

**РАБОТА С
СУИЦИДАЛЬНЫМИ
ОБРАЩЕНИЯМИ НА
ЛИНИИ ДЕТСКОГО
ТЕЛЕФОНА ДОВЕРИЯ**

Суицид

1. Психопатологическое. Расстройство психики
2. Психологическое. Аутоагрессивное поведение
3. Социально-психологическое. Конфликт со средой

Суицидент. Цели.

- Прекращение боли, страдания...
- Прекращение осознания, понимания...
- «Смена декораций» – там лучше...
- Решение проблем...

Признаки. «Состояние»

- Сниженный фон настроения
- Печаль, грусть
- Перепады настроения
- Эмоциональная лабильность/ неустойчивость
- Нарушение пищевого поведения
- Нарушение сна
- Астения
- Снижение работоспособности
- Снижение качества психических процессов
- Потеря интереса/ апатия
- Социальная изоляция
- Негативные эмоции: вина, стыд, потерянности
- Дисфункциональные установки: беспомощность, безнадежность
- Аутоагрессия, аутодиструкция
- Злоупотребление ПАВ

Признаки. «Поведение»

- Смерть и самоубийство как центральная тема разговора (читать, смотреть, обсуждать)
- Предпочтение специфической музыки (депрессивно-суицидальный блэк-металл)
- Наведение порядка в вещах / раздача вещей

Признаки. «Событие»

- Развод / расставание (собственный, родительский)
- Смерть близкого
- Неприятие со стороны окружения
- Насилие
- Неразделенная любовь / разрыв с сексуальным партнером
- Потеря работы / неприятности
- Смена места жительства (особенно - подростки)
- Беременность (особенно - несовершеннолетние)
- Финансовые потери

Признаки. «Возраст»

- Пожилой возраст – после прекращения активной профессиональной и социальной жизни
- Средний возраст (40-60 лет) – эффект «пустого гнезда», депрессия, разводы, болезни
- Подростковый

Признаки. Подросток

Функция прекращения страданий

- Самонаказание, чувство вины, стыда
- Ощущение отвергнутости и ненужности
- Низкая самооценка
- Переживание утраты
- Потеря смысла жизни
- Физические страдания
- Насилие

Признаки. Подросток

Функция воздействия на кого-либо / что-либо

- Протест против действий других людей
- Стремление отомстить
- Желание обратить на себя внимание
- Призыв к окружающим
- Жертва

Признаки. Подросток

функция идентификации с кем-либо

- Подражание кумиру
- Подражание герою
- Массовое самоубийство (тренд / хэштег)
- «религиозный» акт (секты)

Оценка риска в телефонном разговоре

1. Молчание, паузы, сложности в установлении контакта с консультантом
2. Разговоры о медицинской помощи, фармакологии
3. Рассказ о самоубийствах в кино, литературе, жизни
4. Рассказ о предыдущих мыслях / попытках самоубийства
5. Обсуждение способов самоубийства
6. Информирование о приведении своих дел в порядок
7. Тревога на фоне депрессивных мыслей
8. Рассказывает о зависимости (-ях)
9. Рассказ о том как сложно уснуть или проснуться
10. Говорит о смертельном / хроническом заболевании
11. Ведет речь о собственной бесполезности (в широком смысле)
12. Говорит о собственном одиночестве / изоляции
13. Рассказывает о кардинальных (непредвиденных, негативных) изменениях в жизни
14. Говорит о денежных проблемах
15. Настроение «скачет» от депрессивного до сверхактивного (готовности действовать)

Принципы построения отношений с абонентом с суицидальными намерениями

- Не демонстрировать свое замешательство – быть компетентным
- Не спорить – принимать
- Не отговаривать – слышать
- Не снижать «ценность» боли – уважать
- Не пытаться уменьшить боль – понимать
- Не давать простых ответов – открытость
- Не сравнивать – ценить
- Не «виноватить» – поддерживать
- Быть честным

Принципы построения отношений с абонентом с суицидальными намерениями

- Дружеская помощь
- Оставаться собой
- Быть на равных
- Искренне выражать заботу
- Говорить с человеком
- Внимательно слушать
- Брать паузы
- Использовать простые прямые вопросы
- Говорить о боли
- Быть на стороне собеседника
- Помочь собеседнику самому найти выход
- Быть рядом

Этапы беседы с суицидальным абонентом

1. Установление отношений
2. Идентификация проблемы
3. Исследование проблемы
4. Оценка проблемы
5. Заключение контракта

Мифология

1. Люди, много говорящие о суициде, не совершат его
2. Разговор о суициде может подтолкнуть к самоубийству
3. Все самоубийцы – душевно больные люди
4. Суицид – способ решения проблемы
5. Решение о самоубийстве неизменяемо
6. Повторная попытка суицида маловероятна