

# Профилактика суицидов подростков



# Факторы, приводящие к суицидальным действиям

- 1. Социокультурные особенности личности:**
  - личностная тревожность;
  - фрустрационная толерантность.
- 2. Негативное восприятие окружающего мира, отсутствие осознанного стремления к жизни.**
- 3. Неблагоприятное социальное окружение.**



Негативное социальное окружение - основная причина, побуждающая подростков к совершению суицидальных поступков.



# Основные факторы:

- Взаимоотношения с родителями, степень понимания ими своих детей, сопереживания, нормативность отношений.
- Проблемы в школе, связанные с личностью учителя и его социометрическим статусом в классе и личностным отношением к успеваемости и факторам жизненных перспектив.
- Взаимоотношения со сверстниками, друзьями, представителями противоположного пола.

## *Личностные особенности подростков, склонных к суицидальным попыткам.*

- повышенная тревожность;
- высокая фрустрация;
- негативное восприятие окружающего;
- неспособность самостоятельно найти пути решения задачи.

# МОТИВЫ ПОПЫТОК САМОУБИЙСТВ:

- «дать понять человеку, в каком ты отчаянии»;
- заставить пожалеть о плохом отношении»;
- «показать как ты любишь другого» или выяснить, «любят ли тебя»;
- «повлиять на другого, чтобы он изменил свое решение» ;
- «призыв, крик о помощи.

# Психологический смысл суицида:

- отреагирование,
- снятие аффективного напряжения,
- уход, выключение из тяжелой жизненной ситуации.

# Суицид демонстративного характера

Агрессия подростка направлена вовне:

- отомстить,
- навредить,
- заставить страдать кого-либо,
- привлечь к ответственности и т.п.

*При этом истинное желание смерти отсутствует.*

# Истинный суицид - агрессия против собственного "Я"

- потеря жизненного смысла,
- протест,
- желание избежать страданий,
- самонаказание.



# Для истинных суицидов характерны:

- - наличие пресуицидального периода;
- - продолжительность конфликтной ситуации;
- - психологический дискомфорт;
- - незащищенность, психологическое одиночество;
- - нарушение психологии жизненной среды; ощущение субъективной невыносимости существования в сложившихся условиях;
- - отсутствие желания жить.

# Показатели суицидального риска:

- Недавние потери, связанные со смертью, разводом, разрывом взаимоотношений, потери денег, самоуверенности, самооценки, школьные проблемы.
- Утраченная вера в идеалы
- Потеря интереса к дружбе, увлечениям, жизненной деятельности, ранее доставлявшим удовольствие.
- Беспокойство о деньгах, болезни (либо реальных, либо надуманных).
- Изменение характера - угрюмость, отчужденность, раздражимость, беспокойство, усталость, нерешительность, апатия.
- Изменение в поведении – неспособность сосредоточиться в школе, на уроках, постановка рутинных задач.
- Нарушение режима сна – бессонница, часто с ранним пробуждением или наоборот, подъем позже обычного, ночные кошмары.
- Нерегулярный прием пищи – потеря аппетита, веса, ожорство.
- Боязнь потерять контроль, сойти с ума, причинить вред себе или окружающим.
- Ощущение беспомощности, бесполезности, «безучастности», «всем будет без меня лучше».
- Всеобъемлющее чувство вины, стыда, ненависти к себе.
- Бездна надежное будущее, «мне никогда не станет лучше, я всегда буду себя чувствовать плохо».
- Злоупотребление наркотиками или алкоголем.
- Суицидальные импульсы, заявления, планы.
- Раздача любимых вещей.
- Прежние попытки суицида или жесты.
- Возбуждение, гиперактивность, нетерпеливость – могут указывать на скрытую депрессию.

# Признаки вероятности реализации суицидальных тенденций:

- Открытые высказывания о желании покончить жизнь самоубийством (знакомым, родственникам, любимым в письменной форме);
- Косвенные намёки на возможность суицидальных действий (появление в кругу коллег с петлёй на шее из брючного ремня, верёвки, телефонного провода и т. п., игры с оружием, имитирующие самоубийство);
- Активная предварительная подготовка, целенаправленный поиск средств (таблеток, отравляющих веществ и жидкостей);
- Фиксация на примерах самоубийств (частые разговоры о самоубийствах вообще);
- Символическое прощание клиента с ближайшими родственниками (раздача личных вещей, фотоальбомов, часов и т.д.);
- Изменившийся стереотип поведения: несвойственная замкнутость и снижение двигательной активности у подвижных, общительных; возбужденное поведение и повышенная общительность у малоподвижных и молчаливых;
- Сужение круга контактов, стремление к уединению.



- По статистике 8 из 10 суицидентов прямо или косвенно подают окружающим знаки. Не все суициденты страдают депрессией или психическими заболеваниями. Самоубийца может быть совершенно любимым человеком, любого характера с любыми склонностями. И если он совершал ранее попытки, то вероятность повторения очень большая.