

Профилактика подросткового суицида



*Большинство самоубийц, как правило,
хотели вовсе не умереть –
а только достучаться до кого-то,
обратить внимание на свои проблемы,
позвать на помощь...*





- **Суицид** – умышленное самоповреждение со смертельным исходом (лишение себя жизни)
- **Суицидальное поведение** – это проявление суицидальной активности – мысли, намерения, высказывания, угрозы, попытки покушения.
- **Суицидент** – человек, совершивший попытку суицида, либо демонстрирующий суицидальные наклонности.



7 важных сведений о подростковом суициде



- **Самоубийство является второй по частоте причиной смерти в молодости.**
- **Максимум суицидных попыток приходится на возраст 16-24 года.**
- **Больше всего самоубийств регистрируется весной.**
- **Суицид можно предотвратить. Большинство жертв суицида не хотят умирать.**
- **Суицидальное поведение не наследуется, но его риск выше для тех людей, кто потерял из-за самоубийства близкого родственника.**
- **Тот, кто говорит о суициде, совершает суицид. Более 80% людей сообщают о своём намерении совершить самоубийство, прежде чем это сделать. Они дают нам знать о своих несчастьях и(или) страданиях.**
- **Чем «веселее» настроен суицидент, тем больше риск.**

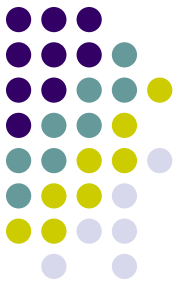
Динамика развития суицидального поведения



- Первая стадия – формирование суицидальных мыслей.
- Вторая стадия – суицидальные замыслы.
- Третья стадия – суицидальная попытка.



Типы суицидального поведения:



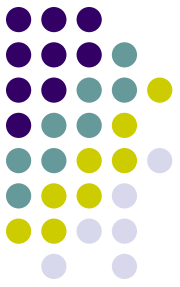
- **Демонстративный:** разыгрывание театральных сцен с изображением попыток самоубийства безо всякого намерения действительно покончить с собой, с расчётом, что вовремя спасут. Все действия предпринимаются с целью привлечь или вернуть утраченное к себе внимание, разжалобить, вызвать сочувствие, избавиться от грозящих неприятностей или чтобы наказать обидчика, обратив на него возмущение окружающих.

Внимание! Демонстративные действия вследствие неосторожности могут обернуться роковыми последствиями.

- **Аффективный:** совершение суицидальной попытки на высоте аффекта, который может длиться от нескольких минут до часов и суток. Возможна и аффективная демонстрация при желании чтобы смерть «произвела впечатление».
- **Истинный:** имеет место при постепенно вынашиваемом намерении покончить с собой. Поведение строится так, чтобы суицидальная попытка, по представлению подростка, была эффективной, чтобы суицидным действиям «не помешали».



Группа риска подростков, склонных к суициду:



- Отличники, т. к. к ним все предъявляют повышенные требования. К тому же эти дети редко бывают приняты в социальной группе сверстников, что также может привести к суицидальному исходу.
- Дети, которые резко снижают успехи в учебной деятельности, естественно вызывая тем самым недоумение и возмущение родителей и учителей.
- Дети, к которым окружающие предъявляют завышенные требования, а они в силу субъективных причин не могут их выполнить.
- Дети, попавшие в трудную жизненную ситуацию.
- Дети с повышенной тревожностью и склонностью к депрессиям.





Признаки суицида

- **Вербальные (речевые) ключи:**
Непосредственные заявления типа «Я подумываю о самоубийстве», или «Было бы лучше умереть», или «Я не хочу больше жить».
- *Косвенные высказывания*, например: «Вам не придется больше обо мне беспокоиться», или «Мне все надоело», или «Они пожалеют, когда я уйду».
- *Намек на смерть* или шутки по этому поводу.
Многозначительное прощание с другими людьми



Поведенческие ключи:



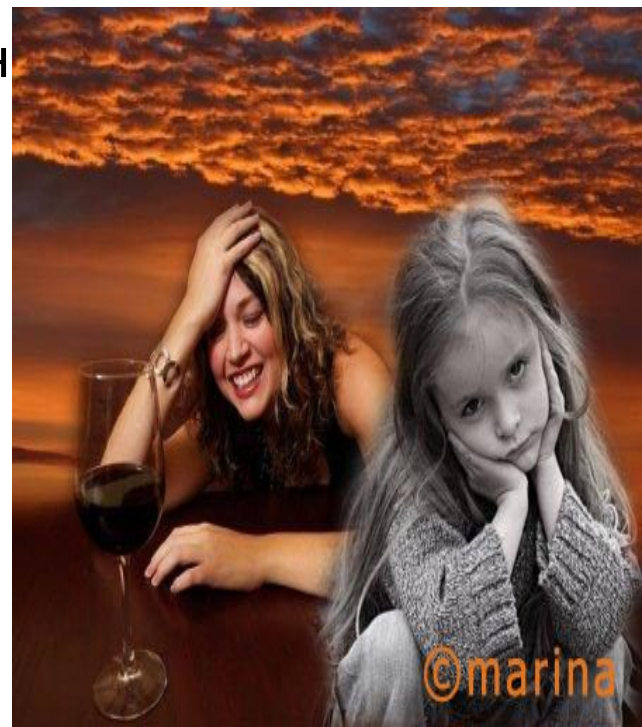
- Приведение своих дел в порядок — раздача ценных вещей, упаковывание.
- Прощание. Может принять форму выражения благодарности различным людям за помощь в разное время жизни.
- Внешняя удовлетворенность — прилив энергии.
- Письменные указания (в письмах, записках, дневнике).
- Словесные указания или угрозы.
- Вспышки гнева у импульсивных подростков.
- Потеря близкого человека, за которой следуют вышеперечисленные признаки. Потеря дома.
- Бессонница.



