

Люди рождены ради жизни



Семинар-практикум для педагогов
по профилактике суицидального поведения среди детей и подростков

Автор-составитель - Фадеева М.П., педагог-психолог
ГБУ ДПО «Региональный социопсихологический центр»
(МБУ «Школа № 23» г.о. Тольятти Самарской области)

- ▶ *Суицид* – умышленное самоповреждение со смертельным исходом (лишение себя жизни).
- ▶ *Суицидальное поведение* – это проявление суицидальной активности – мысли, намерения, высказывания, угрозы, попытки, покушения.
- ▶ *Суицидент* – человек, совершивший попытку суицида либо демонстрирующий суицидальные наклонности.

Статистика суицида в России

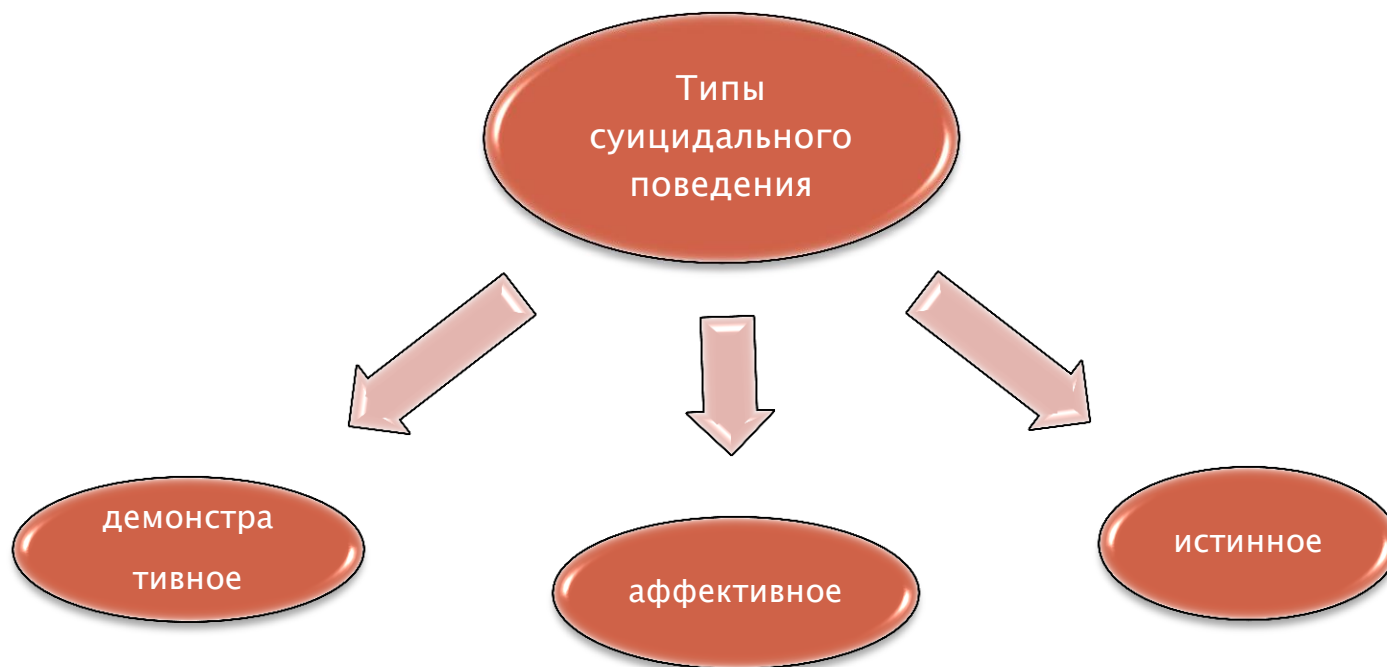
- ▶ Самоубийство является 13-й по счету причиной смерти во всем мире.
- ▶ В России самоубийство, как причина смерти, находится на пятом месте в ряду других причин.
- ▶ Россия занимает второе место, после Литвы, по уровню завершенных самоубийств.
- ▶ За последнее десятилетие в России частота суицидов среди подростков возросла почти в 3 раза.
- ▶ В нашей стране каждый день совершают самоубийство с летальным исходом 17 детей от 5 до 19 лет, и эти страшные цифры не учитывают случаев попыток к самоубийству.
- ▶ У 30% лиц в возрасте 14 – 24 лет бывают суицидальные мысли.

Статистика по возрастам

- ▶ На одного подростка, совершившего суицид, приходится 100 его сверстников, предпринявших неудачные аналогичные попытки.
- ▶ В 10% суицидальное поведение имеет цель покончить собой, и в 90% суицидальное поведение подростка – это привлечение к себе внимания.
- ▶ 70% суицидов совершают психически здоровые дети.
- ▶ В 9–10 лет больше суицидов совершают мальчики, с 16 до 18 лет – девочки, возраст 13–14 лет одинаково опасен как для тех, так и для других.
- ▶ 80% детских суицидов – отравления, самые маленькие дети выбирают наиболее травматичные способы ухода их жизни – прыжки с большой высоты и повешение.
- ▶ Подавляющее большинство самоубийств в возрасте до 10 лет дети совершают из-за жестокого обращения с ребенком в семье, игнорирования его как личности.
- ▶ При этом 70% суицидов совершают дети из внешне благополучных семей.
- ▶ 9 из 10 попыток самоубийства дети предпринимают дома.

