

**Профилактика
суицидального
поведения у детей и
подростков.**

**аутоагрессивное поведение
с осознанными действиями,
направленными на
добровольное лишение себя
жизни.**

Суицид -

Россия лидирует в Европе по количеству самоубийств среди детей и подростков. По данным Роспотребнадзора, за последние годы количество детских суицидов и попыток самоубийств увеличилось на 35-37%.



Только в 2009 году в России покончили с собой 1379 юношей и 369 девушек в возрасте от 15 до 19 лет.

По данным государственной статистики, если в 2009 году в стране было совершено 260 подростковых суицидов, то в 2010-м их было в 1,2 раза больше.

В стране происходит порядка 19-20 случаев самоубийств на 100 тыс. подростков. Это в три раза больше, чем мировой показатель.

Наибольшая частота суицида наблюдается у подростков и молодежи в возрастном диапазоне 15-35 лет.

У этой категории суицидентов на одну смерть приходится до 200 нереализованных суицидальных попыток.

Статистика говорит о том, что причиной трагедии служат в основном конфликты с родителями или неразделенная любовь.



Установлено, что лишь у 10% подростков в случае самоубийства имеется истинное желание покончить собой, в остальных 90% – это «крик о помощи».



Часто суицидальные действия подростков носят демонстративный характер, осуществляются в виде своеобразного «суицидального шантажа».

*** СУИЦИДНОЙ** можно назвать любую внешнюю или внутреннюю активность, направляемую стремлением лишиться себя жизни.

*** В категорию детей с суицидальным поведением** включаются те, чье поведение и активность наносит вред им самим, их физическому и душевному здоровью

*** Ключевые понятия:**

Суицидент - человек, совершивший самоубийство или покушение на самоубийство.

Суицидальный риск - склонность человека к совершению действий, направленных на собственное уничтожение.

Общей причиной суицида является социально-психологическая дезадаптация, возникающая под влиянием острых психотравмирующих ситуаций, нарушения взаимодействия личности с ее ближайшим окружением.

РАЗЛИЧАЮТ ВНЕШНИЕ И ВНУТРЕННИЕ СУИЦИДАЛЬНЫЕ ПРОЯВЛЕНИЯ.

ВНУТРЕННИЕ СУИЦИДАЛЬНЫЕ ПРОЯВЛЕНИЯ:

- суицидальные мысли; фантазии на тему смерти («заснуть и не проснуться», «если бы со мной что-нибудь случилось, и я бы умер»);
- суицидальные замыслы: продумывание способов самоубийства, выбор его средств и времени;
- суицидальные намерения: к замыслу присоединяется волевой компонент, человек настраивает себя на действие.



К ВНЕШНИМ ФОРМАМ СУИЦИДНОГО ПОВЕДЕНИЯ ОТНОСЯТСЯ:

- суицидальные попытки: целенаправленные акты поведения, направленные на лишение себя жизни, не закончившиеся смертью;
- завершенный суицид: действия заканчиваются гибелью человека.

- **Демонстративно-шантажный суицид** - целью является давление на окружающих, чтобы вынудить их изменить или разрешить кризисную ситуацию.
- **Аффективный суицид** - выступает разрядкой эмоционального напряжения, возникшего в результате конфликта или последствий собственных действий. Как правило, решение о суициде принимается в очень короткие сроки после возникновения стрессовой ситуации, средства выбираются также импульсивно «что под руку попадет».

Типы суицидального поведения:

□ Истинный суицид - человек осознанно выбирает уход из жизни, причем этот выбор основывается на личностной оценке кризисной ситуации, которая субъективно кажется неразрешимой.



Помочь детям и подросткам, имеющим эту тенденцию личности можно лишь только в том случае, если хорошо понимать причины, приводящие к аутодеструктивному поведению.

Причины:

Считается, что суицидом личность пытается изменить свои обстоятельства:

- избавиться от невыносимых переживаний, уйти из травмирующих условий,
- вызвать жалость и сострадание,
- добиться помощи и участия, привлечь внимание к своим проблемам.

КРОМЕ ТОГО, В СЛУЧАЕ ПОДРОСТКОВ СУИЦИДНОЕ ПОВЕДЕНИЕ МОЖЕТ СТАТЬ ПОДРАЖАТЕЛЬНЫМ.



**Особенно подражательность
характерна для незрелых,
внушаемых субъектов.
Подросток может увидеть,
что смерть устрашает
окружающих и является
действенным средством
нажима на обидчиков.**

- 1. «Крик о помощи», призыв.** Мотив и смысл суицидального акта (как правило, это суицидальная попытка) - обретение помощи.
- 2. Протест, месть.** Провоцируется чувством «обиды», «несправедливости». Суицидальные действия (попытка или суицид) бессознательно направлены на индукцию чувства вины у значимого человека в ситуации конфликта.