Причины суицидов.



1. Любое заметное изменение личной жизни, в любую сторону.
2. Смерть любимого человека, особенно родителей или близких родственников.
3. Недавняя перемена места жительства.
4. Неприятности с законом.
5. Коммуникативные затруднения.
6. Социальная изоляция.
7. Различные душевные болезни (шизофрения).
8. Несформированное понимание смерти.
9. Ранняя половая жизнь.
10. Дисгармония в семье.
11. Саморазрушаемое поведение.
12. Реакция протеста.
13. Депрессия.



Причины подросткового суицида



- 70%** –проблемы в общении с родителями;
- 15%** –проблемы в общении со сверстниками;
- 10%** –проблемы в учебе;
- 5%** – неудачи в любви или дружбе.

Россия находится на **6** месте по общему уровню суицидов

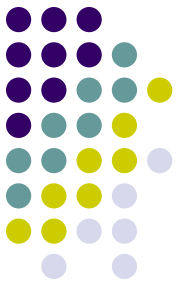
Группа риска.



- Предыдущая попытка суицида.
- Суицидальные угрозы.
- Аутоагрессия.
- Суициды в семье.
- Алкоголизм.
- Хроническое употребление наркотиков и токсических препаратов.
- Аффективные расстройства.
- Хронические и смертельные болезни.
- Тяжелые утраты.
- Семейные проблемы.



Для формирования антисуицидальных установок следует:




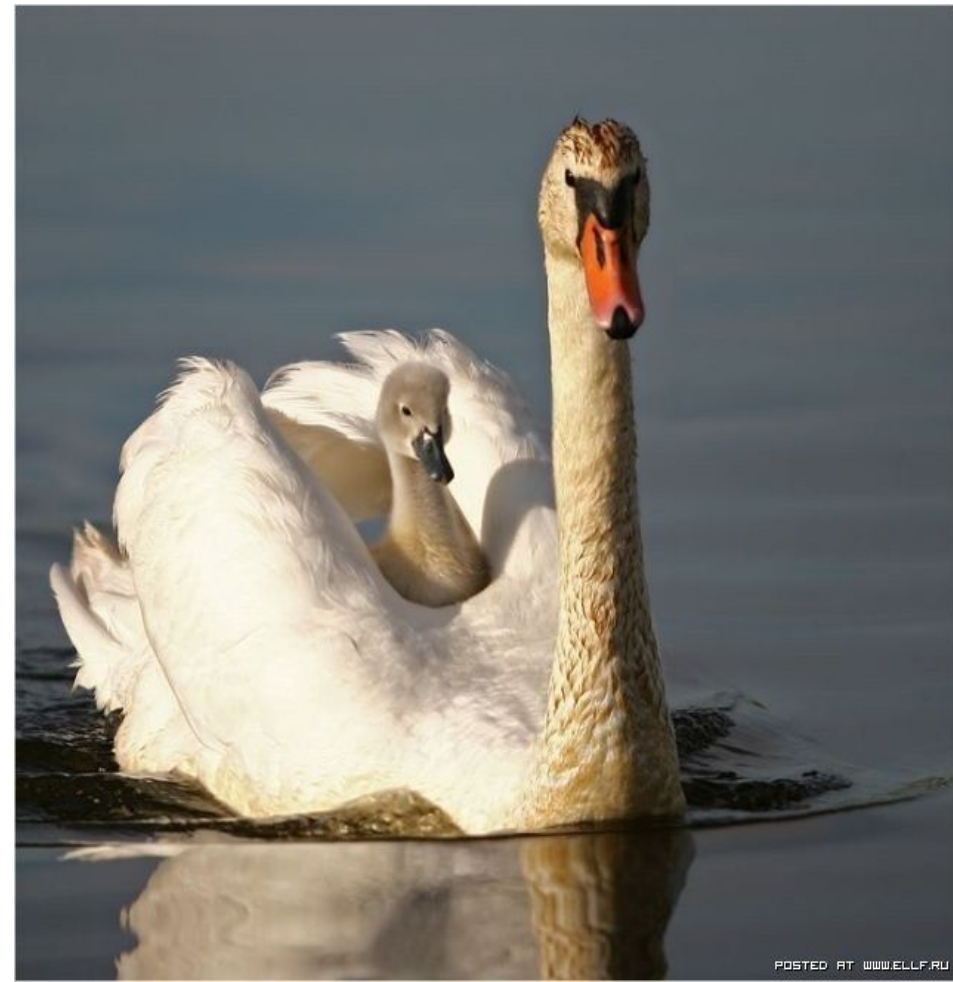
- постоянно общаться с ребенком, не оставлять его наедине со своими мыслями;

- вселять уверенность в свои силы и возможности;

- внушать оптимизм и надежду;

 проявлять сочувствие, окружать теплом и пониманием;

 осуществлять контроль за поведением ребенка, анализировать его отношения со сверстниками.



Куда обратиться



- **2-67-57- Директор «СОШОТ» Соснина Светлана Леонидовна**
- **2-67-56 – Секретарь «СОШОТ»**
- **2-28-41 - психиатр Тонкова Любовь Анатольевна**
- **2-78-01 - ЛМК, нарколог Гуляева Галина Михайловна**
- **2-43-93 Социально – правовой отдел ППМС-центра Останина Надежда Фроловна**
- **Телефон Доверия – 8-800-3-000-122**