

Мифы и реальность относительно причин самоубийств



МИФЫ И ПРЕДУБЕЖДЕНИЯ

основными причинами детского и подросткового суицида оказываются

"микросоциальные конфликты":

- обиды в семье,
- неприятности в школе,
- обиды на учителей,
- ощущение несправедливости и "желание наказать таким образом",
- реже - несчастная любовь или душевные расстройства и психические заболевания.



Реальность Ь

1. Самоубийство совершается в основном психически ненормальными людьми

- Исследования показывают, что 80- 85% людей из числа лишивших себя жизни были практически здоровыми



2. САМОУБИЙСТВО НЕВОЗМОЖНО ПРЕДОТВРАТИТЬ.

Кризисный период имеет определенную продолжительность, и «потребность в самоубийстве» у подавляющего числа людей является временной. В этот период человек нуждается в душевной теплоте, помощи и поддержке



3. СУЩЕСТВУЕТ ТИП ЛЮДЕЙ, СКЛОННЫХ К САМОУБИЙСТВУ

Детский суицид.

*Как помочь детям избежать
его?*

Самоубийство совершают люди различных психологических типов. Все зависит от силы психотравмирующей ситуации, и ее личностной оценки как непереносимой



4. НЕ СУЩЕСТВУЕТ НИКАКИХ ПРИЗНАКОВ, КОТОРЫЕ БЫ УКАЗЫВАЛИ НА ТО, ЧТО ЧЕЛОВЕК РЕШИЛСЯ НА САМОУБИЙСТВО

Самоубийству, как правило, предшествует необычное для данного человека поведение. Об этом свидетельствуют определенные «знаки беды».



5. ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ ГОВОРИТ О САМОУБИЙСТВЕ, НИКОГДА ЕГО НЕ СОВЕРШАЕТ.



Большинство людей, совершивших самоубийство, накануне сообщало о своих намерениях, но их либо не понимали, либо не придавали значения соответствующим высказываниям

6.РЕШЕНИЕ О САМОУБИЙСТВЕ ПРИХОДИТ ВНЕЗАПНО.

Анализ суицидальных действий показал, что они являются результатом длительной психотравматизации. Суицидальный кризис может длиться несколько недель и даже месяцев

**7.ЕСЛИ ЧЕЛОВЕК СОВЕРШИЛ
ПОПЫТКУ САМОУБИЙСТВА, ОН
НИКОГДА БОЛЬШЕ ЭТОГО НЕ
ПОВТОРИТ**

Риск повторной попытки велик.
Особенно в первые 1-2 месяца.

8. ВЛЕЧЕНИЕ К САМОУБИЙСТВУ НАСЛЕДСТВЕННО ПРЕДРАСПОЛОЖЕНО

Фатальной зависимости нет, но
вероятность возрастает. Утверждение о
наследственной предрасположенности
никем не доказано.

9.СНИЖЕНИЮ УРОВНЯ САМОУБИЙСТВ СПОСОБСТВУЕТ АКТИВНАЯ ПРОСВЕТИТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ, ПРОПАГАНДА В СМИ, РАССКАЗЫ О ТОМ, ПОЧЕМУ И КАК ЛЮДИ СОВЕРШАЮТ САМОУБИЙСТВА

Исследования показывают, что существует непосредственная зависимость между сообщениями о самоубийствах и возрастанием суицидальной активности

10 ПРИЕМ АЛКОГОЛЯ ПОМОГАЕТ СНЯТЬ СУИЦИДАЛЬНЫЕ ПЕРЕЖИВАНИЯ.

Прием алкоголя нередко вызывает противоположный эффект – обостряет тревогу, повышает значимость переживаемого конфликта.

Характерные личностные особенности человека, склонного к суициду:

Низкий или заниженный уровень самооценки, неуверенность в себе

Высокий уровень тревожности

Высокая потребность в самореализации

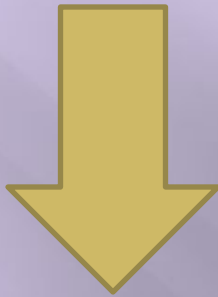
Трудности при принятии решения

- Низкая самостоятельность

Недостаточная социализация, инфантильность, незрелость личности

Тенденция к самообвинению, преувеличение

Отношение к
жизни
выражается:



- в чувстве сожаления о своем существовании;
- в переживании его тягостности, невыносимости;
- в ощущении безразличия; в отвращении к жизни

