

Таблица 2

		м.логъатза	ш.логматзад	м.сллог	ш.сллог
Spearman's rho	м.логъатза	Correlation Coefficient	1,000	,283	-,091
		Sig. (2-tailed)	.	,068	,563
		N	25	25	25
	ш.логматзад	Correlation Coefficient	,283	1,000	-,011
		Sig. (2-tailed)	,068	.	,942
		N	25	25	25
	м.сллог	Correlation Coefficient	-,091	-,011	1,000
		Sig. (2-tailed)	,563	,942	.
		N	25	25	25
	ш.сллог	Correlation Coefficient	,304(*)	-,047	,127
		Sig. (2-tailed)	,050	,756	,415
		N	25	25	25

* Уровень корреляции значим на уровне 0,05.

Кроме того, эффективность решения умственных задач зависит от особенностей логического мышления и умения анализировать, т.е. от развития словесно-логического мышления. Результаты данного исследования позволяют сделать вывод, что решение умственных задач имеет высокие показатели результативности при одновременном применении практического и теоретического мышления. Нужно отметить, что в спортивной деятельности в, частности шахматистов, решение умственных задач требует такие индивидуальные характеристики мышления как глубина, гибкость, широта, быстрота и сообразительность. Успешность их деятельности будет высокой при самостоятельном синтезировании новых ходов из элементов имеющихся знаний. А деятельность студентов-математиков связана с полу самостоятельным осмысливанием и преобразованием учебного материала. Успешность решения ими умственных задач будет высокой, если они будут применять одновременно примеры из усвоенного знания и поиска новых идей.

СУИЦИДЫ В ПОДРОСТКОВОЙ СРЕДЕ

КАК МОЛЬБА О ПОМОЩИ

Полушина А.В., Лесовская М.И.

Красноярский государственный аграрный университет,
Красноярск, e-mail: polushina_93@mail.ru

«... Самоубийство – мольба о помощи, которую никто не услышал...»

Р. Алеев

Самоубийство, или суицид – это целенаправленное лишение себя жизни. В период депрессии в силу тягостного состояния, подавленного инстинкта самосохранения, невыносимой душевной боли, могут возникать мысли о самоубийстве – суицидальные мысли, которые обычно свидетельствуют о тяжести депрессии.

Особого внимания заслуживает данный феномен в подростковой среде. В литературе обсуждается множество причин суицидального поведения тинейджеров: несоответствие между потребностями, желаниями и отсутствием умения найти способы их удовлетворения; отказ от поиска выхода из сложных ситуаций; низкий уровень самоконтроля; неспособность ослаблять нервно-психическое напряжение; эмоциональная нестабильность, импульсивность; повышенная внушаемость, бескомпромиссность; отсутствие жизненного опыта и пр. [5]. Кроме того,

причиной подростковых самоубийств чаще всего являются бедность, отношения в семье и со сверстниками, алкоголь и наркотики, неприятности с учёбой, неразделённая любовь, пережитое в детстве насилие, социальная изоляция, неизлечимые болезни.

По мировой статистике, число самоубийц превышает количество жертв убийств, террористических актов и войн, вместе взятых. Каждые 20 секунд один человек заканчивает жизнь самоубийством, а каждые 2 секунды кто-то безуспешно пытается свести счеты с жизнью [1]. При этом взрослые мужчины в четыре раза чаще, чем взрослые женщины, прибегают к суициду, однако женщины в два-три раза чаще предпринимают попытки самоубийства. Одни авторы этих исследований считают причины подобного явления неизвестными, другие считают, что в основе подобного поведения лежат гендерные психологические особенности, например повышенная демонстративность женщин.

Опросы, проведённые в различных странах мира, показывают, что до 80 % подростков периодически задумываются о том, чтобы покончить с собой. Причины подобных настроений, ранжированные по степени значимости, образуют убывающий ряд: несчастная любовь; смерть кого-то из родных или друзей; целенаправленная травля, угрозы, систематические унижения; физические издевательства, изнасилования, побои; непонимание окружающими, одиночество; финансовые проблемы; нереализованность в жизни (творческая, профессиональная, романтическая); потеря смысла жизни; потеря интереса к жизни, усталость от жизни; проблемы со здоровьем; боязнь наказания за совершенный проступок и страх осуждения со стороны родных или общества; желание начать жизнь заново (для верящих в реинкарнацию). Приведённый перечень преимущественно ориентирован на внутренние побуждения (мотивы) людей. Однако побудительную силу имеют и внешние воздействия (стимулы), проверяющие людей на их способность «держать удар». Для подростка роль таких внешних стимулов играет закономерная смена социальной среды при переходе от периода обучения (осень-зима) к каникулам (весна-лето). Смена окружения, ритма жизни, социальных ожиданий и запросов формирует совокупность психологических стресс-факторов, тестирующих адаптивность личности.

