

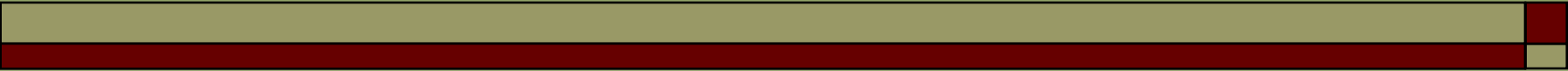
Факторы суицидального риска у подростков

Канькова Анастасия Анатольевна
МБОУ «Центр ПМСС «Содружество» г. Чебоксары, 2011г



Основные понятия

- *Суицид - осознанный акт устранения из жизни под воздействием острых психотравмирующих ситуаций, при котором собственная жизнь теряет для человека смысл.*



В России рост суицидальных попыток ежегодно составляет 1-2□ тысячи детей. За последнее десятилетие рост детских самоубийств составил 100 %. Сравнение числа попыток с числом самоубийств показывает, что из *15 попыток суицидом заканчиваются одна-две*. Более трети молодых людей (34%) повторяют эти попытки - с каждой следующей риск смертельного исхода увеличивается. Отмечено, что лишь в 10% случаев имеется истинное желание покончить с собой, а в 90% суицидальное поведение подростков - это крик о помощи. Не случайно 80% таких попыток предпринимается в дневное или вечернее время - крик этот адресован прежде всего к близким людям!

Основная причина суицида

- *социально-психологическая дезадаптация, возникающая под влиянием острых психотравмирующих ситуаций, нарушения взаимодействия личности с ее ближайшим окружением.*

Возраст

- **от 15 до 24 лет**



Спецификой подросткового возраста является повышенная сензитивность, совпадающая с периодом неопределенности и вхождения во взрослую жизнь. Зачастую это способствуют тому, что в кризисной ситуации подросток может выбирать добровольный уход из жизни как наиболее «легкий» способ ее разрешения

Место жительства

В городе самоубийств больше, чем на селе.



Что важно знать о суициде

- Суицид - основная причина смерти у сегодняшней молодежи.
- Как правило, суицид не происходит без предупреждения.
- Суицид можно предотвратить.
- Разговоры о суициде не наводят подростков на мысли о суициде.
- Суицид не передается по наследству.
- Суициденты, как правило, психически здоровы.
- Тот, кто говорит о суициде, совершает суицид.
- Суицидальные подростки считают, что их проблемы серьезны.
- Суицид - следствие не одной неприятности, а многих.
- Самоубийство может совершить каждый.
- Чем лучше настроение у суицидента, тем больше риск.
- Самое важное: друг может предотвратить самоубийство!

ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ

Для детей характерны импульсивные суицидальные действия, их наиболее частой причиной являются ссоры в семье, агрессивное, негативное отношение родителей к ребенку.

В подростковом возрасте причиной импульсивных суицидальных действий обычно являются конфликтные отношения с родителями, реже с учителями. Подростки нередко тщательно планируют суицидальные действия, их основой является экзистенциальный кризис, обусловленный психологической депривацией.

В молодом возрасте наиболее часто встречаются суицидальные попытки (100:1 по отношению к самоубийствам), значительно чаще их совершают девушки (10:1 по отношению к юношам). В подавляющем большинстве случаев суицидальные действия носят импульсивный характер и обусловлены разрывом отношений или ссорой с партнером.

ФАКТОРЫ И СИТУАЦИИ СУИЦИДАЛЬНОГО РИСКА

- Депрессивное состояние
- Эмоциональные, поведенческие и социальные проблемы
- Злоупотребление психоактивными веществами
- Расстройство настроения и тревожное состояние
- Побег из дома
- Чувство безнадежности



**увеличивают риск совершения
попыток самоубийства.**

История жизни

У подростков такие факторы, как психические заболевания в семье наряду с нездоровыми семейными отношениями, пренебрежение и жестокое обращение, отсутствие любви и заботы в детстве могут потенциально увеличить риск суицида.



