

# Профилактическая работа с детьми склонными к суициду.

Педагог-психолог I категории  
Новикова Т.С.

# **Самоубийство ,суицид-**

целенаправленное лишение  
себя жизни , как правило,  
добровольное и самостоятельное

# Мифы и Факты о суициде

- **Миф:** Все приводящие к самоубийству действия являются импульсивными.
- **Факт:** Большинство людей обдумывают свои планы, сообщая о них окружающим.
  
- **Миф:** Самоубийство невозможно предотвратить.
- **Факт:** Знания о том, куда следует обратиться за помощью, могут предотвратить много самоубийств.

- **Миф:** Самоубийцы редко обращаются за помощью.
- **Факт:** В течение последнего полугода жизни 50% совершивших самоубийства людей обращались к врачам.
  
- **Миф:** Самоубийства и суицидальные попытки – явления одного порядка.
- **Факт:** Суицидальная попытка представляет собой крик о помощи в невыносимой ситуации, а не по каким-то причинам неудавшееся самоубийство.

- **Миф:** Суицид характерен для людей, относящихся к группе риска.
- **Факт:** Принадлежность к группе риска не означает фатальной неизбежности самоубийства.
  
- **Миф:** Если не оставлена предсмертная записка, то случившееся нельзя считать самоубийством.
- **Факт:** Только четвертая часть из всех лиц, совершивших самоубийство, оставляют предсмертные записки.

Моховиков, 2001

# Факторы суицидального риска

## врожденные

Наследственные психические, нервно-психические заболевания

Тяжелые эндогенные заболевания

Случаи самоубийств у близких родственников

## индивидуально-психологические

### Высокая

тревожность, агрессивность, эмоциональная нестабильность, замкнутость, депрессия, неадекватная самооценка; недовольство внешностью, способностями; Тяжелое переживание возрастных Кризисов; Акцентуированное поведение; Трудности адаптации к социуму, коллективу; Отсутствие цели в жизни

## приобретенные

### В семье

Деструктивное воспитание

Наркомания, Алкоголизм правонарушения,

Неполные семьи,

Смерть родного человека

Отсутствие теплоты и взаимопонимания в семье

### В школе

Неуспехи в учебе,

Конфликты с педагогами, кл. рук., администрацией, одноклассниками

Страх несоответствия ожиданиям окружающих

Ошибки в воспитательной, учебной деятельности

### В сфере общения

Неразделенная любовь

Нарушения социальной адаптации

Неразвитые навыки общения

Попадание под чужое влияние

Насмешки, грубое слово

### В сфере досуга

Литературные, музыкальные, философские увлечения

Религиозные, идеологические секты

СМИ, подражание кумирам

Однообразие, скучная жизнь, отсутствие интересов и увлечений

Интерес к смерти

## Характеристики учащихся группы риска:

1. Дети и подростки, переживающие острые, экстремальные или длительные, психологически тяжелые ситуации.
2. Подростки, в поведении которых имеются аффективные расстройства в форме депрессии, дисфории (состояние ничем не обоснованной грусти).
3. Подростки с патохарактерологическими, психопатическими реакциями и психопатоподобными состояниями с преобладанием возбудимости, неустойчивости, демонстративности и психастенических расстройств в поведении.
4. Подростки, употребляющие спиртные напитки и склонные к асоциальным формам поведения.
5. Подростки из конфликтных семей, а также проживающие с психически больными родственниками, родителями-алкоголиками и наркоманами, в семьях, где были случаи суицидов у кого-либо из близких.
6. Подростки, страдающие хроническими соматическими и неврологическими заболеваниями, приводящими к социально-психологической изоляции и сопровождающимися депрессивными переживаниями.
7. Подростки, совершившие в прошлом попытку самоубийства, а также высказывающие угрозу суицида.

# Как понять, что ребенок решился на самоубийство

Если ребенок всерьез задумал совершить самоубийство, об этом обычно нетрудно догадаться по ряду характерных признаков, которые можно разделить на 3 группы: словесные, поведенческие и ситуационные.

1. Словесные признаки. Подросток часто размышляет о своем душевном состоянии, при этом:
  - прямо и явно говорит о смерти: "Я собираюсь покончить с собой"; "Я не могу так дальше жить";
  - косвенно намекает о своем намерении: "Я больше не буду ни для кого обузой"; "Тебе больше не придется обо мне волноваться";
  - много шутит на тему самоубийства;
  - проявляет нездоровую заинтересованность вопросами смерти.



