

# Особенности и содержание деятельности по профилактике суицидального поведения молодежи



ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ ПЕРВОЙ  
КВАЛИФИКАЦИОННОЙ КАТЕГОРИИ  
МАЛАХОВА ЕЛИЗАВЕТА

# Определение

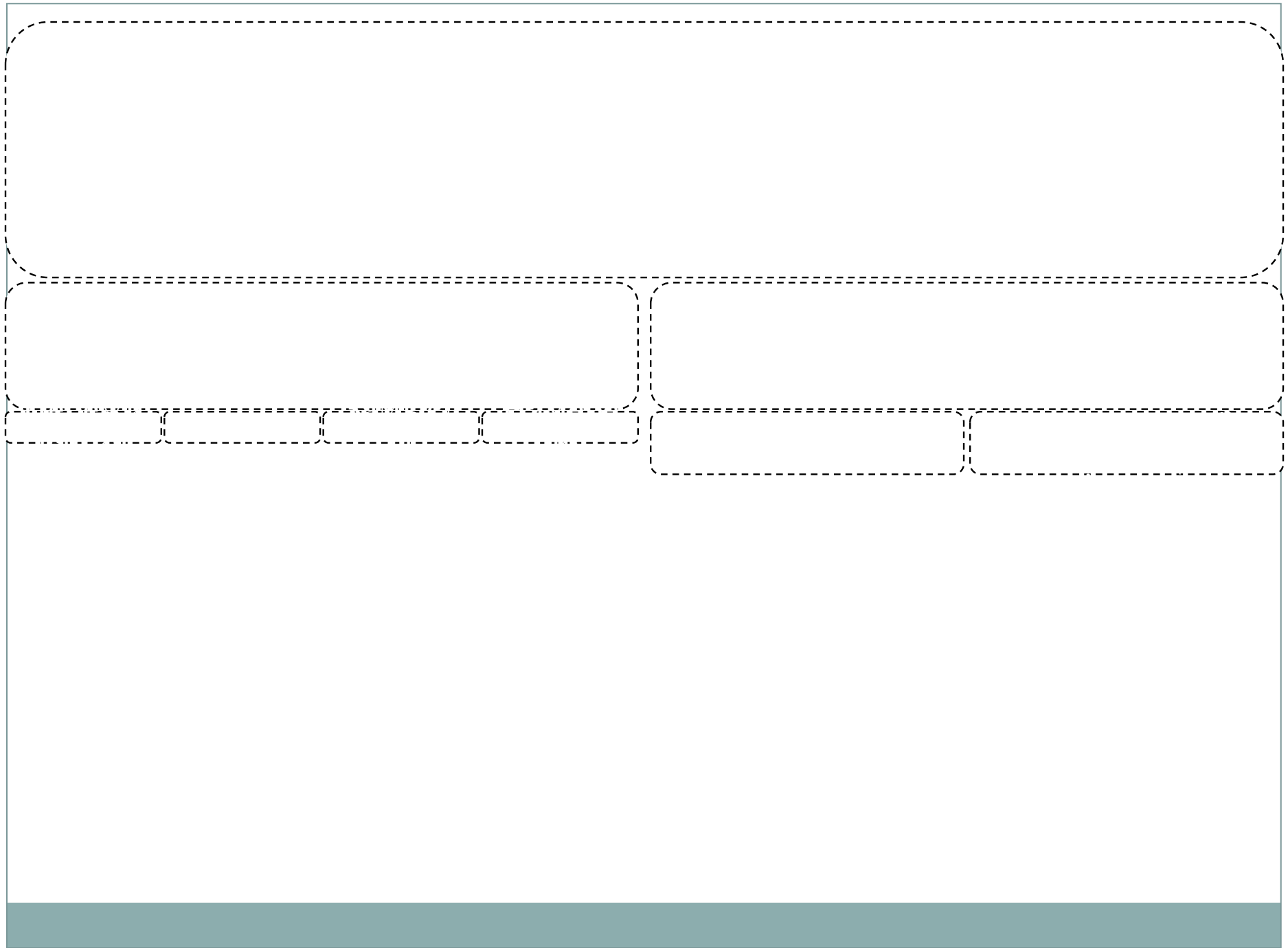


**СУИЦИД,  
САМОУБИЙСТВО**

(лат. «себя убивать»)

