



«ОСОБЕННОСТИ И МАРКЕРЫ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ И МОЛОДЕЖИ»

*ГАОУ ДПО СО «Институт развития
образования»*

*Закревская Ольга Вадимовна, к.пс.н.,
педагог-психолог ВКК,
доцент кафедры педагогики и психологии*

ПРОТИВОРЕЧИЯ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА

Ожидание общения с самим собой как с взрослым человеком

Болезненное отношение к любой критике в свой адрес

Растет ответственность и способность выполнять сложные дела

Снижается умение справляться с повседневными обязанностями из-за импульсивности и нетерпения

Внимательность к мелочам и деталям

Душевная черствость и порой даже жестокость

Желание быть «как все»

утверждение собственной индивидуальности и подчеркивание независимости собственного мнения

Независимость суждений и борьба с авторитетами

Обожествление кумиров и копирование поведения случайных людей

ГРУППА РИСКА: подростки и молодежь

- С выраженными семейными проблемами: уход из семьи значимого взрослого, развод, семейное насилие, отвержение со стороны родственников и т.п.;
- Переживающие тяжелые утраты, например смерть родителя (любимого человека), особенно в течение первого года после потери;
- Имеющие проблемы в отношениях со сверстниками, неразделенная любовь и т.п.;
- Злоупотребляющие алкоголем, наркотиками и токсическими препаратами. Риск суицидов очень высок — до 50%. Алкоголизм и наркомания в нескольких поколениях способствует усилению депрессии, чувства вины и психической боли, которые часто предшествуют суициду;
- Страдающие хроническими или фатальными заболеваниями (в том числе, когда данными болезнями страдают значимые взрослые);
- Имеющие предыдущую (незаконченную) попытку суицида; демонстрирующие суицидальные угрозы, прямые или завуалированные; обучающиеся, у которых в роду были случаи суицидального поведения;
- Имеющие тенденции к самоповреждению (аутоагрессию);
- Страдающие аффективными расстройствами, особенно тяжелыми депрессиями (психопатологические синдромы), психическими заболеваниями;
- Имеющие блестящие успехи по всем образовательным предметам;
- Имеющие межличностные и/или любовные конфликты;
- Обучающиеся с повышенной тревожностью, заикленные на негативных эмоциях, с пониженным фоном настроения;
- Молодые люди, которые по тем или иным причинам считают себя виновными в проблемах близких людей.



ОСОБЕННОСТИ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ МОЛОДЕЖИ:

- Недостаточно адекватная оценка последствий суицидальных действий.
- Несерьезность, мимолетность и незначительность (с точки зрения взрослых) мотивов, которыми дети объясняют попытки самоубийства.
- Наличие взаимосвязи попыток самоубийства подростков и молодежи с отклоняющимся поведением.
- Депрессивные состояния, которые в подростковый период выражаются иначе, чем у взрослых.



Отличия депрессии у подростков и молодежи от депрессии взрослых:

- чувство скуки;
- нарушения сна;
- неусидчивость, беспокойство;
- фиксация внимания на мелочах;
- чрезвычайная эмоциональность;
- рассеянность внимания;
- агрессивное поведение;
- демонстративное непослушание;
- склонность к бунту;
- прогулы.



Причины суицида

- Уход от проблем
- Месть
- Самонаказание
- Бегство от наказания
- Слишком жесткое воспитание
- Конфликты с друзьями, несчастная любовь, одиночество
- Страх перед будущим
- Потеря смысла жизни
- Подражание кумирам
- Высокие ожидания, повышенные притязания к успехам ребенка
- Перегрузки и строгие требования в образовательной организации
- Прессинг успеха
- Общественные катаклизмы



То, что в поверхностном рассмотрении выступает для внешнего наблюдателя или самого субъекта как единственная и конечная **причина суицида, на самом деле может являться лишь следствием других, более глубинных и скрытых тенденций.**