2. Поведенческие признаки. Подросток может:

раздавать вещи, имеющие для него большую личную значимость, другим людям; приводить в порядок дела; мириться с давними врагами;

демонстрировать радикальные перемены в поведении, такие как:

- в еде - есть слишком мало или слишком много;
- во сне - спать слишком мало или слишком много;
- во внешнем виде - стать неряшливым;
- в школьных привычках - пропускать занятия, не выполнять домашние задания, избегать общения с одноклассниками; проявлять раздражительность, угрюмость; находиться в подавленном настроении;
- замкнуться от семьи и друзей;
- быть чрезмерно деятельным или, наоборот, безразличным к окружающему миру; ощущать то внезапную эйфорию, то приступы отчаяния;

проявлять признаки беспомощности, в поступках ощущается безнадежность.

- 3. Ситуационные признаки. Подросток может решиться на самоубийство, если он:
- социально изолирован (не имеет друзей или имеет только одного друга), чувствует себя отверженным;
- живет в нестабильном окружении (серьезный кризис в семье - в отношениях с родителями или родителей друг с другом; алкоголизм - личная или семейная проблема);
- ощущает себя жертвой насилия - физического, сексуального или эмоционального;
- предпринимал раньше попытки суицида;
- имеет склонность к самоубийству вследствие того, что оно совершалось кем-то из друзей, знакомых или членов семьи;
- перенес тяжелую потерю (смерть кого-то из близких, развод родителей);
- слишком критически настроен по отношению к себе.

# Формы профилактики попыток суицида.

Предупреждение побуждений к самоубийству и повторных суицидальных попыток у подростков группы риска относится к одной из важных задач родителей, воспитателей и школьных психологов. Вот некоторые формы профилактики подростковой суицидальности:

- неукоснительное соблюдение педагогической этики, требований педагогической культуры в повседневной работе каждого воспитателя или учителя;
- освоение хотя бы минимума знаний возрастной психопатологии, а также соответствующих приемов индивидуально-педагогического подхода, лечебной педагогики и психотерапии;
- раннее выявление контингента риска на основе знания его характеристики в целях динамического наблюдения и своевременной психолого-педагогической коррекционной работы;
- активный патронаж семей, в которых проживают учащиеся группы риска, с использованием приемов семейной психотерапии, оказанием консультативной помощи родителям и психолого-педагогической помощи детям;
- неразглашение факторов суицидальных случаев в школьных коллективах;

- рассмотрение угрозы самоубийства в качестве признака повышенного суицидального риска;
- усиление внимания родителей к порядку хранения лекарственных средств, а также к суицидогенным психологическим факторам;
- проведение при необходимости тактичной консультации подростка с психологом, психотерапевтом, психиатром;
- формирование у учащихся таких понятий, как «ценность человеческой жизни», «цели и смысл жизни», а также индивидуальных приемов психологической защиты в сложных жизненных ситуациях;
- повышение стрессоустойчивости путем психологической подготовки подростка к сложным и противоречивым реалиям современной жизни, формирование готовности к преодолению ожидаемых трудностей;
- психологическая помощь школе, семье и подростку в целях предупреждения или ослабления действия факторов, обуславливающих возникновение психогенных реакций или декомпенсацию имеющихся у школьника нервно-психических расстройств.

# Для осуществления этого перечня необходимо:

- повышение уровня психологической подготовки учителей, социальных педагогов, родителей;
- увеличение численности школьных психологов, владеющих знаниями возрастной патопсихологии и психотерапии;
- создание различных внешкольных форм психологической помощи: территориальных психологических консультаций, включающих в свою структуру психиатра, психотерапевта, юриста и других специалистов; телефона доверия для анонимной психологической помощи при кризисных состояниях и др.

Таким образом, для создания системы профилактики суицидов у детей и подростков необходим комплекс организационно-педагогических мер, который бы на деле обеспечил реализацию провозглашаемых принципов гуманизации в воспитании и образовании.

# «Телефон Доверия»

ГБУЗ «ОКСПНБ№1»

Работают специалисты для людей  
оказавшихся в сложной жизненной  
ситуации: 8-351-269-33-58

ОЦДиК кризисная психологическая  
помощь: тел: 8-351—260-91-51,  
8-351-232-00-57

Сайт Центра <http://74211s039.edusite.ru>

Поможем друг другу все выдержать, выстоять,  
найти новый личностный ресурс.

С надеждой на понимание и содействие.

**Спасибо за внимание!**