**это умышленное  
и осознанное  
лишение себя  
жизни**



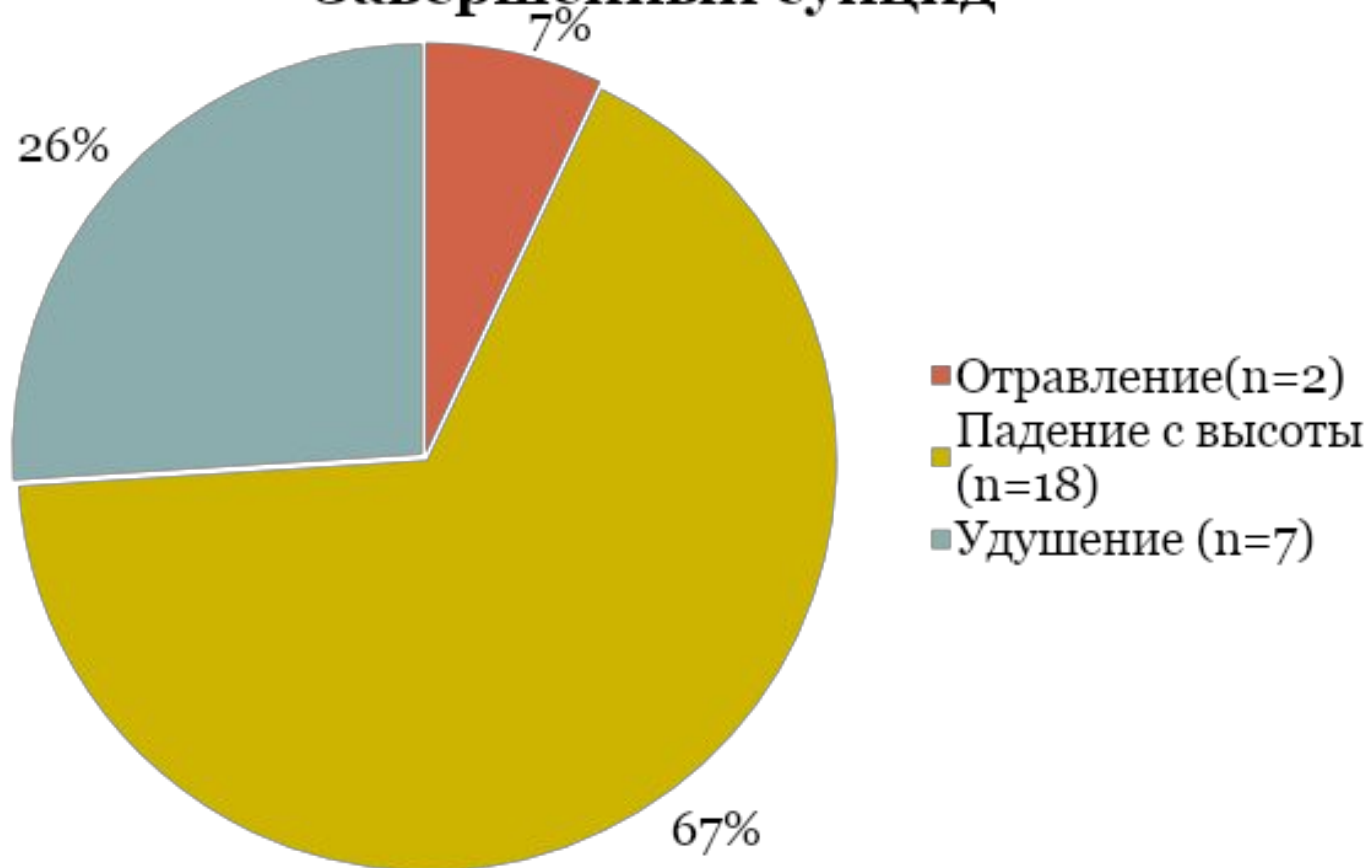


# Типология по способу совершения




# Распределение пациентов в зависимости от способов совершения суицидов (данные станции скорой помощи города Москвы)

## Завершенный суицид



# Типология



- Суицид
  - Демонстративный
  - Истинный
  - Скрытый

# Классификация суицидов в детском и подростковом возрасте



- Суицид
- Протест
- Призыв
- Избегание
- Самонаказание
- Отказ

# Динамика развития суицидального поведения



## Пресуицид

- Стадия размышлений об отсутствии ценности жизни
- Стадия вопросов о смерти и смысле жизни
- Суицидальные замыслы
- Суицидальные намерения Суицидальная попытка



