

# **«Синдром Вертера» или как оценить суицидальный риск**

**Создана на основе методических рекомендаций**

**Министерства образования и науки РФ**

**Федерального государственного бюджетного научного учреждения**

**«Центра защиты прав и интересов детей»**



**Выступление на ШМО классных руководителей**

**Педагог – психолог Злобина О.А.**

# « ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ПОРТРЕТ » СОВРЕМЕННЫХ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ И ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

В подростковом возрасте среди основных новообразований личности особо значимы: становление нравственного сознания, самосознания, самоотношения. Это время интенсивного формирования мировоззрения, системы оценочных суждений, нравственной сферы личности растущего человека.

Эти процессы обусловлены



Внутрисемейной обстановкой

Социальной ситуацией развития  
в целом

Геополитической ситуацией  
в стране

# Так какие они — современные подростки?

Современных подростков часто называют буквами латинского алфавита «Y и Z»; «миллениалами», «поколением быстрых кнопок», «цифровым поколением». Что их характеризует, что влияет на их личностное становление и в то же время может стать риском для их психологической безопасности?

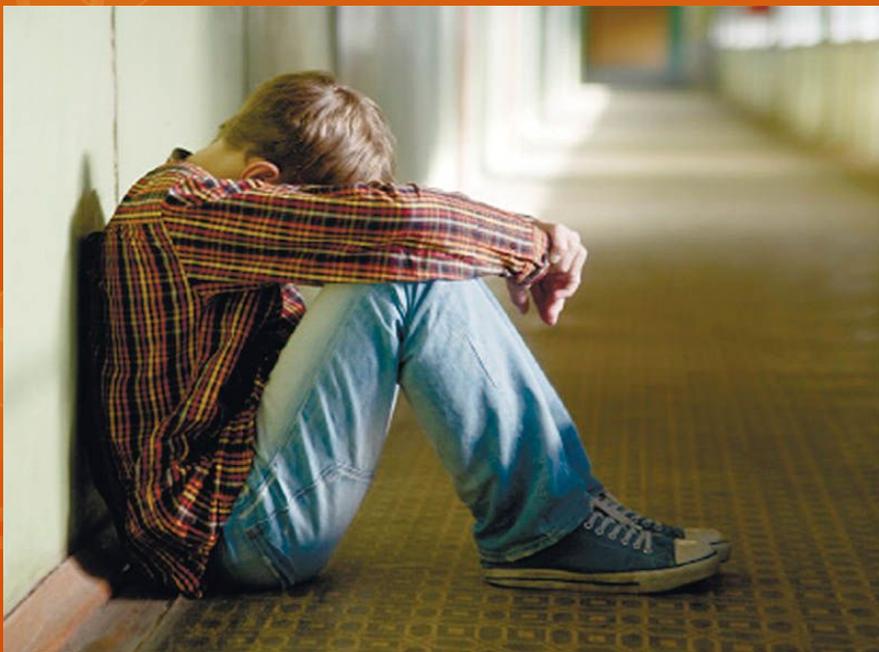


# Характерные особенности подростков:

- половое созревание и неравномерное физиологическое развитие, обуславливающие эмоциональную неустойчивость и резкие колебания настроения (от экзальтации до депрессии);
- изменение социальной ситуации развития: переход от зависимого детства к потенциально самостоятельной и ответственной взрослости;
- смена ведущей деятельности: учебную деятельность вытесняет интимно-личностное общение со сверстниками;
- открытие и утверждение своего «Я», поиск собственного места в системе человеческих взаимоотношений;
- познание себя через противопоставление миру взрослых и через чувство принадлежности к миру сверстников. Это помогает подростку найти собственные ценности и нормы, сформировать свое представление об окружающем его мире;
- появление «чувства взрослости», желание подростка признания своей «взрослости»; стремление разорвать эмоциональную зависимость от родителей.

# СУИЦИДАЛЬНЫЕ РИСКИ — РИСКИ ДЛЯ ЖИЗНИ И ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

Психологический смысл подросткового суицида — это чаще всего «крик о помощи», или протест, месть, стремление привлечь внимание к своему страданию. Анализ мотивов суицидального поведения подростков подтверждает мысль, что его суицидальный поступок — это обращение к значимому другому.



