

ГБОУ Центр психолого - медико - социального сопровождения «ОЗОН»

Нижняя Красносельская,45/17; Тел.: 8-499-265-01-18,  
<http://cpmssozon.ucoz.ru>

# Психологические факторы риска суицидального поведения у детей и подростков

*Педагог-психолог, кандидат  
психологических наук*

*Сотникова Ю.А.*

*2012 год*

# Суицидальное поведение

- Суицидальное поведение помимо завершеного суицида включает в себя суицидальные покушения, демонстративные суицидальные попытки, и суицидальные мысли, высказывания. К покушениям относятся попытки суицида, не завершившиеся летально вопреки желанию покушавшегося.
- Если в детском возрасте суициды встречаются редко, то в возрасте 14 – 15 лет они столь часты в кризисных состояниях, что многие авторы рассматривают суицидальное поведение в ряду типичных нарушений поведения в подростковом периоде.

# Мотивы суицидального поведения

- снижение тревоги, попытка справиться с другими негативными чувствами, психологическая разрядка;
- нанесению ущерба «плохому Я», самонаказание;
- бегство от неудачи, провала, унижения, обиды;
- манипуляции в общении с другими, протестное поведение, средство достижения значимой цели, а также средство предотвращения определенных поступков окружающих;
- привлечения внимания к себе.

# Причины суицидального поведения:

- низкая самооценка и недостаточный уровень принятия себя;
- чувство вины, убеждение в неспособности выполнить предъявляемым к нему требованиям;
- повторение стиля поведения суицидального или аутоагрессивного родителя;
- жестокое обращение с ребенком в семье;
- отказ от принятия утраты родителя в случае его смерти или в случае развода родителей;
- акт мести родителям, сверстникам или учителям, обвинение других через причинение вреда себе;
- крик о помощи.

# Причины повышенного риска самоубийства

1. Воспитание в духе максимализма, чрезмерно высокой требовательности к себе.
2. Отсутствие у родителей любви к детям.
3. Воспитание у детей чувства вины, когда ребенок оценивает себя ниже других, считает себя "плохим", не имеет чувства самоуважения.
4. Алкоголизм родителей, злоупотребление алкоголем самими несовершеннолетними.
5. Отсутствие психологической помощи после перенесенной ребенком психической травмы.
6. Хронические конфликтные отношения в семье.

**Неспособность родителей сделать жизнь детей счастливой, развить у них чувство уверенности в себе, "нужности", любовь к жизни.**



# Ключевые факторы суицидального поведения:

1. Зависимость самооценки школьников от детско-родительских отношений, отношения в классе, получаемых оценок. Уязвимость, ранимость самооценки и самоотношения. Неадекватно заниженная самооценка. Аутоагрессивное поведение возникает в ответ на изменения значимых отношений. Ощущение себя плохим, никому не нужным, отвергнутым.

## 2. Перфекционизм (стремление к совершенству).

Ощущение себя особенным, не таким как все, легко переходящее в чувство неполноценности, дефектности, позора. Чувство «отличия», «инаковости». Напряжение и тревога в школе, вызванная соперничеством, страх строгих родителей.

Суицидальное поведение возникает в ответ на «крах», неудачи, плохие оценки.



3. Психотравмирующая ситуация: утрата объекта любви, развод, ссоры с родителями; эмоциональное, физическое, сексуальное насилие; реакция на неуспешность; неприятие классом, унижение, позор.
4. Примитивные, незрелые реакции на эмоционально значимые события: ярость, обида, стыд, вина, тревога.

- 5.** Неумение выражать сильные эмоции с помощью речи или в процессе общения, способствующая отреагированию своих эмоций суицидальными действиями. Поиск помощи у детей происходит, как правило, не словами, а телесными или поведенческими знаками. Крайней формой такого поведения являются суицидальные действия.
- 6.** Низкая способность переносить болезненные эмоции и нанесение себе телесных повреждений для снижения интенсивности душевной боли.
- 7.** Серьезное нарушение раннего развития личности ребенка, отсутствие любви к себе и своему телу, заботы о защите тела.

# Типичные детско-родительские отношения при самодеструктивном поведении (по О.Кернбергу):

- наказующий, оскорбляющий ребенка родитель - плохой, отвратительный ребёнок,
- незаботящийся родитель – нежеланный, отвергаемый ребёнок,
- жестокий преследователь - беспомощная жертва.

Образ «Я» суицидальных детей таким образом «Я - жертва», либо «Я-отвергаемый».



# Индивидуально-типологические черты, способствующие риску суицидального поведения

- застреваемость на негативных переживаниях и повышенная тревожность;
- эмоциональная неустойчивость, ранимость и уязвимость к эмоциональному стрессу, склонность к острым ощущениям, импульсивность;
- зависимость от отношения к другим, чувство личной неполноценности, эмоциональная незрелость, пассивность, паника в ситуации фрустрации;
- неразвитость коммуникативных навыков, неадекватно заниженная самооценка, слабость психологической защиты;
- эгоцентризм, проявляющийся, с одной стороны, как фиксация на себе, с другой - как стремление использования других для удовлетворения собственных потребностей;
- наличие демонстративности в личности ребенка.

# 4 компонента личности аутоагрессивного ребенка по А.А. Реану

- 1) характерологический блок (интроверсия, педантичность, демонстративность, депрессивность и невротичность);
- 2) самооценочный блок (низкая самооценка);
- 3) коммуникативный блок (низкая общительность, застенчивость);
- 4) блок восприятия себя и других (позитивность восприятия значимых «других» и негативное восприятие себя).

# Предупредительные меры для снижения риска суицидального поведения несовершеннолетних

Необходимы предупредительные меры на всех уровнях личностной системы:

1. Телесный уровень (приятие собственного тела, умение заботиться о своем теле, навыки релаксации, занятия спортом)
2. Эмоциональный уровень
  - укрепление любви к себе, самоуважения и сочувствия другому
  - развитие навыков осознания, вербализации и социально приемлемого способа отреагирования отрицательных эмоций.
3. Познавательный уровень
  - смягчение юношеского максимализма,
  - развитие и укрепление позитивного мышления.
4. Ценностный уровень
  - осознание гуманистических ценностей, включая взаимопомощь, умение сопереживать другому,
  - развитие ценностной сферы, ценностей и возможных смыслов жизни
5. Поведенческий уровень
  - развитие способов преодоления трудных ситуаций: поиск помощи, поддержки у взрослых и сверстников, учителей, врачей, психологов.
  - развитие коммуникативных навыков

**Обращайтесь за помощью в  
ГБОУ Центр психолого - медико - социального  
сопровождения «ОЗОН»**

**ул.Нижняя Красносельская, 45/17;**

**Тел.: 8- 499-265-01-18**

**<http://cpmssozon.ucoz.ru>**