# Концепции формирования суицидов



- Медицинская модель
- Социокультурная модель Эмиля Дюркгейма
- Мотивационная модель Эдвина Шнейдмана
- Модель развития суицидального поведения у подростков Д. Бридж, Т. Голдштейн, Д. Brent
- Интерперсональная теория суицида Т. Джойнера
- Когнитивная модель А. Спирито, Д. Мэттьюса, Э. Венцеля, А.Т. Бека

# Модель развития суицидального поведения у подростков

Д. Бридж, Т. Голдштейн, Д. Brent



# Интерперсональная теория суицида

Т. Джойнер, К. Ван Орден



Желание смерти

Брошенность

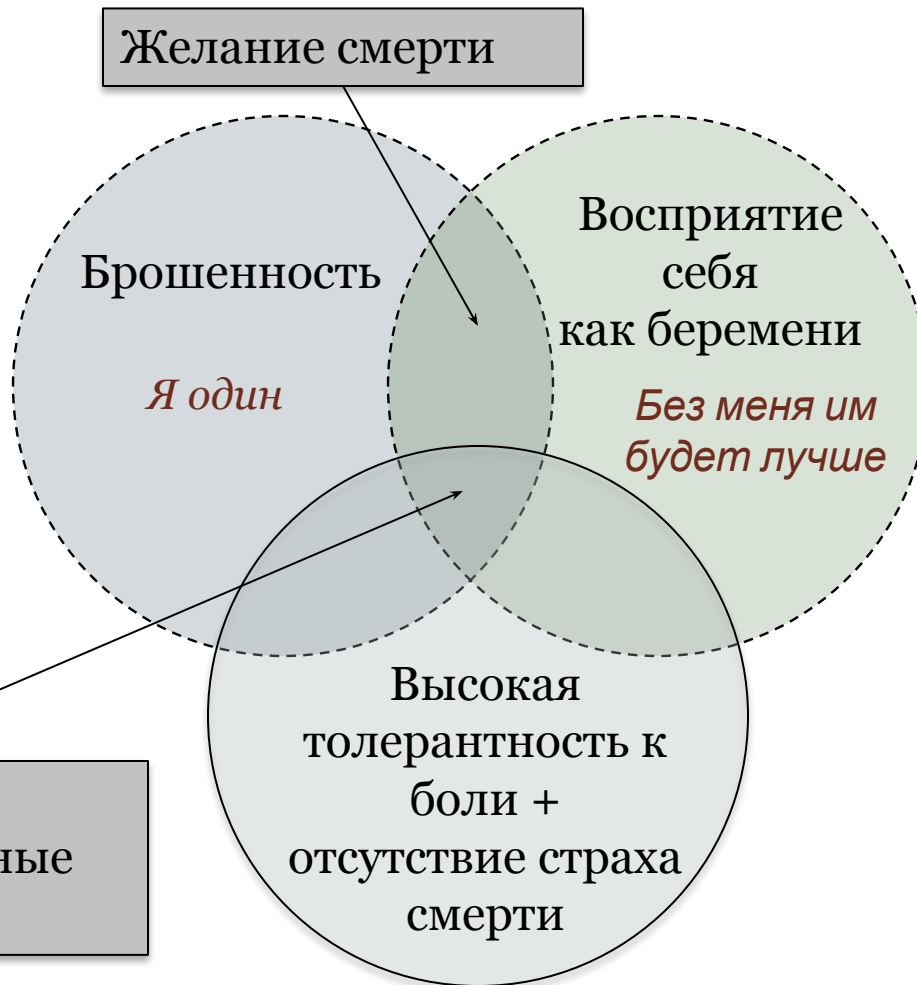
*Я один*

Восприятие  
себя  
как беременни  
как беременни

*Без меня им  
будет лучше*

Высокая  
толерантность к  
боли +  
отсутствие страха  
смерти

Завершенные/не  
завершенные истинные  
суициды



# Когнитивная теория суицида у подростков

Отношения со значимыми другими  
высокий уровень стресса в жизни (насилие,  
пренебрежение со стороны родителей);  
неблагополучная ситуация в семье, психические  
заболевания у родителей;  
травля в среде ровесников

Негативный взгляд на  
себя, мир и свое  
будущее

Ошибки  
мышления

Когнитивная  
ригидность

**Мысли**

Негативные эмоции: гнев, отчаяние. Ощущение неизбежной,  
невыносимой, бесконечной боли