СИТУАЦИОННЫЕ ФАКТОРЫ

- Крушение романтических отношений, неспособность справиться с трудностями учебной программы и иные жизненные стресс-факторы и проблемы, связанные со слабо развитыми умениями решать поставленную задачу, заниженная самооценка и попытка разобраться с собственной сексуальной идентификацией

Дополнительным фактором риска

становится самоубийство известных личностей или лиц, которых подросток знал лично. В частности, среди молодежи тоже существует феномен самоубийства из подражания (за компанию). Хорошо разрекламированные попытка самоубийства или совершенное самоубийство могут привести к членовредительству в группе сверстников или иной схожей группе, которая, как зеркало, отражает стиль жизни или качества личности суицидального индивидуума.

Признаками эмоциональных нарушений являются:

- потеря аппетита или импульсивное обжорство, бессонница или повышенная сонливость в течение, по крайней мере, последних дней;
- частые жалобы на соматическое недомогание (на боли в животе, головные боли, постоянную усталость, частую сонливость);
- необычно пренебрежительное отношение к своему внешнему виду;
- постоянное чувство одиночества, бесполезности, вины или грусти;
- ощущение скуки при проведении времени в привычном окружении или выполнении работы, которая раньше приносила удовольствие;
- уход от контактов, изоляция от друзей и семьи, превращение в человека-одиночку; нарушения внимания со снижением качества выполняемой работы;
- погруженность в размышления о смерти;
- отсутствие планов на будущее («Почему это должно меня беспокоить? Ведь завтра я могу умереть»);
- внезапные приступы гнева, зачастую возникающие из-за мелочей.

Маркеры суицидального состояния

- Высказывания о нежелании жить: «Было бы лучше умереть», «Не хочу больше жить», «Я больше не буду ни для кого проблемой», «Тебе больше не придётся обо мне волноваться», «Мне нельзя помочь»;
- фиксация на теме смерти в литературе и живописи, частые разговоры об этом, сбор информации о способах суицида и их соотношении;
- активная предварительная подготовка к выбранному способу совершения суицида (например, сбор таблеток, хранение отравляющих веществ);
- сообщение друзьям о принятии решения о самоубийстве (прямое и косвенное). Косвенные намеки на возможность суицидальных действий, например, помещение своей фотографии в черную рамку, появление среди сверстников с петлей на шее из подручных средств;
- стойкая тяга к прослушиванию грустной музыки и песен;
- раздражительность, угрюмость, подавленное настроение, проявление признаков страха, беспомощности, безнадёжности, отчаяния, чувство одиночества (меня никто не понимает и я никому не нужен), сложности контролирования эмоций, внезапная смена эмоций (то эйфория, то приступы отчаяния). Негативные эмоции связаны с нарушением (блокированием) удовлетворения потребности в безопасности, уважении, независимости (автономности). Накануне и в день совершения самоубийства возможно спокойствие;
- угроза нарушению позитивной социальной идентичности «Я», «мое окружение», потеря перспективы будущего;
- необычное, нехарактерное для данного человека поведение, в том числе более безрассудное, импульсивное, агрессивное, аутоагрессивное, антисоциальное, несвойственное стремление к уединению, снижение социальной активности у общительных людей и, наоборот, возбужденное поведение и повышенная общительность у малообщительных и молчаливых. Возможны злоупотребление алкоголем, психоактивными веществами;
- стремление к рискованным действиям, отрицание проблем;
- снижение успеваемости, пропуск занятий, невыполнение домашних заданий;
- приведение в порядок дел, примирение с давними врагами;
- символическое прощание с ближайшим окружением (раздача личных вещей, фото, подготовка и выставление ролика, посвященного друзьям и близким); дарение другим вещей, имеющих большую личную значимость;
- попытка уединиться: закрыться в комнате, убежать и скрыться от друзей (при наличии других настораживающих признаков).

Это важно!

- Подростки, которые подумывают о самоубийстве, не в состоянии говорить о своих чувствах и переживаниях и слова заменяют действием.

Суицидальные подростки не могут сказать: "У меня неприятности. Одному мне не справиться. Я веду себя так, словно собираюсь убить себя, потому что хочу, чтобы кто-то вмешался в мои суицидальные планы".



Антисуицидальные факторы:

- Нежелание вызывать отрицательные переживания близких.
- Чувство долга к родителям.
- Представление о греховности и о позорности суицида.
- Наличие нереализованных планов.
- Боязнь физических страданий.
- Любовь к жизни.



□ *Благодарю за внимание!*



Т. 62-24-37

Адрес: г. Чебоксары, ул. Университетская, 25

**МБОУ «Центр психолого-медико-социального сопровождения
«Содружество»**