

# 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

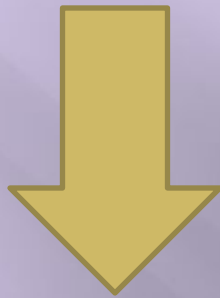
Трудности при принятии решения

- 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

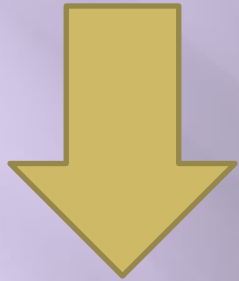
индивидуальные

психологические особенности

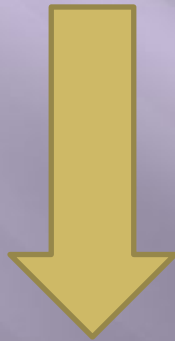
национальные обычаи, возраст и  
семейное положение

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