**Эмоции**

Дезадаптивное поведение как  
способ справиться с  
негативными эмоциями

**Поведение**

Безнадеж  
ность

Суицид как  
единственн

**Суицидаль  
ный кризис**

# Факторы риска суицидального поведения



- Предшествующие попытки суицида
- Кризисная ситуация
  - неизлечимая болезнь
  - смерть близкого человека
  - безработица и финансовые проблемы
  - развод
- Семейный фактор и семейная история суицида
  - депрессивность родителей
  - детские травмы
  - хронические конфликты
  - дисгармоническое воспитание
- Эмоциональные нарушения
  - депрессия
- Психические заболевания
  - алкоголизм
  - наркомания
  - шизофрения
- Социальное моделирование
  - демонстрация суицида в СМИ, их изображение в литературных произведениях - «эффект Вертера»

# Возрастные и половые различия



- ✓ Кризисные периоды жизни, такие, как юность или начало старости, характеризуются повышением суицидальной готовности.
- ✓ Суицидальное поведение **в детском возрасте** связано со стремлением избежать стрессовых ситуаций или наказания.
- ✓ Суицидальное поведение возрастает с 14—15-летнего, достигая максимума к 16—19 годам.
- ✓ Суицидальное поведение в **подростковом возрасте** чаще имеет демонстративный характер.
- ✓ На **зрелый возраст** приходится наибольшее число завершенных самоубийств, а именно – в период от 40 до 65 лет. Уровень самоубийств выше среди мужчин.
- ✓ Для **пожилого возраста** также характерно увеличение числа самоубийств. Это связывают с серьезными социально-психологическими проблемами, одиночеством, окончанием профессиональной деятельности, отдалением от семьи и т.д.

## •Закономерности

### •Взаимоотношения

- Общались с широким кругом людей – 24%
- С несколькими людьми – 60%
- Были замкнуты и избегали общения – 16%

### •Сексуальная ориентация

- Представители гомосексуальной ориентации совершают попытки самоубийства в 7 раз чаще, чем натуралы

### •Образование

- Люди с высоким уровнем образования менее склонны к суициду.
- Группа риска -люди с неполным средним образованием

### •Материальное обеспечение

- Данных не обнаружено

- Закономерности

- Время года

- Число суицидов увеличивается весной и летом

- Декады месяца

- количество самоубийств достигает максимума в последней десятидневке месяца

- Праздники и будни

- В праздничные дни количество суицидов увеличивается

- Дни недели

- Наиболее часто попытки самоубийства случаются в воскресенье

- Время суток

- Три скачка самоубийств:

- Утренний (10-13) – 11%

- Дневной (14-17) – 15%

- Ночной (18-23) – 33%



# Типичные симптомы депрессии, о которых могут сообщить учителя/родители



- ▣ **В эмоционально-волевой сфере:** *снижение интересов к деятельности или снижение удовольствия от деятельности, которая раньше ребенку нравилась.*
- ▣ **Постоянное грустное настроение,** немотивированная тревога, страхи, паника.
- ▣ **В переживаниях (в словах):** *безнадежность, ненужность, одиночество, беспомощность, бессилие, низкая самооценка и чувство вины.*
- ▣ **В когнитивно-мнестической сфере:** *сложности концентрации внимания, хаотичность мышления.*
- ▣ **В поведении:** *социальная изоляция и сложности во взаимоотношениях, пропуск школы или плохая успеваемость,*
- ▣ **В соматической сфере:** *значительные изменения сна и аппетита.*

# На что обратить внимание ребенок 7-11 лет

**Причины суицида связанные с семьей ребенка:** смерть одного из родителей и желание с ним воссоединиться, в силу недостаточного понимания природы смерти, насилие, унижение со стороны родителей, мотив - обида часто в сочетании со своей ненужностью родителям и желание избавиться от физических и психологических страданий.

