

ПРОФИЛАКТИКА СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Слушатель курса Кириченко Д. В.
МБОУ «Бутовская СОШ № 1»



СУИЦИД

*акт самоубийства,
совершаемый человеком в
состоянии сильного душевного
расстройства либо под
влиянием психического
заболевания*

СУИЦИДАЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ КАК ОСОБЫЙ ВИД ОТКЛОНЯЮЩЕГОСЯ ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ

Суицидальное поведение относится к распространенной патологии поведения подростков.

Именно в этом возрастном периоде оно отличается многообразием: это суицидальные мысли, намерения, высказывания, угрозы, попытки.

До 13-летнего возраста суицидальные попытки практически не встречаются. **Начиная с 14—15 лет эта активность резко возрастает, достигая максимума к 16-19 годам.**

ОСОБЕННОСТИ ПОДРОСТКОВОГО СУИЦИДА

- *отсутствие реального желания и четко обозначенного мотива совершения самоубийства;*
- *отсутствие умения вербализировать свои чувства , поделиться своими переживаниями, подробно рассказать о них.*

ВОЗ рекомендует основную причину детских самоубийств искать в семье.

Демонстрация намерения совершить самоубийство – это «крик о помощи».

Чаще всего суицидальные поступки подростки совершают в дневное и вечернее время (80%), когда поблизости есть те, кто может их остановить.

Время года: больше всего самоубийств регистрируется весной, когда человеческие несчастья контрастируют с цветением окружающей природы (апрель).

СУИЦИДАЛЬНЫЕ ПРОЯВЛЕНИЯ

○ Внешние

- суицидальные попытки;
- завершённый суицид.

○ Внутренние

- суицидальные мысли;
- фантазии на тему смерти;
- суицидальные замыслы;
- суицидальные намерения.

ПРИЧИНЫ ДЕПРЕССИИ У ПОДРОСТКОВ

1. Негативное отношение к своему телу в период полового созревания.
2. Приобретенная в этот период способность критически воспринимать любую ситуацию
3. Одиночество, низкая популярность среди сверстников
4. Трудности в обучении, низкая школьная успеваемость.

Факторы суицидального риска



ПРИЗНАКИ НАМЕРЕНИЯ СОВЕРШЕНИЯ СУИЦИДА

Словесные признаки:

- открытые и прямые высказывания о принятом решении покончить с собой;
- косвенные намеки на совершение самоубийства («Больше я не буду никому мешать», «Скоро от меня отдохнете» и т.п.);
- нездоровый интерес к вопросам смерти, частые разговоры на эту тему;
- высказывание своих мыслей по поводу самоубийства в подчеркнуто легкой и шутливой форме («... смерть – всего лишь одна из сторон жизни», «чего бояться смерти – мы и так значительную часть жизни тратим на сон»).

7 ВАЖНЫХ СВЕДЕНИЙ О ПОДРОСТКОВОМ СУИЦИДЕ

- ⊙ Самоубийство является второй по частоте причиной смерти в молодости.
- ⊙ Максимум суицидных попыток приходится на возраст 16-24 года.
- ⊙ Больше всего самоубийств регистрируется весной.
- ⊙ Суицид можно предотвратить. Большинство жертв суицида не хотят умирать.
- ⊙ Суицидальное поведение не наследуется, но его риск выше для тех людей, кто потерял из-за самоубийства близкого родственника.
- ⊙ Тот, кто говорит о суициде, совершает суицид. Более 80% людей сообщают о своём намерении совершить самоубийство, прежде чем это сделать. Они дают нам знать о своих несчастьях и(или) страданиях.
- ⊙ Чем «веселее» настроен суицидент, тем больше риск.

ЕСЛИ ЗАМЕЧЕНА СКЛОННОСТЬ ШКОЛЬНИКА К САМОУБИЙСТВУ, ВОСПОЛЬЗУЙТЕСЬ СЛЕДУЮЩИМИ РЕКОМЕНДАЦИЯМИ, КОТОРЫЕ ПОМОГУТ ИЗМЕНИТЬ СИТУАЦИЮ:

- ⊙ Установите доверительные взаимоотношения с подростком.
- ⊙ Внимательно выслушайте.
- ⊙ Оцените серьезность намерений и чувств ребенка.
- ⊙ Не спорьте.
- ⊙ Задавайте вопросы.
- ⊙ Уважайте ребёнка, его мнение.
- ⊙ Постарайтесь акцентировать внимание ребенка позитивных моментах жизни.
- ⊙ Придайте уверенности учащемуся.
- ⊙ Обратитесь за помощью к специалистам.

