



Центр Знаний
knowledge.org.ua



Мне страшно. И я так живу.
О подростковом суициде.

Жуля Наталья Александровна

детский психолог, гештальт-консультант, юнгианский–консультант, магистр психологии, практический психолог сш № 67 г.Киев, ведет частную практику

Вебинар проводится в рамках реализации проекта «Центр Знаний».

Реализует проект Украинский институт социальных исследований имени Александра Яременко в сотрудничестве с МБФ «СПИД Фонд Восток - Запад» (AIDS Foundation East-West – AFEW-Украина) при технической поддержке Представительства Детского Фонда ООН (ЮНИСЕФ)

Самоубийство Суицид



Центр Знаний
knowledge.org.ua

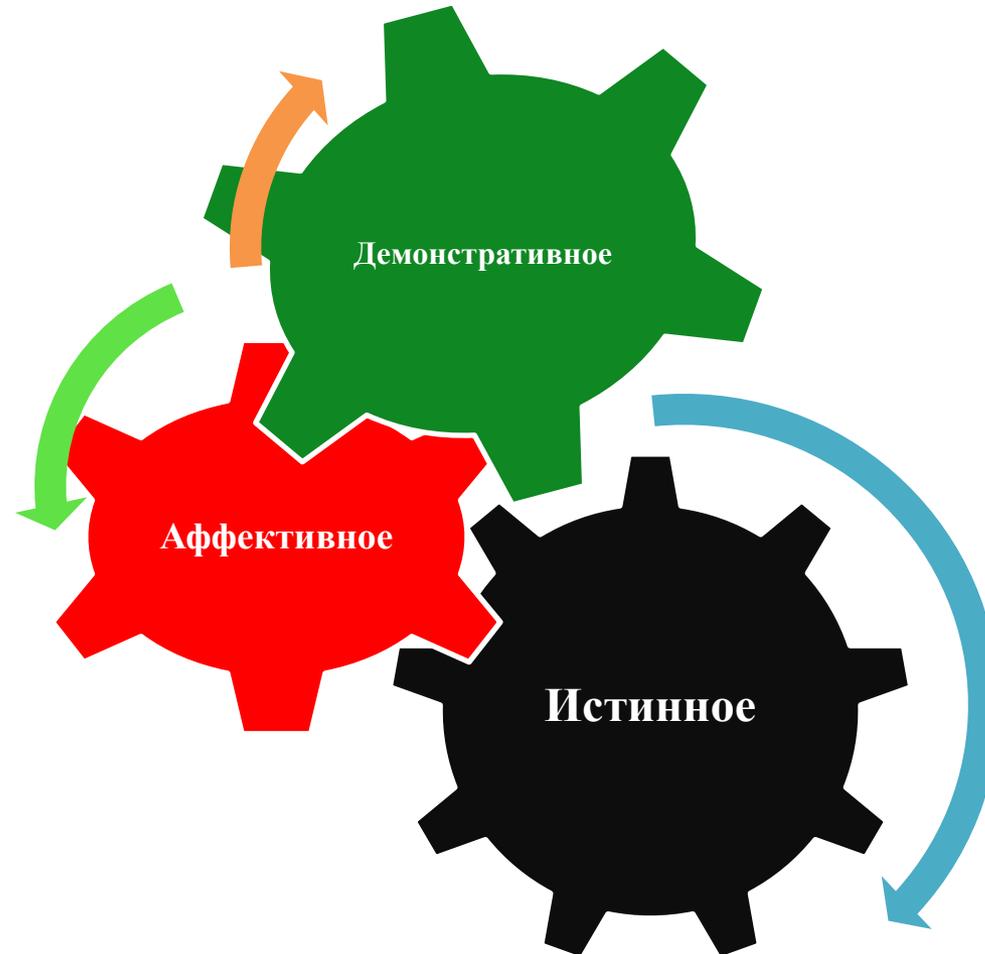
(от лат. sui caedere — убивать себя) — преднамеренное лишение себя жизни, как правило, самостоятельное и добровольное