Эмоции

- тревожность, страхи, подавл

Переживания

- чувство обиды, брошен
- устал

Высказывания

- ивые фантаз
- иасый

Поведение

- плач, замкнутость, истери

Жалобы

- на боли в теле

# На что обратить внимание ребенок 12-14 лет



Комплексные причины суицида: семья, окружение

Мотив	• наказание • стыд • протест
Эмоции	• неуверенность • неуверенность • чувства вины
Переживания	• одиночество • безнадёжность • чувство вины
Высказывания	• высказывания (самоубийство) • угрозы
Поведение	• пропуск занятий • неопределённый образ жизни
Жалобы	• жалобы на окружающих • жалобы на себя • жалобы на успехи

• неопределённый образ жизни  
• жалобы на окружающих  
• жалобы на себя  
• жалобы на успехи

# На что обратить внимание ребенок 15-17 лет



## Комплексные причины суицида: семья, окружение

Мотив

- ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ
- протест/мест
- фиксация на

Эмоции

- травматической
- ситуации
- переживания

Переживания

- бессмысленность, разочарование, одиночество, безнадежность, ощущение

Высказывания

- в словах, жестках, рисунках, письмах или в себе
- косвенные высказывания

Поведение

- физическое повреждение или
- поведение, свидетельствующее о страдании (болевого синдрома, «душевной боль»).

Жалобы

- Ослабление или выпадение из речи слов связанных

# Основные причины суицида

- неурядицы в личной жизни
- чувство безнадежности
- целенаправленная травля
- физические издевательства
- потеря смысла жизни
- финансовые проблемы
- проблемы со здоровьем
- религиозный фанатизм
- психические болезни
- идеологические
- военные
- вынужденное самоубийство
- подражательное самоубийство

# Помощь и профилактика



- Здоровые люди
  - Телефонная служба медико-психологической помощи
- Кризисное консультирование
- Лица с пограничными расстройствами
- Страдающие психическими заболеваниями
  - Специализированные отделения психиатрических больниц
- Суицидологические кабинеты

# Возрастные факторы риска



Психосоциальный  
мораторий

- ролевое экспериментирование как механизм обретения идентичности

Склонность к  
рисковому поведению

- готовность к риску как выражение неадаптивной активности

Подростковый  
эгоцентризм

- феномен воображаемой аудитории
- Миф о вечности

# Поведенческие признаки школьной дезадаптации детей и подростков



трудности в учебной деятельности

- пропуски занятий

• низкие баллы по предмету

• конфликты, изоляция от группы

• жалобы преподавателей, низкий статус в группе

трудности в общении

• постоянные насмешки, отвержение

• подавленное настроение

• избегание

депрессия

• понурый усталый вид

• пассивность, молчаливость

признаки употребления ПАВ

• инвалидность

• неадекватное поведение

• хронические соматические

особенности здоровья

заболевания (необходимость периодического лечения, индивидуаль



# Поведенческие признаки суицидального поведения детей и подростков

Высказывани  
я о  
нежелании  
жить

• «Тебе больше не придётся обо мне волноваться», «Мне нельзя

• в литературе и живописи,

Фиксация на  
теме смерти

• частые разговоры об этом, сбор информации о способах

Активная  
предварител  
ьная  
подготовка

• суицида и их

• сбор таблеток  
• хранение отравляющих веществ, особенно

Сообщение  
друзьям

• о принятии решения о самоубийстве (прямое и косвенное)

Грустная  
музыка

• стойкая тяга к прослушиванию грустной музыки и песен



# Поведенческие признаки суицидального поведения детей и подростков



Снижение  
успеваемости

- пропуск занятий
- невыполнение домашних заданий
- утрата интереса
- приобретение с давними врагами

Приведение  
в порядок  
дел

- символическое прощание с ближайшим окружением
- раздача личных вещей, фото

Физические  
нарушения

- проблемы со сном
- потеря аппетита
- апатия
- снижение уровня концентрации внимания

Внешность

- резкие изменения во внешности

Членство в  
группировке  
или секте

# Особенности суицидального поведения детей и подростков



- интенсивность суицидального поведения возрастает по сравнению с предшествующими и последующими периодами жизни
- подавляющее количество суицидальных попыток носит демонстративный характер
- суицид как форма привлечения внимания к себе и своим трудностям
- широко распространена подражательно-конформная форма суицида
- «я как все», «не слабо» и т.д.
- суицидальное поведение чаще всего представляет собой завершающую фазу развития отклоняющегося поведения

# Особенности суицидального поведения детей и подростков



- совершаемые суициды происходят на фоне острых аффективных реакций
- причины суицида чаще всего связаны с жизненным неблагополучием
- с отношениями с другими людьми: родителями, друзьями, любимыми
- интенсивность суицидального поведения носит сезонный характер, в частности, повышается частота суицидов в период значимых для подростков праздников и экзаменов
- влияние СМИ и Интернет-среды на формирование суицидальных намерений и суицидального поведения