Поэтому целью исследования был анализ опубликованной в литературе информации о динамике подростковых суицидов в России. Результаты, полученные на основе статистических данных за 2012 год, представлены ниже (рисунок).

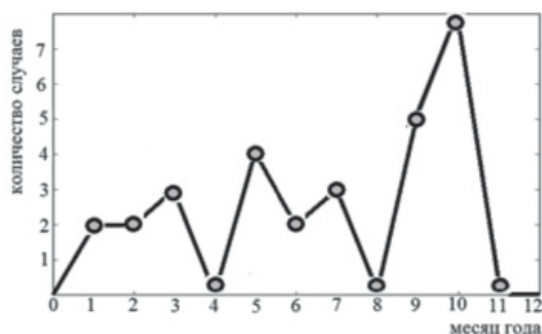


Рисунок. Сезонная динамика суицидов в подростковой среде (по данным: РосСтат, 2012 г.)

Из рисунка видно, что в зимнее время количество случаев суицида постоянно и минимально, что, по-видимому, объясняется адаптированностью к среде, включённостью в привычное окружение и предсказуемый ход событий. В первый же весенний месяц уровень суицидов возрастает вдвое, затем быстро падает (апрель — 0 случаев), но к маю появляется еще более высокий пик. В летний период наблюдаются резкие скачки, вероятно, отражающие собой социальной адаптивности в связи с поездками подростков в туристические лагеря, свободным отдыхом подростков вдали от дома и школы. В этих ситуациях подростки оказываются предоставленными сами себе, оказываются вне зоны внимания родителей и педагогов. Период новых знакомств и впечатлений, погружения в новые виды деятельности заканчивается; не каждый тинейджер может справиться с объемом новой информации и ситуационных коллизий. Это подтверждается тем, что к сентябрю суицид среди подростков многократно возрос и к октябрю достиг пика, а к зиме вновь нивелировался.

Установлено, что частота суицидов среди российской молодежи в течение последних двух десятилетий удвоилась [3]. У 30% лиц в возрасте 14–24 лет бывают суицидальные мысли, 6% юношей и 10% девушек реализуют их. Из общего количества суицидов 90% совершают люди с психотическими состояниями и лишь 10% — без психотических расстройств. Есть данные, что лишь в 10% суицидальное поведение является самоцелью, а в 90% случаев суицидальное поведение подростка является способом привлечения к себе внимания.

По данным главного управления МВД России по Красноярскому краю, за прошлый год в регионе произошло 33 случая суицида среди подростков до 18 лет, не считая неудавшихся попыток (предположительное соотношение суицидов и их попыток составляет 1/10). Следовательно, можно предполагать, что за год несовершеннолетние предпринимали более 300 попыток самоубийства. Это очень тревожная статистика, но еще более настораживает равнодушное отношение общества к этой проблеме. Так, в интернете не боятся рекламировать себя «клубы для самоубийц», открыто проводящие опросы на тему: «Какой способ самоубийства вы бы выбрали». На форуме уже ответили свыше 1600 подростков [4]. Наиболее популярным способом оказалось отравление таблетками (28,4%), затем следует прыжок с крыши (18,4%), третье и четвертое место делят способы «застрелиться» и «вскрыть вены» (16% и 15,4% соответственно). Мало кто мечтает умереть в петле или под колесами машины, поезда. Особую тревогу вызывает следующий факт. Согласно тому же опросу, почти 13% подростков мечтают умереть «по-другому». Остается

только гадать, на что способна детская фантазия, деформированная иллюзиями виртуальной реальности.

Такой социокультурный феномен, как суицид, сопровождает всю историю человечества. Культурные традиции, включающие отношение к суициду, включают всю шкалу: от резкого осуждения (Древняя Греция, современная Европа и Латинская Америка) до вполне терпимого (Китай) и даже возведенного в ранг доблести (Япония, ритуальные самоубийства — харакири). В настоящее время, когда сильны тенденции глобализма и стирания межнациональных границ, эволюционируют и ментальные устои. Тем важнее для общества, заинтересованного в самосохранении, своевременно реагировать на тревожные тенденции. В частности, представляется необходимым отметить негативную роль СМИ, подробно освещающих трагические случаи. В психологии с 1974 года известен эффект (синдром) Вертера, заключающийся в волне подражающих самоубийств именно после широкого освещения исходного факта в прессе, на телевидении, а в настоящее время в web-пространстве и социальных сетях. Эту взаимосвязь на протяжении семи лет изучал Дэвид Филиппс (1986) на основании данных о почти тринадцати тысячах самоубийств подростков в связи с соответствующими телерепортажами в новостях и на первых полосах газет. Они обнаружили, что число самоубийств значительно возрастало по прошествии от 0 до 7 дней после такой истории в новостях и коррелировало ($r = 0,52$) с количеством программ, передававших репортаж. Эта корреляция имела значение только для подростков, а не для взрослых, и была гораздо сильнее для девочек, чем для мальчиков [5]. Подросткам, как никому, свойственная неуверенность в себе, аффилиация, подражательность в житейских ситуациях. Не видя решения своей проблемы, они воспринимают известие о чем-то самоубийстве как своеобразную подсказку и пытаются копировать действия тех, кто, по их мнению, во многом на них похож. Волну самоубийств, прокатившуюся после смерти Мэрилин Монро, Дэвид Филиппс также приписал действию эффекта Вертера.

В Австрии, где в 80-е годы XX века количество самоубийств в метро стало «зашкаливать», в 1987 г. Венский Центр Кризисной помощи совместно с сотрудниками Венского метрополитена организовал своеобразный эксперимент: минимизировали освещение фактов «смерти на рельсах». В результате уже через месяц количество самоубийств в метро снизилось почти в 3 раза. С тех пор в австрийской прессе действует запрет на освещение подобных трагических событий.

В наш информационный век запрет на новости невозможен, но этого и не требуется. Необходимо другое: не обывательский интерес к жестоким подробностям, а комментарии с моральной оценкой недопустимости легкомысленного отношения не только к собственной жизни, а к благополучию и душевному покою родных и близких людей, которые также оказываются жертвами подросткового суицида. В свою очередь, именно ближайшее окружение юного человека — семья, близкие и значимые для него люди — должны совершать повседневную психологическую работу по формированию его души. «Мольба о помощи», о которой говорится в эпитафии, должна быть услышана, и подросток не должен оставаться один на один со своими проблемами. Это нелегкое, но совершенно необходимое дело в масштабе каждой семьи и социума в целом.

Список литературы

1. Паперно И. Самоубийство // Самоубийство как культурный институт. — М., 1999. — С. 5–98.

2. Мартыненко А.В. Суицид в молодежной среде // Знание. Понимание. Умение. – 2005. – № 1. – С. 139–141.
3. Вроно Е. Что толкает в петлю // Деловой мир. – 1994. – С. 30.
4. Материалы обсуждения темы на форуме в социальной сети «ВКонтакте» // Красивая смерть – 2011.
5. Матяш А.А. Профилактика суицида // Прогноз суицидальной активности. – 2012. <http://matyash.info/profilaktika-suicida-prognosz-sentyabr-2012.htm>.

ДЕТСКИЕ СТРАХИ И ПУТИ ИХ ПРЕОДОЛЕНИЕ

Саржанова А.С., Егенисова А.К.¹

*Каспийский государственный университет технологий
и инжиниринга им. Ш. Есенова, Актау,
e-mail: asb_77@mail.ru*

Нелегко найти человека, который бы никогда не испытывал чувства страха. Беспокойство, тревога, страх – такие же неотъемлемые эмоциональные проявления нашей психики, как и радость, восхищение, гнев, удивление, печаль. Подавляющее большинство страхов обусловлены возрастными особенностями и имеют временной характер. Детские страхи, если к ним правильно относиться, понимать причины появления, чаще всего исчезают бесследно.

Если же они болезненно заострены или сохраняются длительное время, то это служит признаком неблагополучия, говорит о нервной ослабленности ребёнка, неправильном поведении родителей, наличие у них самих страхов, конфликтных отношений в семье, чрезмерной опекой.

Страхи появляются у 40% детей и могут получить отголоски во взрослой жизни. Поэтому задача каждого родителя, воспитателя и педагога-психолога вовремя помочь ребёнку справиться с его страхами. Страх является наиболее опасной эмоцией. Организм человека устроен так, что борьба со страхом не может продолжаться долго. На биологическом уровне реакция на страх – выделение в кровь большого количества адреналина, вызывающего в организме человека гормональный взрыв. На психологическом уровне – это боязнь ситуаций (предметов, людей, событий), влекущих за собой выделение данного гормона. Страхи у детей появляются вместе с познавательной деятельностью, когда ребенок растет и начинает исследовать окружающий мир. Он развивается в социуме, и ведущую роль в воспитании играют взрослые. Поэтому от того, насколько грамотны будут наши слова и поведение, зависит психическое здоровье малыша.

Причины возникновения детских страхов. Существует несколько причин возникновения страха. Первая и наиболее понятная причина – конкретный случай, который напугал ребенка (укусила собака, застрял в лифте). Такие страхи легче всего поддаются коррекции. Но не у всех детей, покусанных собакой, развивается стойкий, заметный окружающим страх.

Во многом это зависит от особенностей характера ребенка (тревожность, мнительность, пессимизм, неуверенность в себе, зависимость от других людей и т.д.). А эти черты характера могут возникнуть, если родители сами запугивают малыша: «Не будешь спать – заберет Баба-яга!». Самые распространенные – это внушенные страхи. Их источник – взрослые (родители, бабушки, воспитатели), которые произвольно, иногда слишком эмоционально, предупреждают ребенка об опасности, часто даже не обратив внимания на то, что его напугало больше: сама ситуация или реакция на нее взрослого. В результате ребенок воспринимает только вторую часть фраз: «Не ходи – упадешь», «Не бери – обожжешься». Ребенку пока еще не ясно, чем ему это грозит, но он уже чув-

ствует тревогу, и естественно, что у него возникает реакция страха, которая может закрепиться и распространиться на исходные ситуации. Такие страхи могут зафиксироваться на всю жизнь. Еще одна из наиболее частых причин страха – детская фантазия. Ребенок нередко сам придумывает себе предмет страха. Многие из нас в детстве боялись темноты, где перед нашим взором оживали монстры и призраки, а из каждого угла на нас набрасывались чудища. Но каждый ребенок по-разному реагирует на такие фантазии. Кто-то сразу их забудет и успокоится. А у кого-то это может привести к непоправимым последствиям. Чувство страха может сформироваться из-за внутрисемейных конфликтов. Очень часто ребенок чувствует вину за конфликты родителей или боится оказаться их причиной. Нередко причиной страха становятся взаимоотношения со сверстниками. Если детский коллектив не принимает ребенка, его обижают и малыш не хочет идти в детский сад, вполне вероятно, что он боится быть униженным. Также причиной может быть распространение страхов среди детей. Например, более сильный ребенок может запугивать малыша своими историями. Причина последняя – наличие более серьезного расстройства – невроза, которое должны диагностировать и лечить медицинские работники. Проявлением невроза можно считать те страхи, которые не являются нормой для данного возраста ребенка, или очень сильное проявление страхов, которые входят в понятие нормы. Нормы страхов для детей разных возрастов приведены ниже. Что делать родителям, как им помочь ребёнку? Прежде всего, следует критически оценить семейную ситуацию, проанализировать своё поведение.

Очень часто страхи появляются у детей, когда их чересчур опекают. Когда ребёнка излишне опекают, он ощущает себя маленьким и слабым. Мир представляется ему грозным и враждебным. Иначе с чего бы взрослым оберегать каждый его шаг? А поскольку мира ребёнок не знает (ему не дают возможности с ним познакомиться по-настоящему), место знаний занимают фантазии. Незнакомое всегда страшит вдвойне.

Существуют три вида страхов. В основе классификации лежат предмет страха, особенности его протекания, продолжительность, сила и причины возникновения.

Навязчивые страхи – эти страхи ребенок испытывает в определенных, конкретных ситуациях, он боится обстоятельств, которые могут их за собой повлечь. К таким страхам относятся, например, страх высоты, закрытых и открытых пространств и др.

Бредовые страхи – самая тяжелая форма страхов, причину появления которых найти невозможно. Например, почему ребенок боится играть с какой-то игрушкой или не хочет надевать какую-то одежду. Например, он боится надевать определенные ботиночки, потому что когда-то в них поскользнулся и упал, больно ударившись, и теперь опасается повторения ситуации.

Сверхценные страхи – самый распространенный вид. Они связаны с идеями фикс и вызваны собственной фантазией ребенка. В 90% случаев практикующие психологи сталкиваются именно с ними. Сначала эти страхи соответствуют какой-либо жизненной ситуации, а потом становятся настолько значимыми, что ни о чем другом ребенок думать не может. К детскому сверхценному страху можно отнести страх темноты, в которой детское воображение поселяет ужасных ведьм, оборотней и призраков, сказочных персонажей, а также страх потеряться, нападения, воды, огня, боли и резких звуков. Смерть родителей –

¹ Научный руководитель – Егенисова А.К., канд. пед. наук, доцент.