Типы суицидального поведения



Центр Знаний
knowledge.org.ua

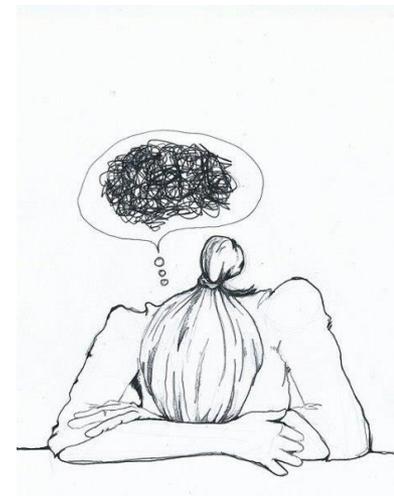


Суицидальное поведение



Центр Знаний
knowledge.org.ua

- ❖ суицидальные мысли;
- ❖ суицидальные приготовления;
- ❖ суицидальные попытки;
- ❖ суицидальные намерения;
- ❖ собственно акт суицида.



Типы суицидального поведения (по Э. Дюркгейму):

- 1) «анемическое», связанное с кризисными ситуациями в жизни, личными трагедиями;
- 2) «альтруистическое», совершаемое ради блага других людей;
- 3) «эгоистическое», обусловленное конфликтом, в связи с неприемлемостью для конкретного индивида социальных требований, норм поведения.

Причины



Центр Знаний
knowledge.org.ua

- ... Семья
- ... Конфликты со сверстниками, учеба
- ... Стиль жизни
- ... Несчастливая любовь
- ... Массовая информация (ТВ, Интернет, игры, фильмы)
- ... Чувство одиночества и социальная изоляция
- ... Насилие, рабство
- ... Осознание своей сексуальности
- ... Заболевание

Мифы



Центр Знаний
knowledge.org.ua

№ 1

*Самоубийство происходит внезапно,
без всякого предупреждения.*



Реальность:

Суициду предшествует ряд сигналов, выражающих внутреннюю борьбу человека между жизнью и смертью. По данным Э. Шнейдмана, 70% лиц, совершивших самоубийство, сообщали об этом своему ближайшему окружению.

Мифы



Центр Знаний
knowledge.org.ua

№2

Суицид совершают умственно неполноценные люди.



Реальность:

Исследования показали, что суицид совершают, как правило, несчастные люди, но вовсе не обязательно умственно отсталые.

Мифы



Центр Знаний
knowledge.org.ua

№3

Люди, совершающие суицид, не хотят принимать помощь окружающих.



Реальность:

На самом деле разговоры, угрозы самоубийства, попытки его осуществления являются своего рода «криком души», способом обратить на себя внимание окружающих.

Мифы



Центр Знаний
knowledge.org.ua

№4

Суициденты постоянно думают о смерти.



Реальность:

Напротив, такие люди находятся в состоянии смущения. Они хотели бы жить, но не знают как. Позывы к смерти кратковременны, вот тут-то и нужна помощь.

Мифы



Центр Знаний
knowledge.org.ua

№5

Люди, которые говорят о самоубийстве, никогда не осуществят его на деле.



Реальность:

Это самый распространенный предрассудок. На самом деле четыре из пяти жертв суицида не раз подают сигнал о своих намерениях. Однако чаще всего их просто не слышат.

Мифы



Центр Знаний
knowledge.org.ua

№6

Улучшение, последовавшее за суицидальным кризисом, означает, что угроза самоубийства миновала.

Реальность:

На самом деле, человек имеет наибольшую возможность покончить с жизнью, если предыдущая попытка совершить суицид оказалась неудачной. Из всех признаков этот является самым зловещим.



