

ПРОФИЛАКТИКА ПОДРОСТКОВОГО СУИЦИДА



Суицид – основная причина смерти сегодняшней молодежи

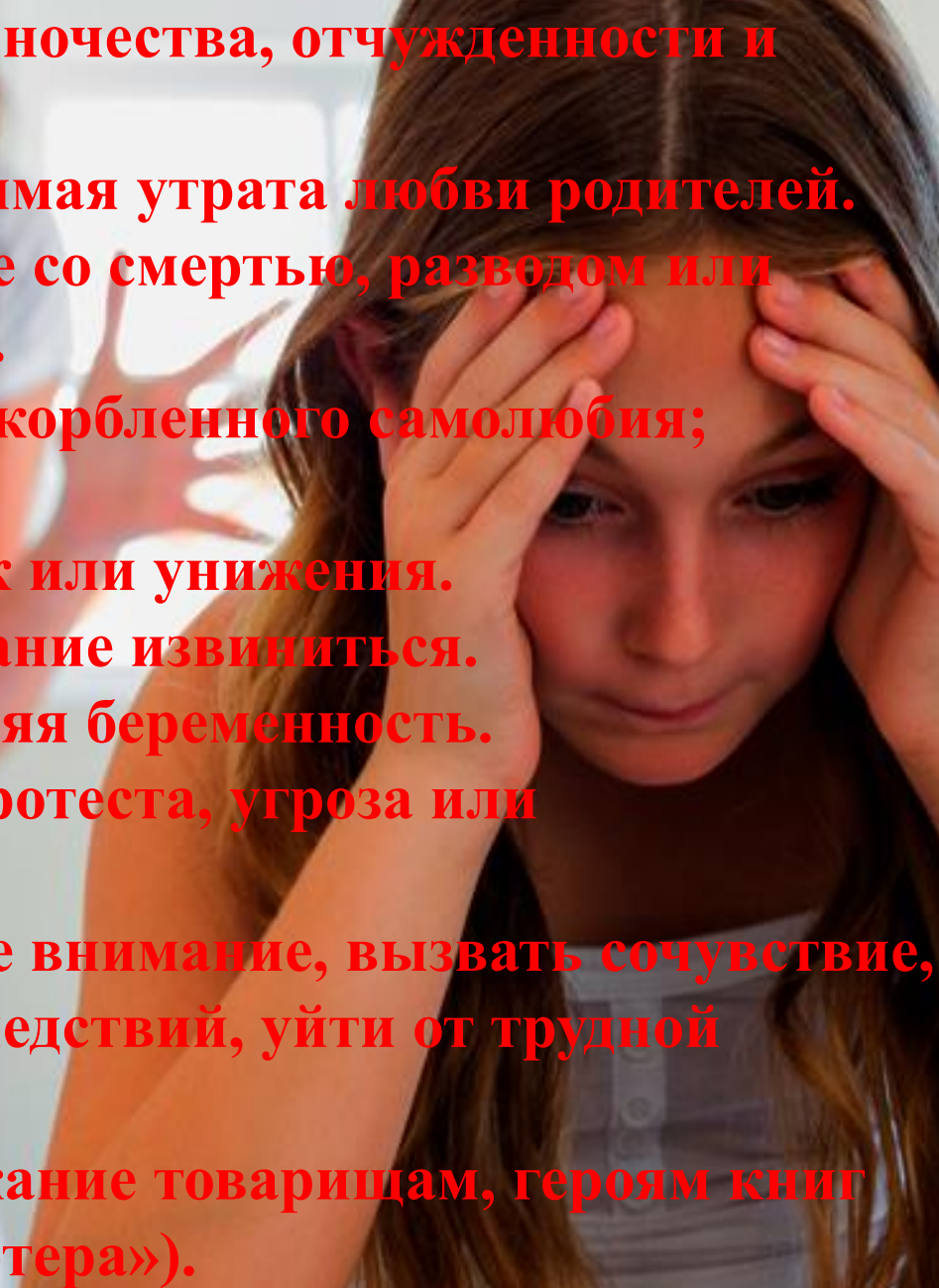


A person wearing black clothing and black sneakers is sitting on a concrete ledge. The background shows a blurred cityscape with buildings and a yellow pipe. The text is overlaid on the image.

