

Педагогическая консультация

«Вместе в будущее наших детей»

Цель: Оказание профилактической помощи родителям по проблемам подросткового суицида.

Задачи: - Расширить знания родителей о причинах, признаках и характере подросткового суицида. - Предоставить возможность задуматься и оценить взаимоотношения со своим ребенком. - Воспитывать уважение к личности ребенка и понимание его проблемам

Суицид – умышленное самоповреждение со смертельным исходом, (лишение себя жизни).

Психологический смысл суицида
чаще всего заключается в отреагировании аффекта, снятии эмоционального напряжения, ухода от той ситуации, в которой волей неволей он оказывается.



Типы суицидальных действий различают в зависимости от личностного смысла:

протест,

месть;

призыв (о помощи);

избежание (наказания, страдания);

самонаказание;

отказ.





Виды суицидов

1. Демонстративный

Внимание! Демонстративные по замыслу действия вследствие неосторожности, неправильного расчёта или иных случайностей могут обернуться роковыми последствиями.

2. Аффективный

3. Истинный

4. Скрытый

Общие черты суицида

Цель: поиск решения в проблемной ситуации.

Причина: фрустрированная (неудовлетворенная) потребность.

Эмоция: безнадежность, безысходность.

Когнитивная характеристика: резкое сужение сознания.

Мотивация: бегство.

Отношение к суициду: амбивалентность (человек не хочет умирать, но и жить не может).

Тенденция: сообщение о своих попытках в той или иной форме; соответствие суицидальных попыток общей личностной структуре.

Особенности подросткового суицидального поведения

- **Одной из важнейших причин самоубийств у подростков считается отсутствие уверенности и самоидентификации.**
- **Особенности подросткового возраста, перестройка систем и функций вызывают эмоциональные перепады**
- **Эффект Вертера - подобный поступок молодёжного кумира, героя книг или фильмов, близких друзей или любимых вызывает эмоциональное заражение.**
- **Подростки часто рассматривают суицидальные попытки как своеобразную, но подконтрольную взрослым игру, оставаясь в глубине души уверенными, что те не разрешат им довести суицид до конца.**

▪ Низкое осознание последствий своих действий, ситуативное восприятие.

▪ Подмена ценностей (Жизнь – самая большая ценность, заменяется по значимости другими, такими как – любовь, престиж, достижения, оценка окружающих)

сензитивность, эмоциональная неустойчивость, возбудимость, достигающая уровня акцентуации, формирует в сочетании с другими факторами особую predisposition личности, способствующую повышению суицидального риска.

Возрастное своеобразие аутоагрессивного поведения подростков

- 1. Самоповреждения.**
- 1. Демонстративно-шантажные суициды с агрессивным компонентом.**
- 1. Демонстративно-шантажные суициды с манипулятивной мотивацией**
- 1. Суициды с мотивацией самоустранения.**

Признаки суицида

1. Уход в себя.
2. Капризность, привередливость.
3. Депрессия.
4. Агрессивность.
5. Нарушение аппетита.
6. Раздача подарков окружающим.
7. Психологическая травма.
8. Перемены в поведении.
9. Угроза.
10. Активная предварительная подготовка.

Семейный фактор риска

- **Отсутствие отца в раннем детстве.**
- **Недостаточность материнской любви.**
- **Синдром отсутствия родительского авторитета.**
- **Матриархальный стиль отношений в семье.**
- **Гиперавторитарность слабого взрослого, который стремится утвердить себя в семье с помощью эмоциональных взрывов и телесных наказаний ребенка.**
- **Распад семейного очага (разводы, измены, сожительство).**
- **Хронические конфликты между супругами, враждебность между членами семьи.**
- **Длительные болезни или смерть родных.**
- **Наличие в семье алкоголиков, психически больных и лиц с асоциальными формами поведения.**

Маркеры

Абсолютно точных признаков суицидального риска нет, но наиболее общими являются:

■ **Признаки замышляемого суицида.** К ним относятся: разговоры на темы самоубийств, смерти, сны с сюжетами катастроф, сны с гибелью людей или собственной гибелью, повышенный интерес к орудиям лишения себя жизни, рассуждения об утрате смысла жизни, письма или разговоры прощального характера.

■ **Наличие опыта самоубийства в прошлом,** наличие примера самоубийств в близком окружении, особенно родителей и друзей; максималистические черты характера, склонность к бескомпромиссным решениям и поступкам, деление мира на белое и черное.