Мифы



Центр Знаний
knowledge.org.ua

№7

Если загрузить человека работой, то ему некогда будет думать о самоубийстве



Реальность:

нарушение элементарных условий труда и отдыха может привести к истощению психофизиологических ресурсов организма, еще больше повышая вероятность суицидальных попыток.

Мифы



Центр Знаний
knowledge.org.ua

№8

Существует некий тип «склонных к самоубийству»



Реальность:

суицидального намерения зависит от силы психотравмирующей ситуации и личностной оценки ее как непереносимой.

Мотивы суицидального поведения



Центр Знаний
knowledge.org.ua

- обида, чувство одиночества, отчужденности и непонимания;
- действительная или мнимая утрата любви родителей, неразделенное чувство и ревность;
- переживания по поводу смерти, развода или ухода родителей из семьи;
- чувства вины, стыда, оскорбленного самолюбия, самообвинения;
- страх позора, насмешек или унижения;
- любовные неудачи, сексуальные эксцессы, беременность;
- чувство мести, злобы, протеста, угроза или вымогательство;
- желание привлечь к себе внимание, вызвать сочувствие, избежать неприятных последствий, уйти от трудной ситуации;
- страх наказания, нежелание извиниться;
- сочувствие или подражание товарищам, героям книг или фильмов, публикаций в СМИ («синдром Вертера»).

«Группа риска»



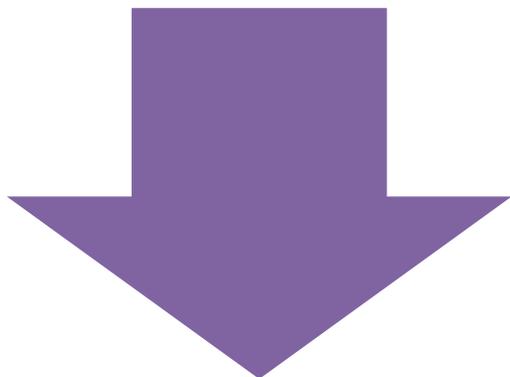
Центр Знаний
knowledge.org.ua

- Отличники, т. к. к ним все предъявляют повышенные требования.
- Сверхкритичные к себе.
- 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 (в основном это дети с родовыми травмами, правополушарные и те, у которых в роду или ближайшем окружении были случаи или попытки самоубийства), особенно в пубертате (периоде полового созревания).
- Молодёжь, отличающаяся девиантным, криминальным поведением, подвергавшаяся физическому насилию.
- Лица, страдающие от недавно испытанных унижений или трагических утрат.

Формы



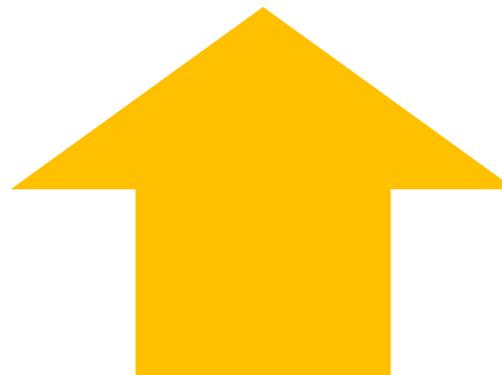
Центр Знаний
knowledge.org.ua



Внешние



Внутренние



Формы



Центр Знаний
knowledge.org.ua

Внешние

истинный суицид

демонстративно-шантажный



Внутренние

протест

призыв

избегание

самонаказание

отказ

Смерть в понимании детей



Центр Знаний
knowledge.org.ua

В дошкольном возрасте

дети не считают ее концом жизни, а воспринимают как временное явление, подобно сну или отъезду.

В младшем школьном возрасте

дети считают смерть маловероятной, не осознают ее возможности для себя, не считают необратимой.

Подростки

смерть становится более очевидным явлением. Но они фактически отрицают ее для себя. В дальнейшем подросток принимает мысль о своей смерти, но, преодолевая возникшую тревогу, отрицает реальность этой возможности.

