Поддержка консультантом суицидального клиента

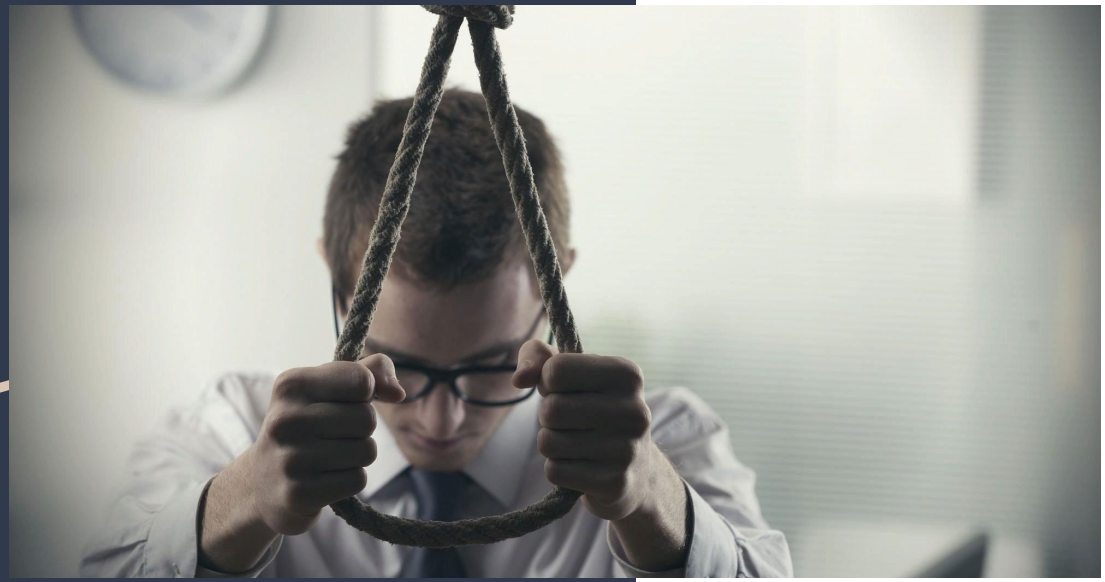
В рамках консультирования выделяется ряд требований к консультанту: консультант должен быть заинтересован клиентом, спо собным выразить эмпатию и уважать любое принятое решение клиентом. Важным в консультировании таких клиентов является признание их права на суицидальные мысли и решения, при четком отслеживании причин возникновения суицидальных мыслей и обсуждением эффективности суицидальных действий для решения возникающих задач. Так, если причиной суицидального намерения подростка является «Чтобы родители поняли, что они не правы...», то суицид как способ доказательства — неэффективен. Консультант должен иметь возможность спокойно относиться к самой идее о суициде и с уважением обсуждать эту идею с клиентом, без обвинений в адрес клиента и чтения нравоучений.

В рамках консультирования психолог должен решить три основные задачи:

1) уловить сигналы о наличии суицидальных мыслей, намерений, условий совершения суицида;

2) оценить степень опасности суицидальных действий;

3) проявить заботу о клиенте и помочь ему в принятии решения, исключающего суицидальные мысли и действия.



Из специфических действий, которые должен произвести консультант при взаимодействии с суицидальным клиентом, выделяют следующие:

• выразить заинтересованность самим клиентом, его личностью,жизнью, увлечениями;

• выяснить образ суицидального действия;

• выяснить причины и условия формирования суицидального намерения;

• выразить чувства, возникающие в связи с проблемной областью клиента;

• выяснить степень изоляции клиента;

• быть готовым к вовлечению в длительные консультативные отношения с клиентом. Существует достаточно много подходов к су ициду, некоторые из них направлены на активное предотвращение суицидальных действий, вплоть до выезда к клиенту, другие же — противокационные, третьи направлены на самоопределение клиента. Среди различных подходов к консультированию суицида чаще всего применяют кризисную психотерапию.

В рамках кризисной психотерапии выделяются четыре основные стадии, обязательные для консультативных отношений.

1. Стадия принятия направлена на установление доверительных отношений с клиентом, учитывая специфику эмоционального со стояния клиента (чаще клиенты ощущают печаль, гнев, вину, сомнение).

2. Стадия проблемы направлена на выявление базовой проблемы или конфликта, лежащих в основе принятия решения о суициде.

3. Стадия альтернатив — задача преодоления туннельного видения клиента, для поиска других способов решения проблемы, кроме суицидального.

4. Стадия принятия решения наступает в ситуации, когда клиент начинает рассматривать кризис как управляемую ситуацию и готов продолжать свою жизнь.

Работая с суицидальными клиентами необходимо помнить, что клиент все же может совершать суицид. В случае возникновения такой ситуации важно принять право человека на собственную жизнь, и направить усилия на предотвращение повторной попытки, если клиент остался жив. Дело в том, что суицидальная попытка как се рьезное кризисное событие будет переживаться человеком по принципу острого горя. Что означает поэтапное прохождение переживания печали с нормативной стадией депрессии на третьем—четвертом месяце после первой суицидальной попытки.

Если же суицидальное действие клиента завершилось летальным исходом, консультант должен помнить о важных аспектах, сохранения собственной профессиональной и эмоциональной компетентности. Во-первых, переживание суицида клиента консультантом будет проходить по принципу острого горя. То есть сам консультант переживет все стадии реагирования на смерть своего клиента, включая депрессию, снижение ощущение эмоциональной стабильное», профессиональную несостоятельность и т.д. В этом случае консультанту необходима помощь другого специалиста или супервизора. Во-вторых, при работе с суицидальным клиентом необходимо вести протокол сессий для предоставления в суд в случае возникновения такой необходимости. В-третьих — это необходимость помнить о памятных датах (годовщинах смерти), в которые сам консультант может испытывать необъяснимое беспокойство, а могут появиться родственники умершего, для того чтобы поговорить или просто вспомнить о своем близком.

Если же в рамках экстренного консультирования, клиент все же совершает суицидальный поступок, то необходимо помнить, что вины консультанта в этой ситуации нет.

В отечественных источниках также предлагается ряд приемов, знание которых необходимо каждому спасателю:

• структурирование ситуации через задавание вопросов для последовательного изложения картины ситуации, приводящей к суициду;

• снятие остроты ситуации для того, чтобы появилось время на обдумывание;

• терапия успехами и достижениями;

• планирование в виде побуждения к формированию планов деятельности, отличной от суицидальных.

Категорически запрещено при общении с активным суицидантом проявлять сарказм, враждебность. Нельзя спрашивать прямо о месте нахождения.

Спасибо за внимание!