

# *СУИЦИД*

*Педагог – психолог  
МБОУ СОШ № 18  
Морякина О.И.  
г. Камышин*

# Статистика

По данным Всемирной организации здоровья, **в 1983 году** в мире покончили жизнь самоубийством **более 500 тысяч человек**, а 15 лет спустя, **в 1998 году** – уже **820 тысяч человек**. Из них **20%** приходится на **подростковый и юношеский возраст**. За последние 15 лет число самоубийц в возрастной группе от 15 до 24 лет увеличилось в 2 раза и в ряду причин смертности во многих экономических развитых странах стоит на 2 – 3 местах.

*В Волгоградской области за первое полугодие **2011** года зафиксирован **271** случай суицида.*

*Волгоград, Волжский и Серафимович – именно в этих городах нашего региона дети чаще всего кончают жизнь самоубийством.*

*Россия сегодня занимает лидирующие позиции по детским суицидам в мире.*

## **Самоубийство, суицид**

**(от лат. sui caedere — убивать себя) — целенаправленное лишение себя жизни, как правило, добровольное и самостоятельное .**



# Информация к размышлению.

- Наиболее частой причиной попытки самоубийств среди подростков - семейные конфликты с родителями.
- На втором месте – угроза потери близкого человека (неразделимая любовь)
- На третьем месте – несправедливое отношение, обвинение
- 15% суицидов предпринимали повторные попытки самоубийств.

***Родителям важно знать, в чем заключается проявление пред  
суицидального поведения.***

***Признаки эмоциональных нарушений:***

- потеря аппетита или импульсивное обжорство, бессонница или повышенная сонливость;
- частые жалобы на соматические недомогания (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;
- погруженность в размышления о смерти;
- отсутствие планов на будущее;
- внезапные приступы гнева, зачастую возникающие из-за мелочей;
- пессимистическая оценка своего нынешнего состояния, отсутствие перспектив в будущем.

## *К внешним проявлениям относятся:*



- *тоскливое выражение лица (скорбная мимика);*
- *тихий монотонный голос, замедленная речь;*
  - *краткость ответов, отсутствие ответов;*
- *ускоренная экспрессивная речь;*
- *общая двигательная заторможенность, бездеятельность;*
- *стремление к контакту с окружающими, поиски сочувствия;*
- *эгоцентрическая направленность на свои страдания.*

## **Словесные признаки:**

1. *Разговоры о смерти: “Я собираюсь покончить с собой”; “Я не могу так дальше жить”.*
2. *Намёки о своем намерении: “Я больше не буду ни для кого проблемой”; “Тебе больше не придется обо мне волноваться”.*
3. *Много шутят на тему самоубийства.*
4. *Заинтересованность вопросами смерти.*



## **Ситуационные признаки.**

1. Социально изолирован (не имеет друзей или имеет только одного друга), чувствует себя отверженным.
2. Живет в нестабильном окружении.
3. Ощущает себя жертвой насилия.
4. Предпринимал раньше попытки суицида.
5. Перенес тяжелую потерю (смерть кого-то из близких, развод родителей).
7. Слишком критически настроен по отношению к себе.



## **Риск суицидального поведения увеличивается в случае:**

- **Наличия предыдущей (незаконченной) попытки суицида.**
- **Тенденции к самоповреждению.**
- **Наличия суицидальных попыток в семье.**
- **Алкоголизма. Длительное злоупотребление алкоголем способствует усилению депрессии, чувства вины и психической боли, которые часто предшествуют суициду.**
- **Хронического употребления наркотиков и токсических препаратов. Они ослабляют мотивационный контроль над поведением человека, обостряют депрессию, вызывают психозы.**
- **Аффективных расстройств, особенно тяжелых депрессий.**
- **Хронических или смертельных болезней.**
- **Тяжелых утрат, например смерти родителя, особенно в течение первого года после потери.**
- **Лично-семейных конфликтов (развод, болезнь, одиночество, неудачная любовь, оскорбления со стороны окружающих, половая несостоятельность).**
- **Конфликты, опасение уголовной ответственности; боязнь иного наказания или позора.**
- **Материально-бытовых трудностей.**
- **Конфликтов, связанных с учебой (неуспехи в учебе).**

# Советы

- 1. Внимательно выслушайте решившегося на самоубийство подростка.*
- 2. Оцените серьезность намерений и чувств решившегося на самоубийство человека.*
- 3. Оцените глубину эмоционального кризиса.*
- 4. Внимательно отнеситесь ко всем, даже самым незначительным обидам и жалобам.*
- 5. Не бойтесь прямо спросить, не думают ли он или она о самоубийстве.*

A dramatic landscape photograph. The foreground is a golden field of tall grass or wheat, slightly out of focus. In the middle ground, there are some dark trees and a small structure. The sky is the dominant feature, filled with dark, heavy clouds, suggesting an approaching storm. A patch of lighter blue sky is visible in the upper left corner. The overall mood is somber and contemplative.

*Не зря пословица гласит,*

*Что жизнь пройти –  
не поле перейти...*

**Список полезных ссылок:**

<http://www.suicida.net/pointer/profilaktika/> - Суицида нет.

<http://vsevteme.ru/network/161/items?category=1518> – Все в теме.

<http://www.centr-detstvo.ru/publ/13-1-0-74> - Детство. Подростковый суицид: причины и профилактика.

[http://www.rus-goroskop.ru/lichnost\\_view.html?link=suizid](http://www.rus-goroskop.ru/lichnost_view.html?link=suizid) – Суицид.

Профилактика суицида.

Головачев В. Ц. [Самоубийство как обычай и ритуал в традиционном](#)

[Китае](#) // Этножурнал.

Мартыненко А. В. [Суицид в молодежной среде](#) // [Знание. Понимание.](#)

[Умение](#). — 2005. — № 1. — С. 139-141.