# Факторы жизнестойкости (защитные факторы)



Поддержка  
значимого  
людей

Религиозные,  
культурные и  
этнические  
ценности

Приносящая  
удовлетворение  
жизнь в  
обществе,  
школьном  
коллективе

Эмоциональная  
привязанность  
к значимым  
близким

Социальная  
интеграция

Выраженное  
чувство долга,  
обязательность

Ценность  
собственного  
здоровья

Зависимость от  
общественного  
мнения

Представление  
о  
неиспользованных  
жизненных  
возможностях

Наличие  
творческих  
планов,  
тенденций,  
замыслов

Наличие  
эстетических  
критериев в  
мышлении

# Примерная шкала оценки суицидального риска (рекомендации ВОЗ)



## • **Риск отсутствует**

### • **Незначительный**

- Суицидальные идеи ограничены, нет твердых планов или подготовки к нанесению себе вреда. Несколько факторов риска. Намерение совершить самоубийство не очевидно. Нет определенных планов и не было попыток самоубийства в прошлом.

### • **Умеренный**

- Твердые планы и подготовка с заметным присутствием суицидальных идей, возможно наличие попыток суицида в прошлом, и, по крайней мере, два дополнительных фактора риска. При наличии более одного фактора риска суицида, присутствуют суицидальные идеи и намерение, но отрицается наличие четкого плана. Присутствует мотивация улучшить, по возможности, свое текущее эмоциональное состояние и психологический статус.

### • **Высокий**

- Четкие и твердые планы и подготовка к тому, чтобы причинить себе вред. Известно, что были многочисленные попытки самоубийства в прошлом. Наличие двух или более факторов риска. Суицидальные идеи и намерения вербализуются наряду с хорошо продуманным планом и средствами для выполнения этого плана. Проявляет когнитивную жесткость, нет надежд на будущее, отвергает предлагаемую социальную поддержку

# Кейс для практической работы №1



Обучающийся 9 класса А. не вызывает тревоги у классного руководителя: учится в меру своих возможностей, успевает по всем предметам. Дисциплину в школе не нарушает. Отношения с одноклассниками ровные, близких друзей в школе нет. Иногда в разговоре проявляется неудовлетворенность подростка в доверительных отношениях с родителями, сетование на недостаток внимания и заботы с их стороны. Мальчик болезненный, имеются хронические соматические заболевания. Свободное время чаще всего проводит за компьютером, родители не знают, какие игры предпочитает подросток, какие сайты посещает. А. не знает, чем будет заниматься в будущем, профессиональных предпочтений не имеет. Не может объяснить и не понимает ценности жизни.



## Кейс для практической работы №2



Обучающаяся 11 класса К. проживает и воспитывается в полной, материально обеспеченной семье. Отец отличается авторитарностью, его слово в семье – закон. Строго следит за дочерью: оценки в школе, посещение школы иностранных языков, подготовка домашнего задания, помощь матери по дому – всё по расписанию. При малейшем нарушении девушка слышит упрёк: «Ты плохая дочь, из тебя не получится хорошего человека». В коллективе сверстников К. авторитета не имеет, потому что не участвует в коллективных делах, не посещает мероприятия (папа не разрешает). Девушка часто испытывает страх наказания или позора.

# Кейс для практической работы №3



В. всегда отличался плохим поведением в школе, последнее время ещё больше жалоб: курит в туалете, грубит учителям, прогуливает уроки. Сейчас учится в 8-ом классе. По мнению самого подростка, педагоги ставят ему «2» не за знания, а за поведение, из личного неприятия подростка. Со многими учителями длительные конфликты, т. к. подросток не стесняется поправить учителя, указать на фактическую ошибку. Подростка отличает высокий интеллект, владеет многообразной информацией. Воспитывается одной матерью, которая работает по сменам. Отец год назад ушёл из семьи и вычеркнул сына из своей жизни.

# Кейс для практической работы №4



Р. (9 класс) всегда была активисткой в классе. Некоторое время назад классный руководитель заметил изменения в поведении девочки. Она изменила внешний вид (тёмная одежда, мрачный макияж, небрежность), перестала общаться со многими одноклассниками. Появились новые друзья, которые не допускают в свою компанию посторонних людей. В порыве откровения рассказала прежним подругам о своём кумире, который «очень красиво окончил земную жизнь – вылетел из окна подобно птице»