Условия семейного воспитания:

- отсутствие отца в раннем детстве;
- матриархальный стиль отношений в семье;
- воспитание в семье, где есть алкоголики, психические больные;
- отверженность в детстве;
- воспитание в семье, где были случаи самоубийства и т. д.

Основные мотивы суицидального поведения подростков:

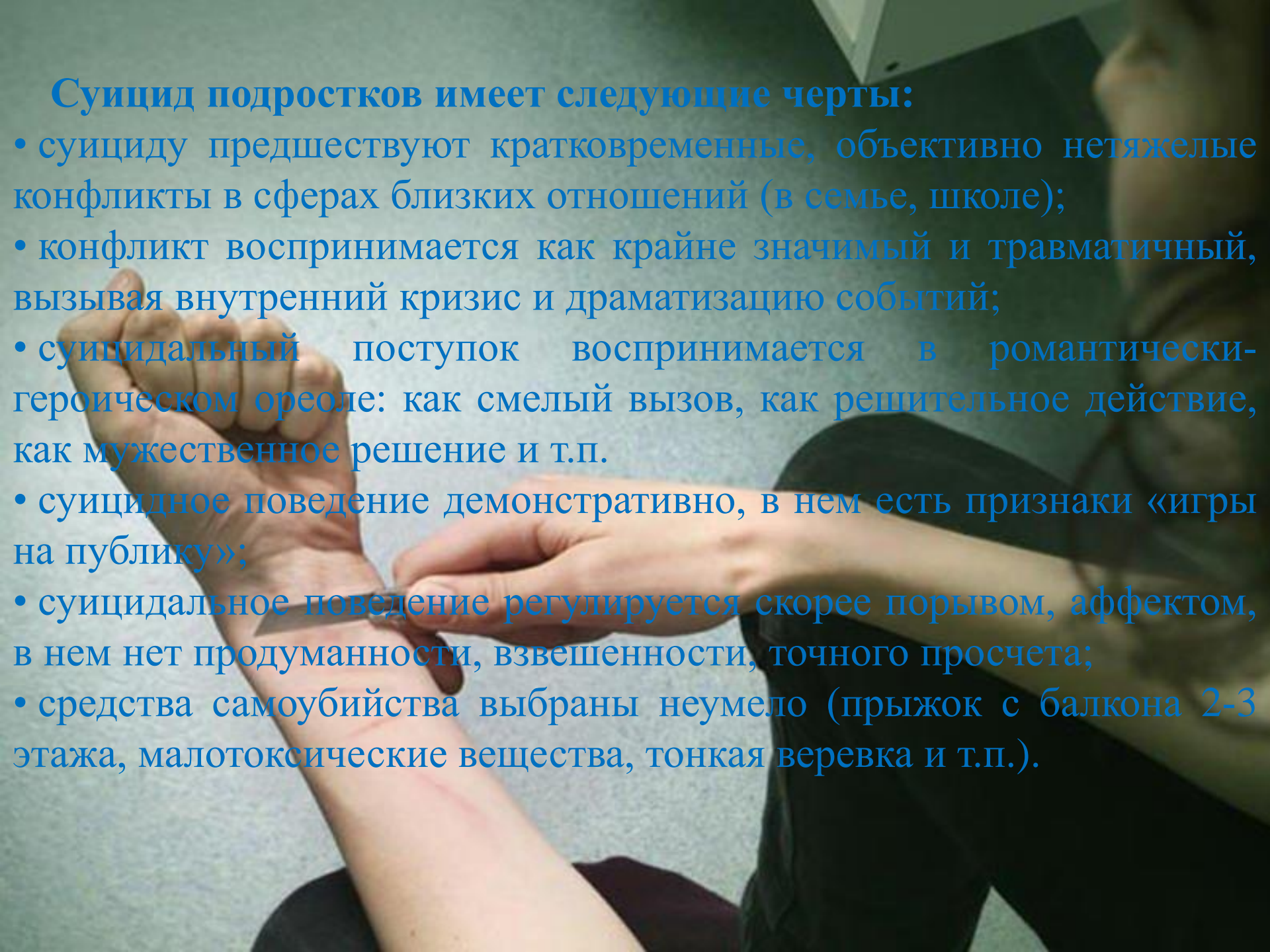
- 1. Переживание обиды, одиночества, отчужденности и непонимания.**
 - 2. Действительная или мнимая утрата любви родителей.**
 - 3. Переживания, связанные со смертью, разводом или уходом родителей из семьи.**
 - 4. Чувство вины, стыда, оскорбленного самолюбия; самообвинения.**
 - 5. Боязнь позора, насмешек или унижения.**
 - 6. Страх наказания, нежелание извиниться.**
 - 7. Любовные неудачи, ранняя беременность.**
 - 8. Чувство мести, злобы, протеста, угроза или вымогательство.**
 - 9. Желание привлечь к себе внимание, вызвать сочувствие, избежать неприятных последствий, уйти от трудной ситуации.**
 - 10. Сочувствие или подражание товарищам, героям книг или фильмов («эффект Вертера»).**
- 

