Профилактика суицидного поведения подростков

«Мир, вероятно, спасти уже не удастся,
но отдельного человека всегда можно»

Самоубийство (суицид) – осознанное лишение себя жизни.

Суицидальное поведение – помимо суицида включает в себя суицидальные покушения (акты не завершившиеся смертью), попытки и проявления (мысли, высказывания, намеки).

Психологический кризис –

эмоциональное состояние, возникающее в ситуации столкновения личности с препятствием на пути удовлетворения ее важнейших жизненных потребностей.

Формы суицидального поведения:

Демонстративный суицид – изображение попыток самоубийства без реального намерения покончить с жизнью.

Аффективный суицид – совершается на высоте аффекта.

Истинный суицид – намеренное, обдуманное поведение, направленное на реализацию самоубийства, иногда долго вынашиваемое.

ОСНОВАНИЯ ДЛЯ ИСТИННОГО ПРИНЯТИЯ РЕШЕНИЯ ОБ УХОДЕ ИЗ ЖИЗНИ:

1. Протест – мотив, характерный для людей, находящихся в конфликтных, эмоционально насыщенных ситуациях (например, месть);
2. Призыв – человек, которому кажется, что он одинок и никому не нужен, пытается обратить на себя внимание, вызвать жалость;
3. Избежание кары – стремление уйти от какой-либо неизбежной неприятности, уголовного наказания, позора, избавления от тяжести психического или соматического состояния;
4. Самонаказание – приговор человека, считающего, что он совершил непоправимый поступок, грех, несовместимый с дальнейшей нормальной жизнью;
5. Отказ от себя – человек отказывается от существования, жизнь потеряла интерес и смысл.

В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ НАИБОЛЕЕ ТИПИЧНЫ ТАКИЕ МОТИВЫ, КАК ПРОТЕСТ И ПРИЗЫВ К ПОМОЩИ

Факторы, способствующие суициду:

1. Неблагополучие в семье, напряженные отношения;
2. Школьные проблемы;
3. Конфликт со сверстниками;
4. Сексуальные проблемы;
5. Депрессия;
6. Стресс.

СИМПТОМЫ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ

1. Потеря аппетита или импульсивное обжорство;
2. Бессоница или повышенная сонливость;
3. Тревожное поведение, внешне даже похожее на подъем, однако, с проявлениями суеты, спешки;
4. Необычно пренебрежительное отношение к своему внешнему виду;
5. Выраженное чувство несостоятельности, вины, стыда за себя, неуверенность в себе;

СИМПТОМЫ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ

6. Ощущение скуки при проведении времени в привычном окружении или выполнение работы, которая раньше приносила удовольствие;
7. Погруженность в размышления о смерти;
8. Чрезмерное внимание к мотивам смерти в музыке, искусстве или литературе;
9. Внезапные приступы гнева, зачастую возникающие из-за мелочей;
10. Отсутствие перспективы в будущем;
11. Завуалированные попытки попрощаться..

Правила обхождения с детьми, проявившими суицидальные наклонности:

1. Открыто обсуждайте семейные и внутренние проблемы друг с другом;
2. Будьте внимательны к состоянию ребёнка;
3. Дайте возможность ребёнку высказаться;
4. Поддерживайте позитивные черты характера ребёнка;
5. Подчёркивайте временный характер проблемы.

РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ РЕБЕНКА ПРОЯВИВШЕГО СУИЦИДАЛЬНЫЕ НАКЛОННОСТИ:

1. Фон общения с ребенком должен быть спокойным и доброжелательным.

2. Необходимо свести до минимума критику и негативные оценки поведения ребенка, а в отношении его личности такие оценки вообще недопустимы.

3. Главный козырь взрослых — это терпение и тактичность.

4. Необходимо развивать у ребенка инициативность и самостоятельность.

5. В быту необходимо стимулировать ребенка к разностороннему общению: обратиться к кому-то с просьбой, отдать что-либо.

6. На первых этапах присутствие и участие знакомого взрослого обязательно.

ЗАПОМНИТЕ ЭТИ ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА В НАШЕЙ НЕПРОСТОЙ ЖИЗНИ…

1. Обсудите с подростком вопрос о помощи различных служб в ситуации сопряженной с риском для жизни;
2. Расскажите о номерах телефонов, которыми он может воспользоваться в ситуации, связанной с риском для жизни;
3. Воспитывайте в ребенке привычку рассказывать вам не только о достижениях, но и о тревогах, сомнениях, страхах;
4. Не иронизируйте над ребёнком, если в какой – то ситуации он оказался слабым физически и морально. Помогите ему и поддержите его.

РАБОТА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

Школой проводится большая профилактическая работа по предупреждению правонарушений, жестокого обращения с детьми и суицидального поведения.

УВАЖАЕМЫЕ ПАПЫ И МАМЫ!

В жизни человек встречается не только с добром, но и со злом, приобретает не только положительный но и отрицательный опыт. Добро лечит сердце, зло ранит тело и душу, оставляя рубцы и шрамы на всю оставшуюся жизнь.

ЖИЗНЬ – ХРУПКИЙ РОСТОЧЕК

Он тянется к солнцу, хочет добра, тепла и бережного к себе отношения. Будем внимательнее и добрее к тем, кто рядом!

Спасибо за внимание!