

Социально-психологическое сопровождение подростков, склонных к суицидальному поведению

Кузнецова Елена Владимировна¹

¹Новосибирский государственный педагогический университет,
Куйбышевский филиал, Куйбышев, Россия

Аннотация. Введение. Цель исследования – определить специфические особенности проектирования социально-психологического сопровождения подростков, склонных к суицидальному поведению. Актуальность исследования определяется противоречием между разработанностью научных подходов к превенции суицидального поведения в образовательной среде и недостаточной сформированностью практической компетентности педагогов-психологов в данной области. Это противоречие вызвано объективной сложностью проблемы и ее социокультурной табуированностью. Осознание высокой степени социальной значимости и тяжести последствий суицидального поведения определяет необходимость поиска новых, эффективных средств его психолого-педагогического сопровождения. *Методология.* Генезис суицидального поведения может быть концептуализирован в двух взаимодополняющих парадигмах, как следствие, социально-психологической дезадаптации, инициированной микросоциальным конфликтом либо как результат диалектического взаимодействия экзогенных (средово-ситуационных) и эндогенных (личностно-диспозиционных) факторов. Данный дуализм подчеркивает полиморфную природу феномена. Данный феномен носит сложный биосоциальный характер и является следствием комплексного воздействия на индивида ряда условий. В числе ключевых предикторов исследователи выделяют выраженное желание смерти (танатотропию), наличие предшествующего опыта аутоагрессивных действий, а также низкий уровень тревоги перед смертью, что обладает высокой прогностической значимостью. Суицидальный риск концептуализируется как состояние повышенной вероятности суицида, возникающее в результате взаимодействия трех ключевых групп факторов: 1) аффективных (лабильность эмоционального состояния), 2) когнитивных (нарушения мышления) и 3) социальных (изоляция и низкое качество поддержки). Таким образом, определение раскрывает внутренний психологический контекст подростка, подчеркивая полиморфную природу риска. *Результаты исследования.* Целью социально-психологического сопровождения подростков группы суицидального риска является создание комплексных условий для преодоления кризиса и предотвращения суицида через реализацию взаимосвязанных направлений: диагностического, консультативного, коррекционно-развивающего, профилактического и организационного (междисциплинарное взаимодействие). Эффективность данной модели обусловлена ее мультисистемностью, подразумевающей работу на интрапсихическом, интерперсональном и социальном уровнях. Ключевыми целями психологического воздействия определены коррекция самоотношения, формирование социальных навыков и развитие жизнестойкости, что составляет основу для успешной адаптации и снижения рисков дезадаптивного поведения. *Заключение.* Ключевыми психологическими предикторами суицидального поведения в подростковом возрасте являются повышенная личностная тревожность, дисфункциональное самоотношение, неконструктивный копинг и низкая жизнестойкость. Эти эмпирически выявленные маркеры формируют содер-

жательную основу для разработки целевых коррекционных программ психологического сопровождения данной категории.

Ключевые слова: подростки; суицид; склонность к суицидальному поведению; личностные особенности; социально-психологическое сопровождение

Для цитирования: Кузнецова Е. В. Социально-психологическое сопровождение подростков, склонных к суицидальному поведению // Конструктивные педагогические заметки. – 2025. – № 4 (28). – С. 85–98.

Scientific article

Social and psychological support of adolescents prone to suicidal behavior

Kuznetsova Elena Vladimirovna¹

¹*Novosibirsk State Pedagogical University, Kuibyshev branch,
Kuibyshev, Russia*

Abstract. Introduction. The purpose of the study is to determine the specific designs of the socio-psychological accompaniment of adolescents prone to suicidal behavior. The relevance of the study is determined by the contradiction between the development of scientific approaches to the prevention of suicidal behavior in the educational environment and the insufficient formation of the practical competence of educational psychologists in this area. This contradiction is caused by the objective complexity of the problem and its socio-cultural taboo. Awareness of the high degree of social significance and severity of the consequences of suicidal behavior determines the need to search for new, effective means of its psychological and pedagogical support. *Methodology.* The genesis of suicidal behavior can be conceptualized in two complementary paradigms: as a consequence of socio-psychological maladaptation initiated by microsocial conflict, or as a result of the dialectical interaction of exogenous (medium-situational) and endogenous (personality-dispositional) factors. This dualism emphasizes the polymorphic nature of the phenomenon. This phenomenon is of a complex biosocial nature and is a consequence of the complex impact on an individual of a number of conditions. Among the key predictors, the researchers distinguish: a pronounced desire for death (thanatopathy), the presence of previous experience of auto-aggressive actions, as well as a low level of anxiety before death, which has a high prognostic significance. Suicidal risk is conceptualized as a state of increased suicide probability resulting from the interaction of three key groups of factors: 1) affective (lability of emotional state), 2) cognitive (impaired thinking), and 3) social (isolation and poor quality of support). Thus, the definition reveals the inner psychological context of the adolescent, emphasizing the polymorphic nature of risk. *Research results.* The purpose of the socio-psychological support of adolescents of the suicidal risk group is to create complex conditions for overcoming the crisis and preventing suicide through the implementation of interconnected areas: diagnostic, advisory, correctional, developmental, preventive and organizational (interdisciplinary interaction). The effectiveness of this model is due to its multisystem nature, which implies work at the intrapsychic, interpersonal and social levels. The key targets of psychological impact are identified: the correction of self-relationship, the formation of social skills and the development of resilience, which forms the basis for successful adaptation and reducing the risks of maladaptive behavior. *Conclusion.* Key psychological predictors of suicidal behavior in adolescence are: increased

personal anxiety, dysfunctional self-relationship, unconstructive coping, and low resilience. These empirically identified markers form the content basis for the development of targeted correction programs for psychological support of this category.