Поступки, жалобы, проявления, свидетельствующие о суицидальной направленности подростка:

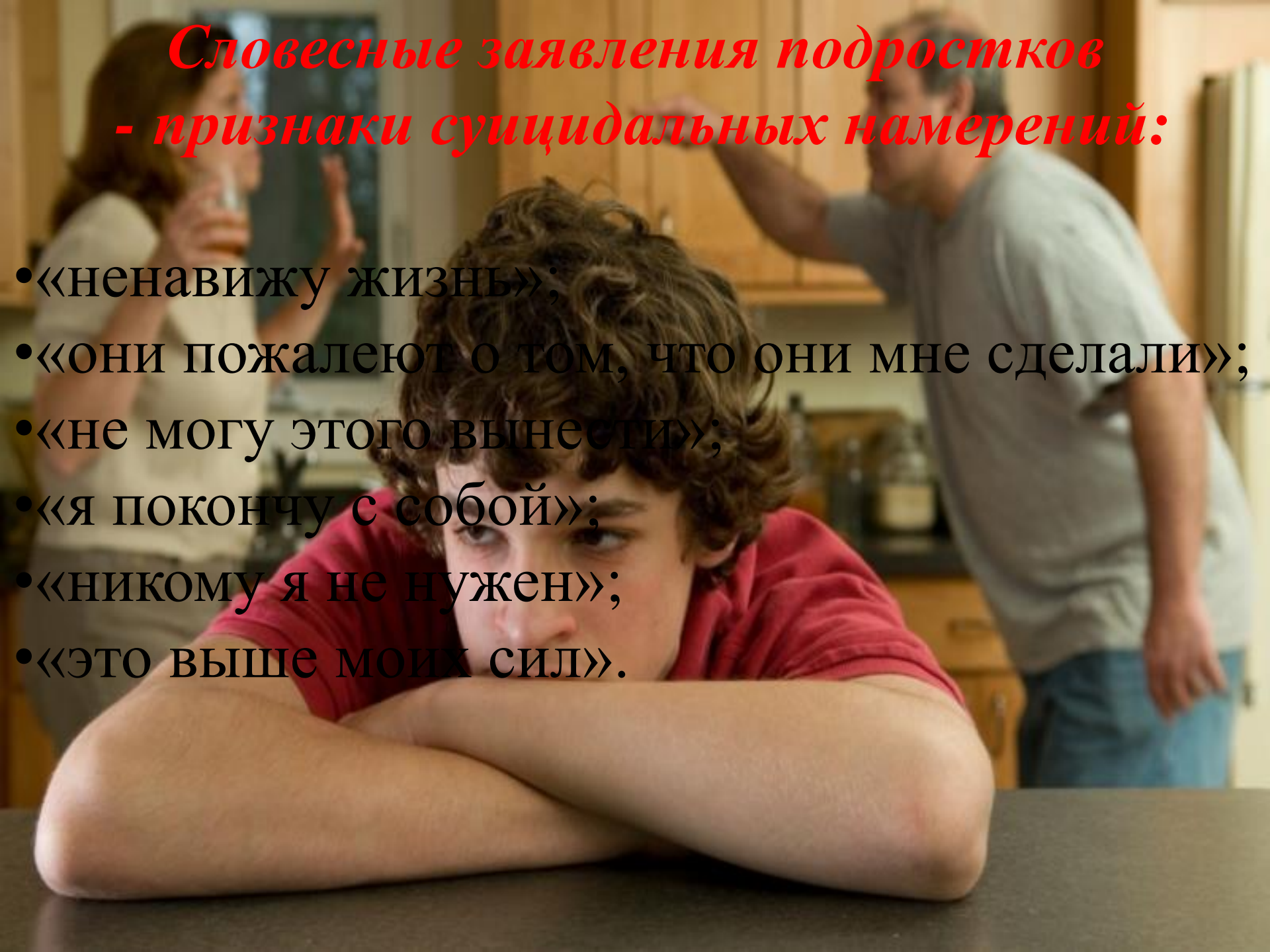
- необычно пренебрежительное отношение к своему внешнему виду;
- усиление жалоб на физическое недомогание;
- склонность к быстрой перемене настроения;
- жалобы на недостаток сна или повышенную сонливость;
- ухудшение или улучшение аппетита;
- признаки беспокойства;
- признаки вечной усталости;
- уход от контактов, изоляция от друзей и семьи;
- отказ от общественной работы, от совместных дел;
- излишний риск в поступках;
- нарушение внимания со снижением качества выполняемой работы;
- поглощенность мыслями о смерти или загробной жизни;
- необычные вспышки раздражительности;
- усиленное чувство тревоги;
- выражение безнадежности;
- приобщение к алкоголю или наркотикам или их усиленное потребление;
- раздача подарков;
- приведение всех дел в порядок;
- разговоры о собственных похоронах;
- отсутствие планов на будущее;
- составление записки об уходе из жизни.