Признаки суицидального поведения



Центр Знаний
knowledge.org.ua



Признаки суицидального поведения



Центр Знаний
knowledge.org.ua

Словесные:

- › **Прямые**, явные высказывания о смерти: “Я не могу так больше”, “ненавижу жизнь”, “я покончу с собой”
- › **Косвенные** намеки о своем намерении: “Я больше не буду ни для кого проблемой”, “Тебе больше не придется обо мне волноваться”, “Я ни кому не нужен”, “Всем будет лучше без меня”
- › **Жалобы на жизнь, никчемность и ненужность** “Мне все надоело”, “Они пожалеют, когда я уйду”
- › **Нездоровая заинтересованность** вопросами смерти
- › **Размышления на тему могут приобрести художественное оформление** (стихи, музыка, рисунки, иллюстрирующие депрессивное настроение)
- › **Записки об уходе из жизни**
- › **Многозначительные прощания с другими людьми**



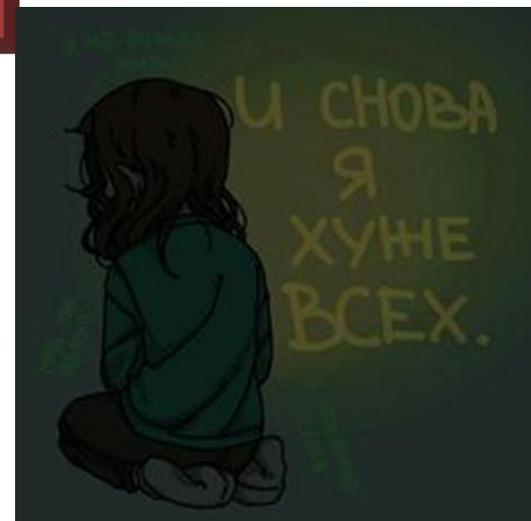
Признаки суицидального поведения



Центр Знаний
knowledge.org.ua

Поведенческие

- § раздача своих ценностей, долгов (начинает чинить какие-то вещи с друзьями и родителями, что бы все было в порядке);
- § написание «записок-завещаний»;
- § несоблюдение правил личной гигиены, изменение привычек сна, питания;
- § самоизоляция от других людей, резкое снижение повседневной активности;
- § частое прослушивание траурной или печальной музыки;
- § склонность к необдуманно рискованным поступкам.



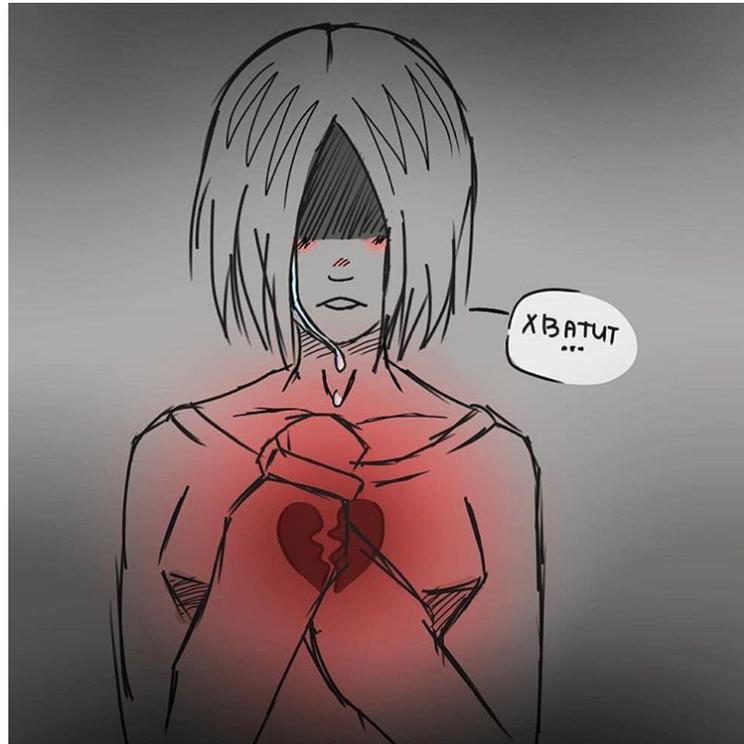
Признаки суицидального поведения



Центр Знаний
knowledge.org.ua

Ситуационные

- « психотравмирующие события, которые недавно произошли в жизни ребенка или подростка (*разрыв отношений с любимым человеком, публичное оскорбление, незаслуженное наказание, конфликт с родителями и т.п.*).



