственная Опора Сопровождения Траектории

Многоагентность: Не «один спасает» – команда синхронизируется: школа меняет среду, медицина поддерживает тело, соцзащита – семью, психолог – внутренний мир.

Опережающее присутствие. Не ждём кризиса. Замечаем «тихие звоночки»: резкое падение интереса, фразы «мне всё равно», отказ от еды/сна >48 ч – и включаем алгоритм СОПРОВОЖДЕНИЕ

Согласованность без разрывов. Каждый специалист не «передаёт дело», а остаётся в цепочке: психолог → соцработник → педагог → врач → обратно к психологу. Единый куратор (чаще – школьный психолог) держит нить.

Терпимость к боли (без осуждения). Мы не «успокаиваем» и не «чиним». Мы выдерживаем: «Я рядом, пока тебе тяжело». Именно эта терпимость взрослого становится для подростка доказательством: «Мир не ужасен – этот человек не ушёл».

Мы не ангелы-хранители и не герои-спасатели. МЫ – МОСТ! Не идеальный. Не вечный. Но прочный!

Мы – специалисты, умеющие выдерживать боль другого, не разрушаясь.

Ключевой тезис: Один ведомственный взгляд видит «симптом». Только межведомственная картина – «паттерн».

И именно через межведомственное взаимодействие, через соединение наших усилий, знаний и сердец, мы создаём пространство, где ребёнок может выбрать ЖИЗНЬ!

Заключительные слова

Коллеги, профилактика суицидального поведения и насилия – это не борьба с девиантностью.

Это создание среды, где ребёнку безопасно быть собой, где у него есть взрослые, способные выдержать его боль, услышать и помочь восстановить внутренние корни.

Пусть каждый из нас в своей профессиональной сфере будет тем, кто помогает «одуванчику» остаться в земле, а не улететь ветром отчаяния.

Мы часто ищем сложные методики, забывая, что главный инструмент психолога – это человек. *Человеку нужен человек*

«Чтобы подросток выбрал жизнь, рядом должен быть взрослый, который умеет выдерживать его боль – не спасая, а сопровождая».

Это уже начало пути к восстановлению.

Пусть наша совместная работа помогает подросткам верить, что взрослые – это те, к кому можно обратиться, когда становится невыносимо.

Суицидальный паттерн ≠ кризис.

Спасибо за внимание.