Отношение к
смерти выступает
в формах



- страх смерти, хотя и сниженный в своей интенсивности;
- ощущение безразличия;
- чувство внутреннего согласия на смерть; желание смерти

Факторы суицидального риска

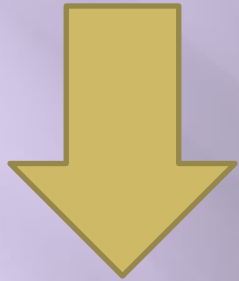
индивидуальные

психологические особенности

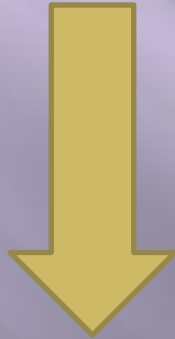
национальные обычаи, возраст и
семейное положение

культурные ценности и уровень
употребления психоактивных веществ,
время года.

факторы суицидального риска



социально-
демографически
е



медицинские



природные



индивидуально

-

психологическ

ЛИЧНОСТНЫЕ СТИЛИ СУИЦИДЕНТОВ

- **Импульсивный:** внезапное принятие драматических решений при возникновении проблем и стрессовых ситуаций, трудности в словесном выражении эмоциональных переживаний.
- **Рисковый:** балансирование на грани опасности («игра со смертью») является привлекательным и вызывает приятное возбуждение.
- **Зависимый:** беспомощность, безнадежность, пассивность, необходимость и постоянный поиск посторонней поддержки.
- **Гневный:** затрудняется выразить гнев в отношении значимых лиц, что заставляет испытывать неудовлетворенность собой.
- **Компульсивный:** установка во всем достигать совершенства и успеха часто бывает излишне ригидна и при соотношении целей и желаний с реальной жизненной ситуацией может привести к
- **Обвиняющий:** убежден в том, что в возникающих проблемах непременно есть чья-то или собственная вина.
- **Убегающий:** бегство от кризисной ситуации путем самоубийства, стремление избежать психотравмирующей ситуации.
- **Бесчувственный:** притупление эмоциональных переживаний.
- **Заброшенный:** переживание пустоты вокруг, грусти или глубокой скорби.
- **Творческий:** восприятие самоубийства как нового и привлекательного способа выхода из неразрешимой ситуации.

К числу факторов, определяющих повышенную вероятность возникновения суицидального поведения относятся

- * Тяжелая морально- психологическая обстановка в семье, коллективе;
- * Условия семейного воспитания: отсутствие отца в раннем детстве; «матриархальный» стиль отношений в семье; эмоциональное неприятие, отверженность в детстве; воспитание в неблагополучной семье (алкоголизм, проживание психически больных, родственников с асоциальными формами поведения, отбывающими уголовное наказание); воспитание в неполной семье, где были случаи самоубийств, попытки самоубийств или угрозы самоубийств со стороны близких;
- * Возрастные особенности;

* Хронологические признаки: время года, дни недели, время суток;

* Частая смена места жительства, учебы, работы;

* Вовлеченность в ретристские группы (под ретризмом понимается стремление к уходу от действительности, от жизненных трудностей), совершение суицидальных попыток.

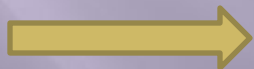
ПРОБЛЕМЫ



На первом месте из проблем, характерных для подростков с суицидальным поведением, находятся отношения с родителями



На втором месте – трудности, связанные со школой



На третьем – проблемы взаимоотношений с друзьями, в основном противоположного пола

Депрессия также является одной из причин, приводящих подростка к суицидальному поведению.



Признаки суицидального риска

Открытые высказывания о желании покончить собой;

Косвенные намеки на возможность суицидальных действий

Активная предварительная подготовка, целенаправленный поиск средств покончить с собой

Частые разговоры о самоубийствах вообще;

Чрезвычайно настойчивые просьбы о переводе в другое учебное заведение;

Нарушение межличностных отношений, стремление к уединению;

Изменившийся стереотип поведения

Внезапное появление несвойственных ранее человеку черт аккуратности

Динамика развития суицидального поведения

Третья стадия – суицидальные намерения и собственно суицидальная попытка

Вторая стадия – это суицидальные замыслы

Первая стадия – стадия вопросов о смерти и смысле жизни

Для веселия планета наша мало
оборудована,
Надо вырвать радость у грядущих
дней,
В этой жизни помереть не трудно.
Сделать жизнь значительно
трудней