Что могут заметить педагоги



Центр Знаний
knowledge.org.ua

- изменение внешнего вида,
- самоизоляция в урочной и внеклассной деятельности,
- ухудшение работоспособности,
- небрежное отношение к своим школьным принадлежностям,
- частые прогулы,
- резкие и необоснованные вспышки агрессии,
- рисунки по теме смерти на последних страницах предметных тетрадей,
- тема одиночества, кризиса, утраты смыслов в сочинениях на свободную тему или в размышлениях на уроках гуманитарного цикла

Алгоритм работы по раннему выявлению



Центр Знаний
knowledge.org.ua

Наблюдение

Диагностика

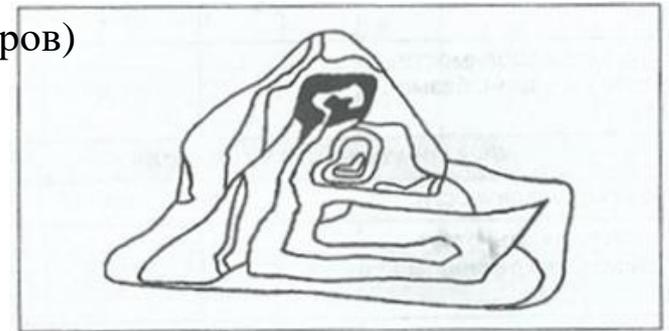
Просветительская работа

Диагностика



Центр Знаний
knowledge.org.ua

- ~ Опросник суицидального риска (модификация Т.Н. Разуваевой)
- ~ Методика «Карта риска суицида» (модификация для подростков Л.Б. Шнайдер)
- ~ Тест «Ваши суицидальные наклонности» (З. Королева)
- ~ Диагностика враждебности (по шкале Кука–Медлей)
- ~ Методика диагностики уровня субъективного ощущения одиночества Д.Рассела и М.Фергюсов
- ~ «Одиночество» опросник С.Г. Корчагина
- ~ Опросник Г. Айзенка «Самооценка психических состояний личности» для подросткового возраста
- ~ Опросник К. Леонгарда – Г. Шмишека. Методика диагностики акцентуаций характера.
- ~ Методика определения уровня депрессии (В.А. Жмуров)
- ~ Опросник Басса-Дарки
- ~ Тест школьной тревожности Филлипса
- ~ Проективные методики «Мое настроение»



Просветительская работа



Центр Знаний
knowledge.org.ua

- Классные часы, которые могут быть посвящены проблемам общения со сверстниками, конструктивным стратегиям выхода из конфликтных ситуаций, взаимоотношениям в семье, отношениям к самому себе (восприятие своих способностей, недостатков, внешнего вида и т.п.)
- Тренинги адаптивного поведения и уверенности в себе, выработки мотивации достижения успеха.
- Оказание подросткам социальной поддержки с помощью включения семьи, школы, друзей и т.д.
- Социально-психологический тренинг проблем-разрешающего поведения, поиска социальной поддержки, ее восприятия и оказания.
- Индивидуальные и групповые психокоррекционные занятия по повышению самооценки, развитию адекватного отношения к собственной личности, эмпатии.

Фазы вмешательства



Центр Знаний
knowledge.org.ua



БЛАГОДАРИМ ЗА ВНИМАНИЕ!

Видеозапись вебинара
можно посмотреть на нашем сайте: