

ДАННЫЕ ВОЗ:

- ✘ Каждый год от самоубийства умирают свыше 800 000 человек;
- ✘ Каждые 40 секунд 1 человек кончает жизнь самоубийством.
- ✘ На каждый фактический суицид приходится 20 попыток.
- ✘ Это вторая по частоте причина смерти в возрасте от 15 до 29 лет

ОПРЕДЕЛЕНИЯ

- ✘ Суицид – умышленное самоповреждение со смертельным исходом (лишение себя жизни).
- ✘ Парасуицид – это любое умышленное действие по причинению себе вреда, которое не приводит к смертельному исходу (незавершенный суицид).

ОПРЕДЕЛЕНИЯ

- ✘ Суицидальная попытка – используется для обозначения любого вида изначально не летального суицидального поведения и относится к намеренному самоотравлению, нанесенной самому себе травме или иному самоповреждению, которые могут иметь или не иметь летального намерения или исхода.
- ✘ Суицидальное поведение – типы поведения, включающие мысли о суициде, планирование самоубийства, суицидальные попытки и сам суицид.

ОБЩИЕ ЧЕРТЫ САМОУБИЙСТВ

Суицид не является случайным действием. Он никогда не бывает бессмысленным или бесцельным. Он является решением проблемы, дилеммы, брошенного кому-либо вызова, выходом из затруднений, психологического кризиса или невыносимой ситуации.

ОБЩИЕ ЧЕРТЫ САМОУБИЙСТВ

- 1- чрезмерное душевное волнение;
- 2 – сильный уровень тревоги и
- 3 - высокий летальный потенциал – обязательные составные части суицида.

ХАРАКТЕРНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА

- ✘ Чувство взрослости, желание чтобы с ним (подростком) считались;
- ✘ Демонстративность во всем;
- ✘ Повышенная ранимость;
- ✘ Эмоциональная нестабильность (резкие перепады настроения);
- ✘ Снижение родительского авторитета;
- ✘ Потребность в принятии сверстниками;
- ✘ Идентификация с группой

ХАРАКТЕРНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА

- ✘ Противоречивость:
 - Бунт против контроля со стороны взрослых и одновременно потребность в руководстве;
 - Желание близости – страх интимности;
 - Мысли о будущем – ориентация на настоящее;
 - Сексуальная зрелость часто опережает психологическую готовность.

ПОТРЕБНОСТИ, КОТОРЫЕ УДОВЛЕТВОРЯЮТСЯ В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ

- ❑ Потребность в общении
- ❑ Потребность в принятии
- ❑ Потребность в психологическом комфорте
- ❑ Потребность в познании
- ❑ Потребность в отдыхе и развлечении

Соцсети для подростков — это та маска, за которой они могут скрыть все свои недостатки.

Современные субкультуры ушли в сеть. Виртуальный мир - создает определенный транс, он действительно создает ощущение "параллельной реальности", зазеркалья. В этом трансе ослабляется критичность.

КАКИМ ОБРАЗОМ ДЕТИ ПОПАДАЮТ В ЭТИ СООБЩЕСТВА?

- ✘ Если у подростка не было и нет мыслей о самоповреждении, безысходности и самоубийстве - никакой подобный текст не вызовет внутреннего отклика.
- ✘ Подростковые самоубийства часто носят массовый и подражательный характер
- ✘ Даже в подражательных суицидах проблема лежит в жизненной ситуации подростка – когда всё и так субъективно плохо и ситуация кажется бессмысленной, упоминание о суициде начинает казаться своеобразной подсказкой, инструкцией к действию.
- ✘ Фаза, которая непосредственно ведет к самоубийству, подразумевает все большую и большую изоляцию подростка от семьи. Он хочет вернуться в то время, когда мама заботилась о его жизни. И пытается найти кого-то, кто бы о нем позаботился, приласкал его. И он пытается «прилипнуть» к другим людям.

КАКИЕ ДЕТИ ПОПАДАЮТ «В ГРУППЫ СМЕРТИ»?

- ✘ *Социальные сети могут оказать влияние лишь на тех, кто уже находится в группе риска.*
- ✘ *Материалы, опубликованные в соцсетях, могут послужить триггером суицида, но не его причиной. Группы смерти, это не причина - это СЛЕДСТВИЕ.*
- ✘ **Крайняя степень подросткового отчаяния и чувства принадлежности к определенной группе, контроля - "хоть что то я могу контролировать, например свою смерть .**

-
- ❑ Боль
 - ❑ Бессилие
 - ❑ Безнадежность
 - ❑ Нарушенные связи
 - ❑ Наличие средств и способов.