Дети обращаются к друзьям и в интернет: создают сайты и группы в социальных сетях, где они обсуждают смерть, суицид и, возможно, кто-то принимает свое последнее в жизни решение. Здесь важно **НЕ оградить ребенка от этой темы, а научить правильно к ней относиться** — этому могут и должны подготовить ребенка родители, учителя. Ребенок должен иметь возможность поговорить о смерти со своими родными людьми.



# Чем опасно суицидальное поведение для окружающих подростков?

□ «Синдром Вертера» - когда одно самоубийство провоцирует следующее.

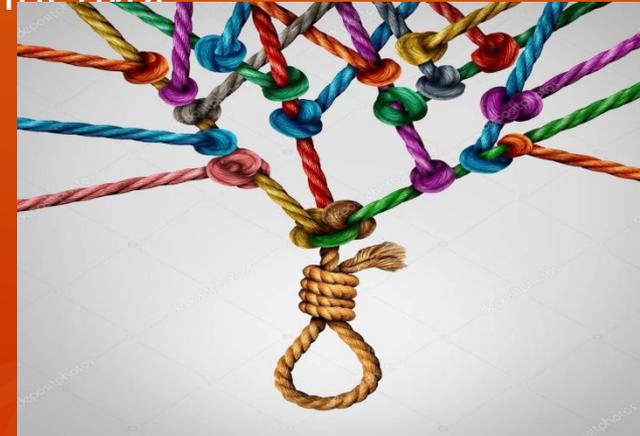
Массовая волна подражающих самоубийств, совершается после самоубийства, которое обсуждается в социальном окружении, широко освещается на телевидении или другими СМИ, либо описанного в популярном произведении литературы или кино.

По мнению ученых если суицид освещается в детальных, подробностях, то влечет за собой 6 следующих.



# Внешние признаки возможности суицидального риска:

- ❑ Резкое снижение успеваемости, проявление безразличия к учебе и оценкам.
- ❑ Затяжное подавленное настроение, низкий эмоциональный фон, раздражительность;
- ❑ Резкое изменение поведения (стал неряшливым, не хочет разговаривать с близкими ему людьми, приводит дела в порядок, стал дарить дорогие ему вещи, теряет интерес к тому, чем раньше любил заниматься, отдаляется от друзей);
- ❑ Разговоры или намеки на желание умереть или нежелание продолжать жизнь;
- ❑ Опасное поведение с высоким риском причинения вреда своей жизни и здоровью.



# Знаки (проявления) суицидального риска

## Поведенческие признаки:

- - внезапная замкнутость и отказ от общения с детьми;
- - употребление спиртного и/или наркотических средств;
- - избегающее поведение (необъяснимые или часто повторяющиеся исчезновения из дома, прогулы в школе);
- - безразличное или негативное отношение к своему внешнему виду;
- - безразличное, а иногда бравадирующее отношение к ситуациям неудач в повседневной жизни;
- - внезапное враждебное поведение, асоциальные поступки, инциденты с правоохранительными органами, участие в беспорядках;
- - внезапно могут появиться проблемы концентрации внимания, снижение успеваемости, активности, неспособность к волевым усилиям.



# Словесные ключи:

- ▣ прямые или косвенные сообщения о суицидальных намерениях: «хочу умереть», «ты меня больше не увидишь», «я не могу больше выносить эту проблему», «скоро все это закончится»;
- ▣ шутки, иронические высказывания о желании умереть, о бессмысленности жизни;
- ▣ уверения в беспомощности и зависимости от других;
- ▣ прощание;
- ▣ самообвинения;
- ▣ сообщение о конкретном плане суицида.



# Поведенческие ключи:

- - раздача своих ценностей, долгов (начинает чинить какие-то вещи с друзьями и родителями, чтобы все было в порядке);
- - написание «записок-завещаний»;
- - несоблюдение правил личной гигиены, изменение привычек сна, питания;
- - самоизоляция от других людей, резкое снижение повседневной активности;
- - частое прослушивание траурной или печальной музыки;
- - склонность к рискованным поступкам.



## Ситуационные ключи:

- психотравмирующие события, которые недавно произошли в жизни ребенка или подростка (разрыв отношений с любимым человеком, публичное оскорбление, незаслуженное наказание, конфликт с родителями и т.п.)