Суицид подростков имеет следующие черты:

- суициду предшествуют кратковременные, объективно нетяжелые конфликты в сферах близких отношений (в семье, школе);
- конфликт воспринимается как крайне значимый и травматичный, вызывая внутренний кризис и драматизацию событий;
- суицидальный поступок воспринимается в романтически-героическом ореоле: как смелый вызов, как решительное действие, как мужественное решение и т.п.
- суицидное поведение демонстративно, в нем есть признаки «игры на публику»;
- суицидальное поведение регулируется скорее порывом, аффектом, в нем нет продуманности, взвешенности, точного просчета;
- средства самоубийства выбраны неумело (прыжок с балкона 2-3 этажа, малотоксические вещества, тонкая веревка и т.п.).



Словесные заявления подростков - признаки суицидальных намерений:

- «ненавижу жизнь»;
 - «они пожалеют о том, что они мне сделали»;
 - «не могу этого вынести»;
 - «я покончу с собой»;
 - «никому я не нужен»;
 - «это выше моих сил».
- 

За любое суицидальное поведение ребёнка в ответе взрослые!

1. Необходимо разговаривать с ребенком, задавать ему вопросы о его состоянии, вести беседы о будущем, строить планы.
2. Не надо сравнивать его с другими ребятами - более успешными. Эти сравнения усугубят и без того низкую самооценку подростка.
3. Заняться с ребенком новыми делами. Каждый день узнавать что-нибудь новое, делать то, что никогда раньше не делали. Внести разнообразие в обыденную жизнь.
4. Необходимо соблюдать режим дня, следить за тем, чтобы он хорошо выспался, нормально питался, достаточно времени находился на свежем воздухе, занимался подвижными видами спорта. Необходимо поддерживать физическое состояние подростка в этот период.
5. Обратиться за консультацией к специалисту - психологу, психотерапевту.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

педагог-психолог МКУДО «Центр психолого-педагогической и социальной помощи» Н.Ю.Бунина