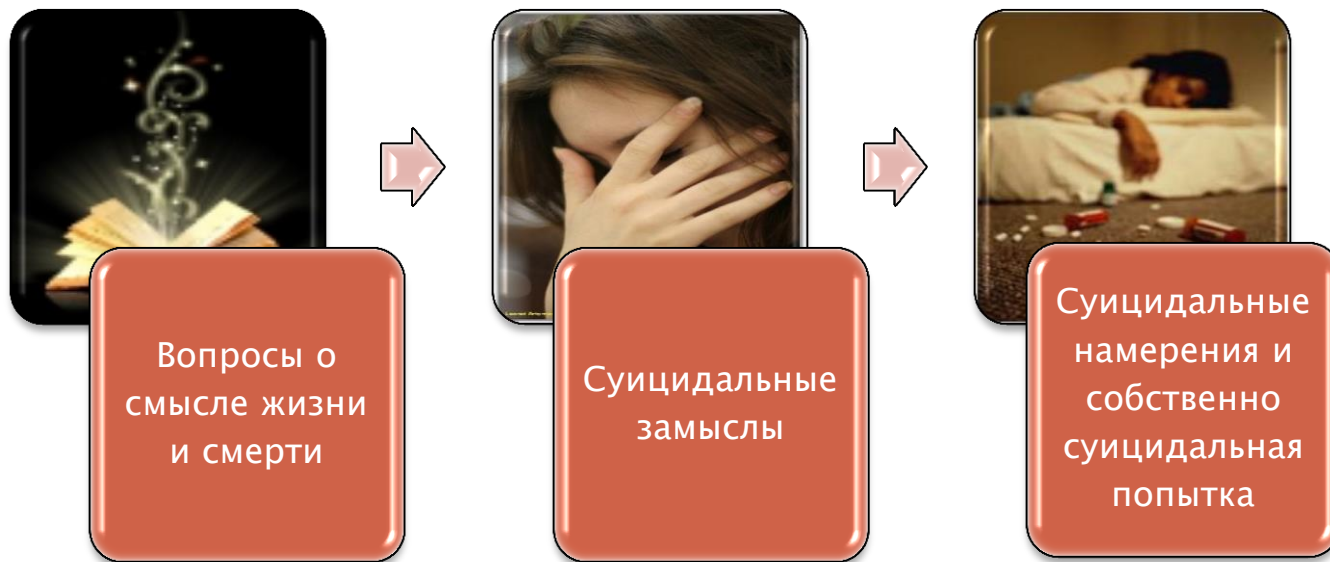
Задачи семинара:

- ▶ Рассмотреть механизмы возникновения суицидальных намерений;
- ▶ Определить варианты суицидальной превенции.



- ▶ *Самоубийство – слишком противоестественный и кардинальный шаг, поэтому решение на его совершение вызревает не мгновенно. Ему, как правило, предшествует более или менее продолжительный период переживаний, борьбы мотивов и поиска выхода из создавшейся ситуации.*

Динамика развития суицидального поведения



- ▶ *Длительность развития суицидального поведения может исчисляться как минутами, так и месяцами. При острых формах возможно моментальное проявление суицидальных замыслов и намерений сразу, без предшествующих ступеней.*

Причины суицидов в детском и подростковом возрасте

Несформированное понимание смерти

Отсутствие идеологии

Ранняя половая жизнь

Дисгармония в семье

Саморазрушаемое поведение

Реакция протеста

Депрессия

Сочетание признаков, сообщающих о готовящемся суициде

Приведение своих дел в порядок.

Прощание, благодарность за помощь в разное время жизни.

Внешняя удовлетворенность, прилив энергии.

Письменные, словесные указания или угрозы.

Вспышки гнева у импульсивных подростков.

Потеря близкого человека. Дома.

Бессонница.

Факторы, препятствующие возникновению суицидального поведения

- ▶ Эмоциональная привязанность к значимым родным и близким;
- ▶ Выраженное чувство долга, обязательность;
- ▶ Концентрация внимания на состоянии собственного здоровья, боязнь причинения себе физического ущерба;
- ▶ Учет общественного мнения, представления о позорности самоубийства и неприятие (осуждение) суицидальных моделей поведения;
- ▶ Убеждения о неиспользованных жизненных возможностях;
- ▶ Наличие жизненных, творческих, семейных и других планов, замыслов;
- ▶ Наличие духовных, нравственных и эстетических критериев в мышлении;
- ▶ Психологическая гибкость и адаптированность, умение компенсировать негативные личные переживания, использовать методы снятия психической напряженности.
- ▶ Наличие актуальных жизненных ценностей, целей;
- ▶ Проявление интереса к жизни;
- ▶ Привязанность к родственникам, близким людям, степень значимости отношений с ними;
- ▶ Уровень религиозности и боязнь греха самоубийства;
- ▶ Планирование своего ближайшего будущего и перспектив жизни;
- ▶ Негативная проекция своего внешнего вида после самоубийства.



Чем большим количеством антисуицидальных, жизнеутверждающих факторов обладает человек, в частности подросток, чем сильнее его «психологическая защита» и внутренняя уверенность в себе, тем прочнее его антисуицидальный барьер.

- ▶ Синквейн – концентрация знаний, ассоциаций, чувств; сужение оценки явлений и событий, выражение своей позиции, взгляда на событие, предмет.

Правила составления синквейна

- ▶ **правая строка** – одно слово, обычно существительное, отражающее главную идею;
- ▶ **вторая строка** – два слова, прилагательные, описывающие основную мысль;
- ▶ **третья строка** – три слова, глаголы, описывающие действия в рамках темы;
- ▶ **четвертая строка** – фраза из нескольких слов, показывающая отношение к теме;
- ▶ **пятая строка** – слова, связанные с первым, отражающие сущность темы.

Материалы предоставлены Фадеевой М.П. для размещения на сайте ГБУ ДПО «Региональный социопсихологический центр» 17.03.2017 г.