Keywords: adolescents, suicide, suicidal behavior, personality traits, socio-psychological support

For citation: Kuznetsova E. V. Social and psychological support of adolescents prone to suicidal behavior. *Constructive pedagogical notes*, 2025, no. 4 (28), pp. 85–98.

Введение. Проблема суицидального поведения личности в современном мире является наиболее острой для общества. Согласно позиции Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) показатель суицидальной смертности выступает ключевым индикатором состояния общественного здоровья, интегральным критерием качества жизни населения и репрезентативным маркером социально-экономического и политического благополучия общества, что обуславливает его приоритетность в рамках государственной политики. Классификация акта суицида как преднамеренного самоповреждения со смертельным исходом позволяет отнести его к категории предотвратимой смертности, что, в свою очередь, актуализирует необходимость разработки и реализации целевых превентивных стратегий. Особую актуальность данная проблема приобретает в связи с ростом численности лиц подросткового возраста, имеющих склонность к развитию кризисных состояний. Характер суицидального поведения подростков становится более осознанным и мотивированным, что приводит к увеличению количества завершённых суицидов. Данная тенденция представляет огромную опасность для сохранения жизни подрастающего поколения. Безусловно, подростковый возраст закономерно является кризисным периодом развития, но ситуация во много раз усложняется, если подросток характеризуется склонностью к суицидальному поведению. В связи с этим представляется актуальным изучение детерминант формирования склонности к суицидальному поведению подростков, выделение детей «группы риска» с целью оказания им своевременной психологической помощи.

Проблема девиантного поведения и эмоционально-личностного неблагополучия обучающихся находится в фокусе внимания педагогических работников, школьных психологов и родительского сообщества. Суицидальное поведение рассматривается как крайняя форма проявления данного неблагополучия. Рост числа суицидальных попыток среди подросткового контингента, наблюдаемый в течение последних 20 лет, послужил катализатором для формирования общественного запроса на организацию целенаправленной психологической помощи несовершеннолетним с отклоняющимся поведением. В рамках реализации данного запроса были внедрены организационно-методические новации: социально-психологическое тестирование и выделение в качестве обязательного компонента работы социально-психологического сопровождения обучающихся, относящихся к группам кризисного и суицидального риска.

Таким образом, актуализируется потребность в разработке эффективной системы социально-психологического сопровождения подростков с суицидальными рисками. Несмотря на то что в российской образовательной системе за последнее десятилетие сформировалась практика сопровождения как комплексной технологии поддержки развития, обучения и социализации ребенка, наблюдается устойчивое

противоречие. Оно заключается в наличии научно обоснованных моделей превенции и одновременно в крайне низком уровне практической психолого-педагогической компетентности в данной области. Указанный диссонанс детерминирован полиморфностью проблемы и ее социокультурной табуированностью. Осознание высокой социальной значимости и трагических последствий суицидального поведения определяет императив его глубокого изучения и поиска адресных средств психолого-социального вмешательства.

Важным аспектом рассматриваемой проблемы является и то, что сопровождение подростков со склонностью к суицидальному поведению часто рассматривается как психологическая поддержка, направленная на удовлетворение психологических потребностей развития их личности, однако учет социальных потребностей подростков не менее важен, так как связь сопровождения с социальной адаптацией в период подростничества очевидна.

Методология. Суицидальное поведение подростков представляет собой сложное и многогранное явление, включающее как когнитивные, так и поведенческие аспекты, проявляющиеся в различных формах: от суицидальных мыслей до завершенных суицидов. В рамках исследования социально-психологического сопровождения подростков, склонных к такому поведению, особое внимание следует уделить понятию суицидального риска. Это понятие играет ключевую роль в понимании механизмов предрасположенности подростков к саморазрушению и позволяет выделить факторы, требующие приоритетного вмешательства.

Среди отечественных авторов понятие «суицидальный риск» рассматривается с разных позиций, что отражает его сложность и многогранность. А. Г. Амбрумова рассматривает суицидальный риск как состояние повышенной вероятности возникновения суицидальных действий, связанное с динамикой эмоционального состояния, когнитивных нарушений и социальной изоляции, а также с недостаточной социальной поддержкой [1]. Данное определение детализирует внутренние состояния подростка, подчеркивая роль эмоционального и когнитивного компонентов, а также влияния социальной среды. Г. В. Старшенбаум определяет суицидальный риск как степень вероятности реализации суицидального поведения, обусловленную взаимодействием личностных, социальных и ситуационных факторов, включая наличие психопатологической симптоматики, кризисных ситуаций и специфических установок личности [12]. Это определение подчеркивает многофакторный характер суицидального риска, акцентируя внимание на влиянии как внутренних, так и внешних условий. В рамках данного исследования оно представляется наиболее подходящим, так как позволяет рассмотреть проблему с точки зрения комплексного взаимодействия факторов, что важно для разработки эффективных стратегий социально-психологического сопровождения.

Г. В. Старшенбаум выделяет следующие показатели суицидального риска [12].

1. Эмоциональное состояние – уровень тревожности, депрессивные проявления, эмоциональная нестабильность. Эти характеристики позволяют выявить субъективное состояние подростка, которое может сигнализировать о высоком риске суицидального поведения.

2. Когнитивные установки – наличие суицидальных мыслей, пессимистических взглядов на будущее, снижение когнитивной гибкости. Эти аспекты отражают внутренний диалог подростка и его восприятие сложных жизненных ситуаций, что важно для прогнозирования поведения.

3. Социальная поддержка – качество отношений в семье, с ровесниками, уровень изоляции или конфликта в социальной среде. Данный показатель выявляет, насколько подросток чувствует себя защищенным и принятым, что является важным фактором в профилактике суицидального риска.

4. Поведенческие маркеры – склонность к саморазрушающему поведению, импульсивность, участие в рискованных действиях. Эти данные позволяют судить о проявлениях риска на уровне действий.

5. История психотравм – наличие в анамнезе кризисных событий, потерь или насилия, которые могут способствовать повышенной уязвимости. Этот показатель помогает учитывать индивидуальную историю подростка, способствующую формированию суицидального риска.

Выделение этих показателей основывается на интеграции личностных, когнитивных и социальных аспектов суицидального риска, что соответствует определению Г. В. Старшенбаума. Использование данных показателей в данном исследовании позволяет комплексно анализировать риск и целенаправленно разрабатывать программы социально-психологического сопровождения подростков, направленные на предотвращение суицидального поведения.

Е. Н. Вержицкая и С. В. Полилов полагают, что недостаточно развитые копинг-стратегии (механизмы, позволяющие справляться со стрессом и трудностями) у подростков являются одним из ключевых факторов, повышающих риск формирования суицидального поведения, однако они часто оказываются неэффективными или незрелыми. Это связано с недостаточной эмоциональной зрелостью, отсутствием конструктивных моделей поведения и повышенной тревожностью, характерной для этого возраста. В условиях, когда подросток сталкивается с внутренними конфликтами или внешними трудностями, его неспособность адекватно реагировать на стресс приводит к нарастанию чувства беспомощности и безнадежности [3].

Неконструктивные копинг-стратегии проявляются в избегании проблем, эмоциональном подавлении, агрессивных реакциях или пассивности. Такие способы реагирования усиливают внутреннее напряжение и изоляцию, создавая замкнутый круг, в котором каждая новая трудность воспринимается как подтверждение личной несостоятельности. Вместо поиска решений подросток может погружаться в самообвинения, накапливая негативные эмоции, которые в конечном итоге могут привести к ощущению тупика, где суицид воспринимается как единственное решение.

Е. Н. Вержицкая и С. В. Полилов пишут о том, что особенно опасно сочетание повышенной тревожности и негативного самоотношения. Тревожные подростки склонны воспринимать проблемы как неразрешимые, а свои возможности – как недостаточные. Негативное самоотношение усиливает эти установки, формируя убеждение, что они сами виноваты в своих трудностях или недостойны помощи. В результате вместо обращения за поддержкой подросток замыкается в себе, что значительно усугубляет ситуацию. Недостаточно развитые копинг-стратегии не только подрывают способность подростков справляться с повседневными проблемами, но и усиливают склонность к деструктивному поведению. Это может проявляться через употребление психоактивных веществ, самоповреждения или полное избегание любых попыток разрешить сложившиеся конфликты. В конечном итоге такая модель поведения делает подростков особенно уязвимыми перед суицидальными мыслями, так как они теряют способность видеть альтернативные пути выхода из кризисной ситуации [3].

Теория Э. Шнейдмана постулирует, что суицид является целенаправленной попыткой прекращения невыносимой психической боли, порожденной фрустрированными потребностями. Это состояние сопровождается когнитивным сужением, при котором индивид воспринимает самоубийство не как трагедию, а как единственное практическое решение для выхода из непреодолимой кризисной ситуации [17].

Т. И. Бонкало и О. Б. Полякова вводят понятие «туннельного сознания» как синонима феномена когнитивного сужения. Данное состояние характеризуется радикальной редукцией поведенческого репертуара, при которой из поля восприятия индивида исчезают альтернативные варианты решения проблемы. Ключевым механизмом этого процесса выступает дихотомизация мышления («черно-белое мышление», «либо-либо»), которая возникает в состоянии аффекта или паники. Это приводит к формированию ригидной убежденности, что существует лишь два исхода: мгновенное и чудесное разрешение всей ситуации либо полное прекращение существования. В рамках этой искаженной логики суицид воспринимается не только как уход от боли, но и как акт тотального разрыва связей с прошлым [7].

В. А. Тихоненко предложил модель поэтапного развития суицидального поведения, включающую четыре фазы: 1) антивитальные переживания (диффузное отрицание жизни); 2) пассивные суицидальные мысли (неконкретизированные фантазии о смерти); 3) суицидальные замыслы (разработка плана на фоне аффективного напряжения) и 4) суицидальные намерения (принятие волевого решения о реализации плана). Данная модель описывает трансформацию внутренних переживаний во внешнее деструктивное действие [13].

Как полагает В. Д. Менделевич, суицидальное поведение детерминировано процессом накопления опыта саморазрушения. Указанный опыт формируется постепенно, начинаясь с идеаторного уровня (пассивные мысли о смерти, интерес к суицидальной тематике, ее отражение в творчестве) и трансформируясь в уровень действий – от рискованного поведения (экстремальные хобби, употребление ПАВ) до прямых самоповреждающих действий. Последовательное прохождение этих стадий приводит к формированию поведенческого паттерна, снижающего порог сопротивления суицидальным импульсам и создающего предпосылки для реализации суицида [8].

С точки зрения О. С. Шириной, ключевым условием реализации суицидального акта является преодоление фундаментального страха смерти. Этот процесс осуществляется через механизм постепенной десенсибилизации – снижения чувствительности к опасности и боли в результате систематического переживания стрессовых и травмирующих событий. К ним относятся преднамеренные самоповреждения, случайные травмы, а также целенаправленное рискованное поведение. Данный опыт переживания психических и физических травм формирует повышенную толерантность к физической боли и психологическую привыкаемость к риску, что в совокупности снижает инстинктивный барьер на пути к совершению суицида [16].

Таким образом, вышеобозначенные условия формирования суицидального поведения репрезентируют собой индивидуальный опыт столкновения со смертью и практик саморазрушения, который оказывает непосредственное воздействие на трансформацию личностного отношения к дихотомии «жизнь-смерть». Данный тезис находит эмпирическое подтверждение в исследовании Е. А. Шаминой, которое демонстрирует, что подростки, пережившие утрату в результате суицида или смерти значимых близких, склонны испытывать интенсивное чувство отчаяния,

способствующее формированию иррационального интереса к теме смерти. Аналогичная динамика наблюдается у несовершеннолетних с выраженными симптомами депрессии и высокой интенсивностью суицидальных мыслей и поведения [14].

Таким образом, на основании анализа теоретических источников можно констатировать, что суицидальное поведение интерпретируется в современной науке в качестве сложного, поликаузального феномена. Его этиология объясняется через две взаимодополняющие модели: модель социально-психологической дезадаптации в условиях микросоциального конфликта и интегративную модель взаимодействия ситуационных и личностных факторов. Универсальным признается его сложный биосоциальный характер. К числу наиболее релевантных прогностических индикаторов отнесены наличие суицидальных интенций, антисуицидального барьера (низкая тревога смерти) и предшествующего опыта саморазрушения.

Суицидальный риск понимается как латентное состояние высокой вероятности реализации суицидальных действий, детерминированное негативной динамикой аффективной сферы, когнитивной дисфункции и процессов социальной дезинтеграции, усугубляемое дефицитом протективной социальной поддержки. Представленная дефиниция операционализирует внутренние предикторы риска у подростковой популяции, акцентируя взаимовлияние эмоционального, когнитивного и социального факторов.

Выделенные показатели суицидального риска – эмоциональное состояние, когнитивные установки, уровень социальной поддержки, поведенческие маркеры и история психотравм – обеспечивают комплексный подход к его диагностике.

Таким образом, под понятием «суицидальный риск» рассматривается степень вероятности реализации суицидального поведения, обусловленная взаимодействием личностных, социальных и ситуационных факторов, включая наличие психопатологической симптоматики, кризисных ситуаций и специфических установок личности. Выделенные показатели суицидального риска – эмоциональное состояние, когнитивные установки, уровень социальной поддержки, поведенческие маркеры и история психотравм – обеспечивают комплексный подход к его диагностике.

Среди параметров выраженности склонности к суицидальному поведению выделяется личностная тревожность, негативное самоотношение, неконструктивные копинг-стратегии, депрессивные проявления, эмоциональная нестабильность, качество отношений в семье, уровень изоляции, импульсивность, участие в рискованных действиях.

Результаты исследования, обсуждение. Суицидальное поведение подростков представляет собой одну из наиболее острых проблем современного общества, требующую пристального внимания специалистов в области психологии, педагогики и социальной работы. Высокая уязвимость подростков в силу их возрастных и психосоциальных особенностей, а также сложность распознавания суицидальных намерений обуславливают необходимость создания эффективных механизмов поддержки. В этом контексте организация социально-психологического сопровождения приобретает ключевое значение, так как именно этот подход позволяет обеспечить комплексное воздействие на личностные и социальные аспекты жизни подростка, снижая риски аутоагрессивного поведения. Однако для эффективной реализации социально-психологического сопровождения важно четко определить его сущность, цели и задачи.

По мнению М. Р. Битяновой, психолого-педагогическое сопровождение представляет собой системную профессиональную деятельность, направленную на соз-

дание социально-психологических условий, обеспечивающих успешность учебной деятельности, эмоциональное благополучие и позитивное психическое развитие ребенка в образовательной среде [2]. Автор трактует социально-психологическое сопровождение как процесс создания условий для личностного развития и социальной адаптации индивида, включающий профилактическую, диагностическую, консультативную и коррекционную работу. Определение подчеркивает процессуальный подход и включает основные виды деятельности (профилактика, диагностика, консультации и коррекция).

Целью психолого-социального сопровождения является профилактика личностных девиаций и нарушений онтогенеза, а также содействие в разрешении интрапсихических конфликтов для обеспечения непрерывности личностного роста.

Для реализации данной цели решаются следующие задачи:

- 1) ранняя диагностика: своевременная идентификация проблем в эмоционально-личностной сфере;
- 2) анализ генеза: дифференциация объективных (средовых) и субъективных (личностных) причин выявленных нарушений;
- 3) коррекционно-развивающая работа: целенаправленная деятельность по реконструкции внутренних (психологических) и внешних (социальных) условий, необходимых для гармоничного развития личности [2].

Е. В. Декина, К. С. Шалагинова определяют социально-психологическое сопровождение как систему профессиональной помощи, направленную на развитие личности, гармонизацию ее взаимодействия с социальной средой и предупреждение возможных отклонений в психическом здоровье и поведении. Определение акцентирует внимание на профилактике отклонений и развитии личности, что важно для работы с подростками, склонными к суицидальному поведению. Однако его общий характер может ограничивать детализацию механизмов сопровождения [5].

Согласно позиции Р. В. Овчаровой, понятие «сопровождение» имеет двойственную природу. С одной стороны, это направление работы, сущность которого заключается в поддержке естественного развития, кризисной интервенции и психологическом обеспечении воспитательного процесса. С другой стороны, это специфическая технология, то есть формализованная последовательность действий психолога для реализации этих задач [9]. Роль психолога состоит в создании условий для продуктивного движения личностного развития самостоятельно выбранным путем, помощи при осуществлении личных выборов, решения конфликтов, освоения методов познания.

М. Н. Швецова отмечает, что основная цель социально-психологического сопровождения состоит в том, чтобы через погружение во внутренний мир ребенка выстроить с ним терапевтическое взаимодействие, направлять процесс его самопознания. Результатом социально-психологического сопровождения становится развитие адаптивности, то есть способности достигать равновесия в отношениях с собой и окружающими [15].

Необходимо акцентировать внимание на том, что ключевым принципом организации сопровождения подростков группы суицидального риска является его комплексный характер, направленный на восполнение дефицита как психологических, так и социальных потребностей, лежащих в основе успешного личностного развития и социальной интеграции. Используемый термин «социально-психологическое сопровождение» методологически корректен, поскольку он снимает дуализм

между узкопсихологическим (внутренняя поддержка) и сугубо социальным (внешняя адаптация) подходами. Данный термин репрезентирует интегративную модель, в которой психологический аспект обеспечивает развитие личностных ресурсов, а социальный – формирует условия для успешной адаптации в обществе.

Е. В. Декина, К. С. Шалагинова отмечают, что эффективность социально-психологического сопровождения подростков, «группы риска», определяют следующие факторы:

- учет индивидуально-психологических особенностей подростков;
- контроль семейной ситуации;
- информирование подростков о тех видах поддержки, которую они могут получить в образовательном учреждении;
- взаимодействие субъектов сопровождения;
- реализация индивидуального подхода [5].

Социально-психологическое сопровождение подростков, склонных к суицидальному поведению, представляет собой систематическую деятельность, направленную на создание условий для сохранения психического здоровья, обеспечения социальной адаптации и предотвращения суицидального риска. Ввиду специфики данной категории подростков, работа должна быть комплексной и включать несколько ключевых направлений: консультирование, диагностика, коррекционно-развивающая работа, профилактическая деятельность и междисциплинарное взаимодействие.

Консультирование подростков, склонных к суицидальному поведению, является одной из первоочередных задач социально-психологического сопровождения. Это направление ориентировано на выявление и разрешение актуальных проблем подростков, которые могут провоцировать кризисные состояния. Цели консультирования включают создание доверительных отношений между подростком и специалистом; оказание эмоциональной поддержки в сложных ситуациях; выявление и снижение уровня суицидальной тревоги; поиск ресурсов для преодоления кризиса. Для успешного консультирования важно использовать методы активного слушания, эмпатии, рефлексии чувств подростка, а также применять когнитивно-поведенческие и гуманистические подходы. Консультирование может проводиться не только с подростками, но и с их родителями или законными представителями, так как семейная динамика играет значительную роль в формировании суицидальных рисков.

Диагностическая работа предполагает сбор и анализ информации о психологическом состоянии подростка, его социальном окружении и индивидуальных особенностях личности. Основные задачи диагностики: выявление факторов риска, таких как высокая тревожность, депрессивные состояния, наличие акцентуаций характера или психопатологических черт; определение уровня суицидального риска – от минимального (идеаторные мысли) до максимального (планирование и подготовка суицидальных действий); изучение микросоциальной ситуации подростка: взаимоотношения в семье, школе, со сверстниками.

Коррекционно-развивающая работа направлена на снижение уровня суицидального риска путем изменения дезадаптивных установок, развития личностных ресурсов и повышения устойчивости к стрессу. Основные направления коррекционно-развивающей работы: развитие навыков эмоциональной регуляции (подростки учатся осознавать и выражать свои чувства, находить конструктивные способы

преодоления негативных эмоций); формирование стрессоустойчивости и навыков преодоления трудностей (это достигается через тренинги и упражнения, направленные на развитие копинг-стратегий); повышение самооценки и формирование позитивного самоотношения. С этой целью используются когнитивно-поведенческая терапия, арт-терапия, работа с самообразами. Коррекционно-развивающая работа может быть как индивидуальной, так и групповой. Групповые занятия способствуют социализации, укрепляют межличностные связи и создают пространство для обмена опытом, что особенно важно для подростков, переживающих чувство одиночества.