# Факторы суицидального риска

## Врожденные

- Наследственные психические, нервно-психические заболевания
- Тяжелые эндогенные заболевания
- Случаи самоубийств у близких родственников

## Индивидуально-психологические

- Высокая тревожность, эмоциональная нестабильность, агрессивность, 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
- Алкоголизм, наркомания, правонарушения
- Неполные семьи
- Смерть родного человека
- Отсутствие теплоты и взаимопонимания в семье

### В школе

- Неуспехи в учебе
- Конфликты с педагогами, 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

# Как оценить суицидальный риск?

Беседа с подростком о его проблемах

Наблюдение за этим подростком

Информация от третьих лиц (друзей, родственников)

Данные медицинской документации

# Состоянию высокого суицидального риска соответствуют:

- устойчивые фантазии о смерти, невербальные «знаки», мысли, прямые или косвенные высказывания о самоповреждении или самоубийстве;
- состояние депрессии;
- проявления чувства вины /тяжелого стыда /обиды /сильного страха;
- высокий уровень безнадежности в высказываниях;
- заметная импульсивность в поведении;
- факт недавнего/текущего кризиса/утраты;
- эмоционально-когнитивная фиксация на кризисной ситуации, объекте утраты;
- выраженное физическое или психическое страдание (болевого синдром, «душевная боль»);
- отсутствие социально-психологической поддержки /не принимающее окружение;
- нежелание подростка принимать помощь /недоступность терапевтическим интервенциям /сожаления о том, что «еще жив».

# Необходимые условия профилактики суицидального риска в подростковой среде:

- Благоприятная эмоционально-психологическая атмосфера в окружении ребенка (в семье, школе, классе);
- Насыщенность жизни яркими событиями, дающими подростку возможность достичь успеха, проявить себя и почувствовать свою значимость (социальные проекты, творческие акции и т.д.);
- Возможность доверительного общения подростка с родителями, педагогами, искренний интерес со стороны взрослых к событиям жизни, к чувствам и переживаниям подростка;
- Помощь и поддержка в решении проблем и преодолении трудностей;
- Устойчивые социальные связи, значимые для подростка и, прежде всего, семейные;
- Контроль использования ребенком интернет-ресурсов.

# Как вести себя с суицидальными учащимися в школе

1. Информирование родственников подростка о суицидальной опасности или действиях;
2. Обеспечение непрерывного наблюдения за подростком как в школе, так и в семье;
3. Привлечение для консультации детского психиатра или психотерапевта (с согласия родителей или официальных опекунов).



**Это полезно знать!**

Экстренная психологическая  
помощь в России для детей,  
подростков и их родителей:

**8-800-2000-122.**



# Полезные ресурсы:

- ☐ Телефон доверия для детей, подростков и родителей <http://telefon-doveria.ru/>
- ☐ Дети России ОНЛАЙН <http://detionline.com/>
- ☐ Я — родитель <http://www.ya-roditel.ru/>
- ☐ Фонд поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации <http://fond-detyam.ru/>
- ☐ Информационный портал о всех видах зависимостей, связанных с компьютерными и мобильными устройствами. URL: <http://netaddiction.ru>
- ☐ Всероссийский семинар «Профилактика суицидального поведения детей и подростков, связанного с влиянием сети Интернет»: <http://www.fcprc.ru/training/webinars/12-17/program>
- ☐ Типовые сценарии педагогического совета и родительского собрания: «Профилактика интернет-рисков и угроз жизни детей и подростков», Федеральное государственное бюджетное научное учреждение «Центр защиты прав и интересов детей» <http://fcprc.ru/news/profilaktika-internet-riskov-i-ugroz-zhizni-detej-i-podrostkov>
- ☐ Информационно-аналитический журнал «Дети в информационном обществе» (в рамках Года безопасного Интернета в России) <http://www.fid.su/projects/journal>
- ☐ Специализированные страницы сайта ФГБНУ «Центр защиты прав и интересов детей»: «ПОДДЕРЖКА ДЕТСТВА», «ТВОЕ ПРАВО», «ИНФОРМАЦИОННАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ», «ЦЕННОСТЬ ЖИЗНИ»: <http://www.fcprc.ru>
- ☐ Научно-методический журнал «Образование личности»: <http://www.ol-journal.ru>
- ☐ Учебно-методический журнал «Профилактика зависимостей»: <http://профилактика-зависимостей.рф>

**Давайте поможем нашим  
детям стать счастливыми!**