Суицид это результат социально-психологического кризиса, когда страдание настолько тяжело, что надо от него освободиться любым способом, даже уничтожением своего тела.

ПОЧЕМУ? (БЕЗ УЧЕТА ПСИХИЧЕСКИХ РАССТРОЙСТВ)

- ❑ Суицидальное поведение у детей очень редко связано с серьезными психическими заболеваниями и реактивной депрессией.
- ❑ В подавляющем большинстве случаев речь идет о ситуационных реакциях, чаще реакциях протеста. В 80% случаев их источником являются внутрисемейные конфликты (В.В. Ковалев, 1987).

ПОЧЕМУ? (БЕЗ УЧЕТА ПСИХИЧЕСКИХ РАССТРОЙСТВ)

- ✘ 80% подростковых самоубийств связаны с семейным неблагополучием. Самые распространенные проблемы: тяжелая болезнь или смерть родственника, развод родителей, алкоголизм родителей, ссоры, скандалы, жестокое обращение, случаи суицида в семье (или демонстрации суицида)
- Отсутствие гибкости (ригидность) членов семьи;
- Воспитание приемными родителями или опекунами.

ПОЧЕМУ? (БЕЗ УЧЕТА ПСИХИЧЕСКИХ РАССТРОЙСТВ)

- ✘ «скрытое неблагополучие» – психологическое насилие над ребенком. «Любящие и заботливые» мама и папа в беспокойстве о будущем ребенка лишают его настоящего.
- ✘ Несчастливая любовь. Взрослые зачастую считают подростковую любовь несерьезной. При неудачном «любовном» опыте ребенок может решить, что он неудачник, никому не нужен в этом мире.

ПОЧЕМУ? (БЕЗ УЧЕТА ПСИХИЧЕСКИХ РАССТРОЙСТВ)

- ✘ Проблемы в отношениях со сверстниками. Ребенок может чувствовать себя белой вороной, изгоем, с которым никто не хочет общаться.
- ✘ Шантаж. Цель – получение желаемого.
- ✘ В настоящее время получает распространение особый вид суицида – «потребительский».

СИТУАЦИИ ГРУППЫ РИСКА:

- Запугивание, издевательства со стороны сверстников, длительное пребывание в роли «козла отпущения» или жертвы;
- Разочарование успехами в школе, серьезные трудности в учебе;
- Высокие требования в школе к итоговым результатам обучения (экзамены);
- Безработица, проблемы с трудоустройством, тяжелое экономическое положение;
- Нежелательная беременность, аборт и его последствия.

ФАКТОРЫ СУИЦИДАЛЬНОГО РИСКА

- ✘ предшествующая попытка суицида;
- ✘ тяжелая морально-психологическая обстановка в коллективе, семье;
- ✘ смерть близкого, любимого человека, разрыв значимых отношений;
- ✘ прогрессирующая тяжелая болезнь (рак, ВИЧ и т.п.);
- ✘ переживание острого кризиса;
- ✘ эмоциональные нарушения (острые приступы паники, острое чувство вины, стыда и т.п.);
- ✘ психические заболевания;
- ✘ выраженные акцентуации личности;

ФАКТОРЫ СУИЦИДАЛЬНОГО РИСКА

- ✘ Употребление ПАВ;
- ✘ переживание самоубийства популярного в обществе или в конкретной группе человека;
- ✘ отверженность в детстве;
- ✘ воспитание в семье, где есть алкоголики, наркоманы, психические больные;
- ✘ ранняя потеря матери или обоих родителей, особенно в результате самоубийства;

ФАКТОРЫ СУИЦИДАЛЬНОГО РИСКА

- ✗ совершение уголовно-наказуемого поступка;
- ✗ получение увечий, необратимых травм (потеря зрения, слуха и т.п.);
- ✗ неразделенная любовь;
- ✗ психологическая травма в результате насилия;
- ✗ измена любимого человека, предательство близких;
- ✗ боязнь позора;
- ✗ значительные материальные и бытовые трудности;
- ✗ сниженная адаптивная способность к изменениям;
- ✗ принадлежность к группе риска (гомосексуалисты, заключенные в тюрьмах, военнослужащие, врачи).

ОСОБЕННОСТИ ПОВЕДЕНИЯ, СВИДЕТЕЛЬСТВУЮЩИЕ О НАЛИЧИИ СУИЦИДАЛЬНЫХ МЫСЛЕЙ.

1. Смерть и самоубийство как постоянная тема для разговора.
2. Предпочтение траурной или скорбной музыки.
3. Раздача личных вещей, упаковка вещей, составление завещаний.
4. Разговоры об отсутствии ценности жизни.
5. Фантазии на тему своей смерти.
6. Интерес, проявляющийся косвенно или прямо к возможным средствам самоубийства (отравляющие вещества, возможности приобретения оружия и др.).

ОСОБЕННОСТИ ПОВЕДЕНИЯ, СВИДЕТЕЛЬСТВУЮЩИЕ О НАЛИЧИИ СУИЦИДАЛЬНЫХ МЫСЛЕЙ.

7. Прямые высказывания типа «Я не могу этого выдержать», «Я не хочу жить», «Я хочу умереть и умру», «Нет смысла жить дальше».
8. Косвенные высказывания типа «Ничего, скоро вы отдохнете от меня», «Он очень скоро пожалеет о том, что отверг меня», «Ничего, скоро все это закончится для меня». Конечно, при этом необходимо учитывать контекст высказывания.
9. Приобретение средств для совершения суицида.
10. Приведение в порядок дел, внезапное завершение долгосрочных дел.

ОСОБЕННОСТИ ПОВЕДЕНИЯ, СВИДЕТЕЛЬСТВУЮЩИЕ О НАЛИЧИИ СУИЦИДАЛЬНЫХ МЫСЛЕЙ.

11. Высказывания тяжелых самообвинений, жалобы на собственную беспомощность, безнадежность.
12. Написание прощальных писем.
13. Странное для окружающих «прощальное» поведение с людьми.
14. Несвойственная молчаливость или высказывание со скрытым вторым смыслом, связанным со смертью, символические высказывания.
15. Утрата интереса к любимым занятиям.
16. Проявление признаков депрессии (негативное отношение к себе, негативное отношение к миру).
17. Склонность к риску и неоправданным и опрометчивым поступкам.

ОБЩИЕ ПРИЕМЫ ВЕДЕНИЯ БЕСЕДЫ С ПОДРОСТКОМ С СУИЦИДАЛЬНЫМ ПОВЕДЕНИЕМ:

- ❑ Неотложность-здесь и сейчас.
- ❑ Эмпатическое отношение.
- ❑ Баланс открытых и прямых вопросов («Расскажи о себе, что тебя беспокоит», и только потом вопросы, требующие конкретных ответов.
- ❑ Избегание моральных оценок (моральный, нравственный, религиозный контекст).
- ❑ Разделение ответственности.
- ❑ Избегание невыполнимых обещаний.
- ❑ Нейтральность к психопатологии.
- ❑ Избегание навязывания своего темпа коммуникаций.
- ❑ Неоднократное прояснение информации.

ВОПРОСЫ, КОТОРЫЕ МОЖНО ЗАДАТЬ

- ❑ Я чувствую, тебя что-то волнует
- ❑ В последнее время заметил некоторые изменения в тебе, с чем это может быть связано?
- ❑ Что-то случилось, что ты так изменился?
- ❑ Как Я могу лучше всего помочь тебе прямо сейчас?
- ❑ Задумывался ли ты о том, чтобы тебе оказали помощь?
- ✘ Помните: если Вам пытаются что-то продемонстрировать, каким бы то ни было способом, значит глубоко в душе верят Вам и верят, что Вы способны услышать.

НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ РЕБЕНКА ОДНОГО В СИТУАЦИИ ВЫСОКОГО СУИЦИДАЛЬНОГО РИСКА

- ❑ Информирование родителей (родственников).
- ❑ Оставайтесь с ним как можно дольше или попросите кого-нибудь побыть с ним, пока не разрешится кризис .
Но Вы не можете быть ответственным за совершение суицидальных действий подростком.
- ❑ Нужно осознавать, что риск суицида можно лишь уменьшить, но не устранить полностью.
- ❑ Непрерывное наблюдение.
- ❑ Обратитесь за помощью к специалистам.
- ❑ Родители несомненно имеют благие намерения, но им может не хватать умения и опыта, кроме того, они бывают склонны к излишней эмоциональности.