Профилактика является неотъемлемой частью социально-психологического сопровождения. Ее цель – предотвращение возникновения суицидального поведения путем снижения воздействия факторов риска и усиления защитных факторов. Основные задачи профилактики: информирование подростков о способах решения проблем и преодоления кризисных ситуаций; обучение конструктивным способам общения и разрешения конфликтов; формирование позитивного отношения к жизни. Профилактическая работа может включать лекции, тренинги, информационные кампании и разработку образовательных материалов. Важно акцентировать внимание на просвещении родителей и педагогов, так как они играют ключевую роль в раннем выявлении признаков кризиса.

Успешная помощь подросткам, склонным к суициду, требует участия специалистов различных областей: психологов, психиатров, социальных работников, педагогов, а иногда и юристов. Цели междисциплинарного взаимодействия – создание единой стратегии работы с подростком; обеспечение комплексного подхода к решению его проблем; контроль за выполнением рекомендаций всеми участниками сопровождения. Эффективное взаимодействие предполагает регулярное проведение совещаний, обсуждение планов работы и обмен информацией между специалистами.

Так, О. А. Севастьянова рассматривает аутоагрессию как защитный механизм, редуцирующий тревогу и нивелирующий воздействие семейной дисфункции. Подростки с суицидальными тенденциями демонстрируют дефицит конструктивных навыков преодоления эмоционального напряжения, компенсируя его ригидным использованием стратегии избегания. Профиль их совладающего поведения характеризуется доминанцией четырех ключевых стратегий: конфронтация, поиск поддержки, избегание и положительная переоценка [11].

Анализ исследований Е. Н. Вержицкой и С. В. Полилова [3] позволяет выявить значимые корреляции между склонностью к суицидальному поведению и использованием специфических копинг-стратегий, в частности самоконтроля и избегания.

Подавление эмоций и их сокрытие от окружающих приводит к интенсивному внутреннему напряжению. Накопленный аффект на фоне невозможности дальнейшего сдерживания может реализоваться в форме суицидальной попытки как радикального способа «разрядки».

Ключевые факторы риска согласно исследованию:

- дефицит стратегии поиска социальной поддержки – отказ от помощи усиливает изоляцию и субъективное восприятие неразрешимости проблем;
- использование избегания – уход от проблем через фантазирование, зависимое поведение (алкоголь, игры) или их игнорирование приводит к их кумуляции и повышению психологической нагрузки;

- отсутствие навыков адаптивного совладания – сочетание гиперконтроля и избегания блокирует проработку трудностей, формируя установку на радикальное решение – отказ от жизни.

Таким образом, неконструктивный копинг (избегание, подавление эмоций, отсутствие запроса на помощь) выступает значимым предиктором суицидального риска в подростковой среде.

Еще одной личностной характеристикой, от которой зависит формирование склонности к суицидальному поведению, является жизнестойкость – способность человека быть устойчивым к различным трудностям. По данным ряда современных исследований суицидального поведения (А. И. Еремеева, К. В. Керина, Е. С. Руденко), жизнестойкость оказывается ключевой личностной переменной, опосредующей влияние стрессогенных факторов на личность подростка [6; 7; 10]. Жизнестойкость называют одной из характеристик личности, позволяющих человеку справиться с тяжелой жизненной ситуацией. Жизнестойкость, выступая в роли личностного ресурса, опосредует влияние стресса через использование эффективных стратегий совладания (coping) и через механизм когнитивной оценки, при котором стрессовые ситуации воспринимаются как менее угрожающие и более управляемые. Это предотвращает развитие деструктивного психоэмоционального напряжения.

В. А. Гуружапов полагает, что самоотношение подростка также выступает необходимым условием гармонических отношений человека и с самим собой, и другими людьми, с которыми он вступает в общение и взаимодействие [4]. Самоотношение как непосредственно-феноменологическое выражение личностного смысла «Я» для самого субъекта организует активность, обеспечивает побуждение и оказывает влияние на мотивационную сферу, постановку целей, задач.

Также Р. В. Овчарова отмечает, что самоотношение имеет принципиальное значение для формирования личности в целом и таких ее качеств, как уверенность в себе, настойчивость, в достижении желаемых результатов, самокритичность или, напротив, неуверенность, некритическое отношение к себе. Именно самоотношение становится важнейшим условием эмоционального благополучия [9].

Таким образом, социально-психологическое сопровождение подростков с суицидальным риском представляет собой комплексную деятельность, структурированную по следующим направлениям: психологическая диагностика, консультативная работа, коррекционно-развивающие вмешательства, профилактика и междисциплинарное взаимодействие. Синергетический эффект данных компонентов направлен на купирование кризисного состояния и минимизацию суицидальных рисков. Максимальная эффективность, выражающаяся в достижении устойчивых результатов и сохранении жизни несовершеннолетних, обеспечивается мультисистемным подходом, интегрирующим воздействие на уровне индивида, ближайшего микросоциального окружения и широкого социума.

Ключевыми целевыми ориентирами сопровождения выступают формирование позитивного самоотношения, развитие социально-адаптивных компетенций, повышение уровня жизнестойкости и формирование эффективных копинг-стратегий, что в совокупности создает условия для успешной реинтеграции личности в общество.

Заключение. Социально-психологическое сопровождение подростков, склонных к суицидальному поведению, включает несколько направлений: консультирование, диагностику, коррекционно-развивающую работу, профилактическую деятельность и междисциплинарное взаимодействие. Каждый из этих компонен-

тов вносит свой вклад в создание условий для преодоления кризисного состояния и предотвращения суицидального поведения. Комплексный подход, сочетающий работу на уровне личности подростка, его окружения и социальной среды, является наиболее эффективным для достижения устойчивых результатов и сохранения жизни и здоровья подростков.

Анализ факторов, способствующих формированию суицидального поведения у подростков, позволяет выделить ряд ключевых личностных проблемных зон, которые играют значимую роль в повышении риска подобных проявлений. К их числу относятся высокий уровень личностной тревожности, отражающий постоянное переживание чувства беспокойства и страха; негативное самоотношение, включающее низкую самооценку, чувство ненужности и обиды; преобладание установок, связанных с неадекватными когнитивными стратегиями. Комплекс этих факторов формирует у подростков уязвимость к стрессовым ситуациям и снижает их адаптационные ресурсы, что создает условия для развития суицидальных тенденций. Эти личностные характеристики, взаимодействуя с внешними социальными и ситуационными условиями, подчеркивают необходимость изучения их влияния в контексте гипотезы о роли данных проблемных зон в склонности к суицидальному поведению.

На основе теоретического анализа мы можем предположить, что для подростков, склонных к суицидальному риску характерен специфический симптомокомплекс психологических особенностей, включающий высокую личностную тревожность, негативное самоотношение, использование неадаптивных копинг-стратегий и сниженный уровень жизнестойкости. Данный комплекс признаков обладает высокой диагностической ценностью и выступает в качестве системы мишеней для проектирования и реализации программ психолого-педагогического сопровождения, направленных на коррекцию выявленных дезадаптивных характеристик.

Список источников

1. Амбрумова А. Г., Бородин С. В., Михлин А. С. Предупреждение самоубийств. – М.: Наука, 2000. – 219 с.
2. Битянова М. Р. Организация психологической работы в школе. – М.: Совершенство, 1997. – 298 с.
3. Вержицкая Е. Н., Полилов С. В. Взаимосвязь склонности к суицидальному поведению с копинг-стратегиями у молодежи // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. – 2021. – № 5-3. – С. 128–133.
4. Гуружапов В. А. Педагогическая психология: учебное пособие для среднего профессионального образования. – М.: Юрайт, 2024. – 493 с.
5. Декина Е. В., Шалагинова К. С. Психолого-педагогическое сопровождение развития общения у подростков группы риска [Электронный ресурс] // Концепт. – 2024. – № 7. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologo-pedagogicheskoe-soprovozhdenie-razvitiya-obscheniya-u-podrostkov-gruppy-riska> (дата обращения: 13.09.2025).
6. Еремеева А. И. Первичная профилактика суицидального поведения подростков: психолого-педагогические методы диагностики [Электронный ресурс] // Вестник науки. – 2024. – № 6 (75). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/pervichnaya-profilaktika-suitsidalnogo-povedeniya-podrostkov-psihologo-pedagogicheskie-metody-dagnostiki> (дата обращения: 13.09.2025).
7. Керина К. В. Психологическая профилактика суицидального поведения у подростков [Электронный ресурс] // Цифровая наука. – 2021. – № 10. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskaya-profilaktika-suitsidalnogo-povedeniya-u-podrostkov> (дата обращения: 13.09.2025).

8. Менделевич В. Д. Медицинская психология. – М.: Феникс, 2024. – 464 с.
9. Овчарова Р. В. Педагогическая психология. Социально-педагогическая запущенность: учебное пособие для среднего профессионального образования. – М.: Юрайт, 2025. – 155 с.
10. Руденко Е. С. Формы и факторы суицидального поведения подростков [Электронный ресурс] // Научный результат. Педагогика и психология образования. – 2022. – № 2. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/formy-i-factory-suitsidalnogo-povedeniya-podrostkov> (дата обращения: 13.09.2025).
11. Севастьянова О. А., Иванов Д. В. Психологическая профилактика формирования суицидального поведения у подростков [Электронный ресурс] // Бюллетень науки и практики. – 2024. – № 5. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskaya-profilaktika-formirovaniya-suitsidalnogo-povedeniya-u-podrostkov> (дата обращения: 13.09.2025).
12. Старшенбаум Г. В. Подростки. Расстройства поведения и настроения. Тесты, упражнения, рекомендации. – М.: Когито-Центр, 2023. – 544 с.
13. Тихоненко В. А. Позиция личности в ситуации конфликта и суицидальное поведение // Российский психиатрический журнал. – 1998. – № 3. – С. 21–24.
14. Шамина Е. А. Выявление риска суицидального поведения у подростков [Электронный ресурс] // Теория и практика современной науки. – 2021. – № 6 (72). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vyyavlenie-riska-suitsidalnogo-povedeniya-u-podrostkov> (дата обращения: 13.09.2025).
15. Швецова М. Н. Социально-психологическое сопровождение замещающей семьи. – М.: Прометей: МПГУ, 2013. – 187 с.
16. Ширина О. С. Суицидальное поведение среди подростков: личностные особенности, причины и стратегии психологической профилактики [Электронный ресурс] // Вестник науки. – 2024. – № 6 (75). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/suitsidalnoe-povedenie-sredi-podrostkov-lichnostnye-osobennosti-prichiny-i-strategii-psihologicheskoy-profilaktiki> (дата обращения: 13.09.2025).
17. Шнейдман Э. С. Разум самоубийцы. Почему молодые люди решают умереть. – М.: Бомбора, 2023. – 272 с.

References

1. Ambrumova A. G. Borodin S. V., Mikhlin A. S. *Suicide prevention*. Moscow: Nauka Publ., 2000, 219 p. (In Russian)
2. Bityanova M. R. *Organization of psychological work at school*. Moscow: Perfection Publ., 1997, 298 p. (In Russian)
3. Verzhitskaya E. N., Polilov S. V. Relationship between suicidal behavior and coping strategies in young people. *International Journal of Humanities and Sciences*, 2021, no. 5-3, pp. 128–133. (In Russian)
4. Guruzhapov V. A. *Pedagogical psychology: a textbook for secondary vocational education*. Moscow: Yurayt Publ., 2024, 493 p. (In Russian)
5. Dekina E. V., Shalaginova K. S. Psychological and pedagogical support for the development of communication in adolescents at risk. *Concept*, 2024, no. 7. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologo-pedagogicheskoe-soprovozhdenie-razvitiya-obscheniya-u-podrostkov-gruppy-riska> (accessed: 13.09.2025). (In Russian)
6. Ereemceva A. I. Primary prevention of suicidal behavior of adolescents: psychological and pedagogical methods of diagnosis. *Bulletin of Science*, 2024, no. 6 (75). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/pervichnaya-profilaktika-suitsidalnogo-povedeniya-podrostkov-psihologo-pedagogicheskie-metody-dagnostiki> (accessed: 13.09.2025). (In Russian)

7. Kerina K. V. Psychological prevention of suicidal behavior in adolescents. *Digital Science*, 2021, no. 10. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskaya-profilaktika-suitsidalnogo-povedeniya-u-podrostkov> (accessed: 13.09.2025). (In Russian)

8. Mendelevich V. D. *Medical psychology*. Moscow: Fenix Publ., 2024, 464 p. (In Russian)

9. Ovcharova R. V. *Pedagogical psychology. Social and pedagogical neglect: a textbook for secondary vocational education*. Moscow: Yurayt Publ., 2025, – 155 p. (In Russian)

10. Rudenko E. S. Forms and factors of suicidal behavior of adolescents. *Scientific result. Pedagogy and Psychology of Education*, 2022, no. 2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/formy-i-factory-suitsidalnogo-povedeniya-podrostkov> (accessed: 13.09.2025). (In Russian)

11. Sevastyanova O. A., Ivanov D. V. Psychological prevention of the formation of suicidal behavior in adolescents. *Bulletin of Science and Practice*, 2024, no. 5. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskaya-profilaktika-formirovaniya-suitsidalnogo-povedeniya-u-podrostko> (accessed: 13.09.2025). (In Russian)

12. Starshenbaum G. V. *Teenagers. Conduct and mood disorders. Tests, exercises, recommendations*. Moscow: Kogito-Center Publ., 2023, 544 p. (In Russian)

13. Tikhonenko V. A. Personal position in a conflict situation and suicidal behavior. *Russian Psychiatric Journal*, 1998, no. 3, pp. 21–24. (In Russian)

14. Shamina E. A. Identification of the risk of suicidal behavior in adolescents. *Theory and practice of modern science*, 2021, no. 6 (72). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vyyavlenie-riska-suitsidalnogo-povedeniya-u-podrostkov> (accessed: 13.09.2025). (In Russian)

15. Shvetsova M. N. *Socio-psychological support of the substitute family*. Moscow: Prometheus Publ.: MPG U, 2013, 187 p. (In Russian)

16. Width O. S. Suicidal behavior among adolescents: personal characteristics, reasons and strategies for psychological prevention. *Bulletin of Science*, 2024, no. 6 (75). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/suitsidalnoe-povedenie-sredi-podrostkov-lichnostnye-osobennosti-prichiny-i-strategii-psihologicheskoy-profilaktik> (accessed: 13.09.2025). (In Russian)

17. Schneidman E. S. *The Mind of Suicide. Why young people decide to die*. Moscow: Bombora Publ., 2023, 272 p. (In Russian)

Информация об авторе

Е. В. Кузнецова, кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии и педагогики, Новосибирский государственный педагогический университет, Куйбышевский филиал, Куйбышев, Россия.

Information about the author

E. V. Kuznetsova, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor of the Department of Psychology and Pedagogy, Novosibirsk State Pedagogical University, Kuibyshev Branch, Kuibyshev, Russia.

Поступила: 30.07.2025

Одобрена после рецензирования: 30.08.2025

Принята к публикации: 30.09.2025

Received: 30.07.2025

Approved after review: 30.08.2025

Accepted for publication: 30.09.2025