- **Объективная тяжесть жизненных обстоятельств:** детство, прошедшее в неблагополучной семье; плохие отношения с близкими в данный период; потеря дорогого человека, общественное отвержение; тяжелое заболевание и т.д.
- **Снижение ресурсов личности,** позволяющих противостоять трудностям: депрессия, стрессовые состояния, беспомощность, болезни, насилие в близком окружении, истощенность физического или психического плана, неопытность и неумение преодолевать трудности.

Группа риска подростков, склонных к суициду

- **Отличники**, т. к. к ним все предъявляют повышенные требования. К тому же эти дети редко бывают приняты в социальной группе сверстников, что также может привести к суицидальному исходу.
- **Дети, которые резко снижают успехи в учебной деятельности**, естественно вызывая тем самым недоумение и возмущение родителей и учителей.
- **Дети, к которым окружающие предъявляют завышенные требования**, а они в силу субъективных причин не могут их выполнить.
- **Дети с повышенной тревожностью и склонностью к депрессиям.**
- **Дети у которых были попытки самоубийств в прошлом или были случаи самоубийств в близком окружении.**
- **Дети с психологической травмой (ПТСР, насилие, утраты)**

Характерные черты суицидальных личностей

- **Настойчивые или повторные мысли о самоубийстве.**
- **Депрессивное настроение, часто с потерей аппетита, жизненной активности, проблемы со сном.**
- **Может присутствовать зависимость от наркотиков или алкоголя.**
- **Чувство изоляции, отверженности; их депрессия может быть вызвана уходом из семьи и лишением систем поддержки.**
- **Ощущение безнадежности и беспомощности. В такой момент угроза суицида может быть первым сильным чувством.**

- **Неспособность общаться с другими людьми из-за чувства безысходности и мыслей о самоубийстве.**
- **Они считают, что лучше не станет «никогда». Их речь и мысли полны обобщений и фатальны: «жизнь ужасна», «всем все равно».**
- **Они обладают туннельным видением, т. е. неспособностью увидеть то положительное, что могло бы быть приемлемо для них. Они видят только один выход из сложившейся ситуации.**
- **Они амбивалентны - хотят умереть, и в то же время, некоторым образом, хотят жить.**

Вербальные (речевые) ключи

- ***Непосредственные заявления*** типа «Я подумываю о самоубийстве», или «Было бы лучше умереть», или «Я не хочу больше жить».
- ***Косвенные высказывания***, например: «Вам не придется больше обо мне беспокоиться», или «Мне все надоело», или «Они пожалеют, когда я уйду».
- ***Намек на смерть*** или шутки по этому поводу. Многозначительное прощание с другими людьми.

Поведенческие ключи

- **Отчаяние и плач.**
- **Повторное прослушивание грустной музыки и песен.**
- **Нехватка жизненной активности.**
- **Изменение суточного ритма (бодрствование ночью и сон днем).**
- **Повышение или потеря аппетита.**
- **Вялость и апатия.**
- **Неспособность сконцентрироваться и принимать решения, смятение.**
- **Уход от обычной социальной активности, замкнутость.**
- **Приведение в порядок своих дел.**

Поведенческие ключи

- Отказ от личных вещей.
- Стремление к рискованным действиям, например, безрассудное хождение по карнизам.
- Суицидальные попытки в прошлом.
- Чувство вины, упрек в свой адрес, ощущение бесполезности и низкая самооценка.
- Потеря интереса к увлечениям, спорту или школе.
- Не соблюдение правил личной гигиены и ухода за внешностью.
- Скучные планы на будущее.
- Стремление к тому, чтобы их оставили в покое, что вызывает раздражение со стороны других людей.

Ситуационные ключи

- Любое заметное изменение личной жизни, в любую сторону.
- Смерть любимого человека, особенно родителей или близких родственников.
- Недавняя перемена места жительства.
- Семейные неурядицы.
- Неприятности с законом.
- Коммуникативные затруднения.
- Проблемы со школой или занятостью.
- Социальная изоляция.
- Хроническая, прогрессирующая болезнь.
- Нежелательная беременность.

Антисуицидальные факторы

- **выраженная эмоциональная привязанность;**
- **родственные обязанности;**
- **чувство долга, понятие о чести;**
- **зависимость от общественного мнения (в том случае, если общественные нормы не допускают суицида);**
- **наличие планов, определяющих цель в жизни;**
- **внимание к собственному здоровью;**
- **представление о неиспользованных возможностях;**
- **наличие эстетических критериев мышления;**
- **экзистенциальное осмысление конфликта;**
- **Вера.**

Профилактика суицида –

**-своевременное диагностирование
и соответствующее лечение;**

**-активная эмоциональная
поддержка человека, находящегося
в депрессии;**

**-поощрение его положительной
направленности с целью
облегчения негативной ситуации.**