НЕОБХОДИМЫЕ УСЛОВИЯ ПРОФИЛАКТИКИ СУИЦИДАЛЬНОГО РИСКА В ПОДРОСТКОВОЙ СРЕДЕ:

- ⊙ Благоприятная эмоционально-психологическая атмосфера в окружении ребенка (в семье, школе, классе);
- ⊙ Насыщенность жизни яркими событиями, дающими подростку возможность достичь успеха, проявить себя и почувствовать свою значимость (социальные проекты, творческие акции и т.д.);
- ⊙ Возможность доверительного общения подростка с родителями, педагогами, искренний интерес со стороны взрослых к событиям жизни, к чувствам и переживаниям подростка;
- ⊙ Помощь и поддержка в решении проблем и преодолении трудностей;
- ⊙ Устойчивые социальные связи, значимые для подростка и, прежде всего, семейные;
- ⊙ Контроль использования ребенком интернет-ресурсов.

ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ ПРОФИЛАКТИКИ СУИЦИДОВ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ОБРАЗОВАНИЯ

- своевременное выявление учащихся с личностными нарушениями и обеспечение их психологической поддержкой;
- формирование более близких отношений с детьми и подростками путем доверительных бесед с искренним стремлением понять их и оказать помощь;
- проявление наблюдательности и умения своевременного распознавания признаков суицидальных намерений, словесных высказываний или изменений в поведении;
- оказание помощи в учебе ученикам с низкой успеваемостью;
- контроль посещаемости занятий и прогулов;
- дестигматизация психических болезней (борьба с преобладающим стыдом перед ними), предотвращение злоупотребления алкоголем и наркотиками;
- своевременное направление учащихся на лечение в связи с психическими расстройствами и злоупотреблением алкоголем или наркотиками;
- осуществление мероприятий по ограничению доступа к возможным средствам самоубийства – токсическим веществам и опасным медикаментам, пестицидам, огнестрельному или иному оружию и т.п.;
- формирование позитивных потребностей;
- развитие способности любить и быть любимыми;
- формирование умения себя занять и трудиться;
- раннее формирование устойчивых интересов (спорт, искусство, познание);
- организация деятельности, альтернативной отклоняющемуся поведению: кружки по интересам и спортивные секции, экскурсии и турпоходы, благотворительные акции и т.п.;
- оказание помощи учителям и другим работникам школ в преодолении стресса на рабочих местах.

ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ!

ЭКСТРЕННАЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ В РОССИИ ДЛЯ ДЕТЕЙ, ПОДРОСТКОВ И ИХ РОДИТЕЛЕЙ: 8-800-2000-122.

⦿ **Полезные ресурсы:**

- ⦿ Телефон доверия для детей, подростков и родителей <http://telefon-doveria.ru/>
- ⦿ Дети России ОНЛАЙН <http://detionline.com/>
- ⦿ Я — родитель <http://www.ya-roditel.ru/>
- ⦿ Фонд поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации <http://fond-detyam.ru/>
- ⦿ Информационный портал о всех видах зависимостей, связанных с компьютерными и мобильными устройствами. URL: <http://netaddiction.ru>
- ⦿ Всероссийский семинар «Профилактика суицидального поведения детей и подростков, связанного с влиянием сети Интернет»: <http://www.fcprc.ru/training/webinars/12-17/program>
- ⦿ Типовые сценарии педагогического совета и родительского собрания: «Профилактика интернет-рисков и угроз жизни детей и подростков», Федеральное государственное бюджетное научное учреждение «Центр защиты прав и интересов детей» <http://fcprc.ru/news/profilaktika-internet-riskov-i-ugroz-zhizni-detej-i-podrostkov>
- ⦿ Информационно-аналитический журнал «Дети в информационном обществе» (в рамках Года безопасного Интернета в России) <http://www.fid.su/projects/journal>
- ⦿ Специализированные страницы сайта ФГБНУ «Центр защиты прав и интересов детей»: «ПОДДЕРЖКА ДЕТСТВА», «ТВОЕ ПРАВО», «ИНФОРМАЦИОННАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ», «ЦЕННОСТЬ ЖИЗНИ»: <http://www.fcprc.ru>
- ⦿ Научно-методический журнал «Образование личности»: <http://www.ol-journal.ru>
- ⦿ Учебно-методический журнал «Профилактика зависимостей»: <http://профилактика-зависимостей.рф>