Основные мотивы суицидального поведения:

3. Избежание непереносимой жизненной ситуации.

Провоцируется неприемлемым для индивида изменением жизненной ситуации (развод, долги, перспектива выписки из отделения, уголовное наказание и пр.). С разной степенью осознанности суицидальный акт может использоваться как средство манипуляции другими.

4. Избежание страдания.

Провоцируется физическими или психологическими страданиями. Смерть или самоповреждение представляется способом их прервать.

5. Наказание себя.

Провоцируется гипертрофированным чувством вины. Неадаптивный способ «облегчения» чувства вины - самонаказание, в том числе с помощью суицидальных актов.

6. Жертвоприношение.

Провоцируется потребностью «искупить вину» за реальные или фантазийные (в случае депрессии, бреда) действия.

7. Воссоединение.

Мотив, исходящий из фантазии о воссоединении с любимым человеком после смерти. Такие представления могут становиться актуальными при переживании тяжёлой утраты.

- напряжение потребностей и желаний,
- неумение найти способы их удовлетворения,
- отказ от поиска выхода из сложных ситуаций,
- низкий уровень самоконтроля,
- неумение ослабить нервно-психическое напряжение,
- эмоциональная нестабильность,
- импульсивность,
- повышенная внушаемость,
- бескомпромиссность
- отсутствие жизненного опыта

Личностные особенности суицидента:

Признаки наличия суицидального риска у детей и подростков:

1. Уход в себя.
2. Капризность, привередливость.
3. Депрессивное состояние.
4. Агрессивность.
5. Нарушение аппетита.
6. Раздача подарков окружающим.
7. Психологическая травма.
8. Перемены в поведении.
9. Угроза.
10. *Активная предварительная подготовка*



Внешние обстоятельства суицидального подростка:

- неблагополучная семья:
- беспризорность подростка, отсутствие опоры на значимого взрослого, который бы занимался подростком;
- неблагоприятное положение подростка в семье:
- отсутствие у подростка друзей, отвержение в учебной группе;
- серия неудач в учебе, общении, межличностных отношениях с родственниками и взрослыми.

Существует 3 группы признаков,
способствующих выявлению предпосылок
подросткового суицида:



- I. - словесные,
- II. - поведенческие
- III.- ситуационные.

Считается, что болезнью самоубийц является депрессия – до 70% депрессивных больных обнаруживают суицидальные тенденции, а 15% из них совершают самоубийства.

Симптомы депрессии :

- Заметное снижение настроения.***
- Снижение интереса к обычным делам, контактам и развлечениям***
- Снижение энергичности, работоспособности, повышение утомляемости.***

- ❑ Снижение самооценки и потеря уверенности в себе.**
- ❑ Чрезмерное чувство вины, беспричинное порицание себя.**
- ❑ Повторяющиеся мысли и высказывания о смерти, самоубийстве. Суицидальные акты.**
- ❑ Нарушение концентрации внимания, снижение памяти, чувство интеллектуальной неполноценности.**



- Нерешительность.***
- Заторможенность.***
- Нарушения сна.***
- Понижение или повышение аппетита.***
- Снижение либидо.***
- Соматические симптомы: задержка стула, сухость слизистых, снижение артериального давления.***



Как не допустить суицидального поведения у подростка?

- ❑ **Сохраняйте контакт со своим ребенком:**
 - **расспрашивайте и говорите с ребенком.**
 - **не начинайте общение с претензий.**
 - **авторитарный стиль воспитания для подростков неэффективен .**
- ❑ **Говорите о перспективах в жизни и будущем.**

- ❑ **Говорите с ребенком на серьезные темы: что такое жизнь? в чем смысл жизни? Что такое дружба, любовь, смерть, предательство?**
- ❑ **Задушевная беседа на равных всегда лучше, чем «чтение лекций».**
- ❑ **Сделайте все, чтобы ребенок понял: сама по себе жизнь - эта та ценность, ради которой стоит жить.**
- ❑ **Дайте понять ребенку, что опыт поражения* также важен, как и опыт в достижении успеха.**

- Проявите любовь и заботу, разберитесь, что стоит за внешней грубостью ребенка.
- Найдите баланс между свободой и несвободой ребенка.
- Вовремя обратитесь к специалисту.





МОЛОДЁЖНЫЙ ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ

АНОНИМНО | БЕСПЛАТНО

ТЕЛ. **47-06-05**

ВРЕМЯ РАБОТЫ: С 18-00 ДО 22-00 ЕЖЕДНЕВНО