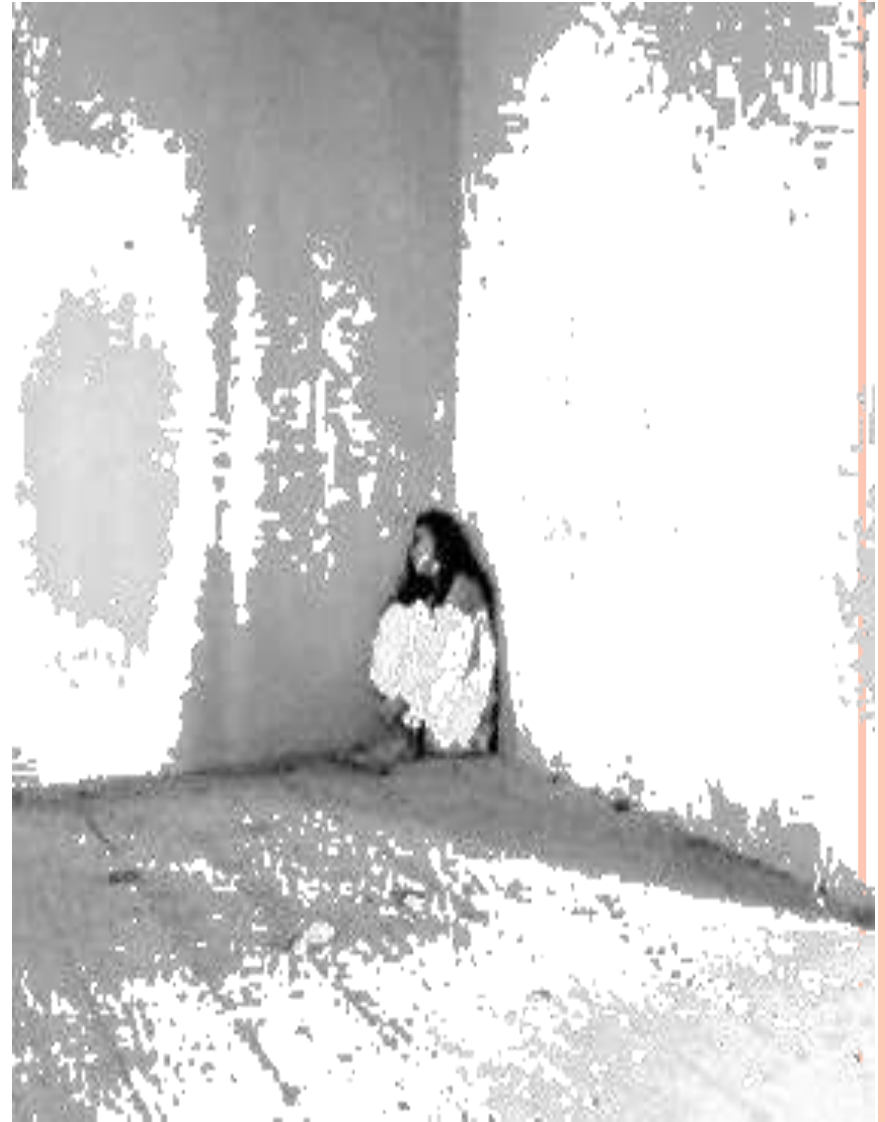
ПРИЗНАКИ ГОТОВЯЩЕГОСЯ САМОУБИЙСТВА

- **80 % задумавших совершить самоубийство предварительно дают знать о своих намерениях окружающим. Способы сообщения могут быть завуалированы, и чрезвычайно необходимо их понять!**



МАРКЕРЫ СУИЦИДАЛЬНОГО РИСКА -

- это поведение, слова, эмоции, которые прямо или косвенно дают понять окружающим о намерении человека совершить самоубийство



СЛОВЕСНЫЕ МАРКЕРЫ (ВЫСКАЗЫВАНИЯ):

- ❖ Прямые или косвенные сообщения о суицидальных намерениях: «Хочу умереть!», «Ты меня больше не увидишь!», «Я этого не вынесу!», «Скоро все это закончится!».
- ❖ Шутки, иронические высказывания о желании умереть, о бессмысленности жизни («Никто из жизни еще живым не уходил!»).
- ❖ Уверения в своей беспомощности и зависимости от других («Если с ней что-то случится, то я не выживу, а пойду вслед за ней!», «Если он меня разлюбит, я перестану существовать!» и т.п.).
- ❖ Прощания.
- ❖ Самообвинения («Я ничтожество! Ничего из себя не представляю», «Я гениальное ничтожество. Если, как говорит один хороший человек, самоубийство, это естественный отбор, то почему же я не убьюсь, наконец?» и т.п.).
- ❖ Сообщение о конкретном плане суицида («Я принял решение. Это будет сегодня, когда предки уедут на свою дачу. Алкоголь и таблетки я уже нашел» и т.п.).



ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ МАРКЕРЫ СУИЦИДАЛЬНОГО РИСКА:

- ❖ Амбивалентность по отношению к жизни;
- ❖ Безразличие к своей судьбе;
- ❖ Переживание горя;
- ❖ Признаки депрессии: приступы паники, выраженная тревога, сниженная способность к концентрации внимания и воли, бессонница, утрата способности испытывать удовольствие;
- ❖ Несвойственная агрессия или ненависть к себе;
- ❖ Вина или ощущение неудачи, поражения;
- ❖ Чрезмерные опасения, страхи;
- ❖ Чувство своей малозначимости, никчемности, ненужности;
- ❖ Рассеянность или растерянность.




ЧТО МОГУТ УВИДЕТЬ ПЕДАГОГИ:

- ❖ изменение внешнего вида,
- ❖ самоизоляцию на занятиях и во внеурочной деятельности,
- ❖ ухудшение работоспособности, снижение успеваемости,
- ❖ небрежное отношение к своим учебным принадлежностям (при том, что ранее было другое),
- ❖ частые прогулы (отсутствие на определенных уроках),
- ❖ резкие и необоснованные вспышки агрессии,
- ❖ рисунки по теме смерти на последних страницах тетрадей,
- ❖ тема одиночества, кризиса, утраты смысла в сочинениях на свободную тему или в размышлениях на уроках гуманитарного цикла и т.п.



ЧТО МОГУТ УВИДЕТЬ РОДИТЕЛИ:

- ❖ изменения настроения,
 - ❖ изменение питания,
 - ❖ изменение сна,
 - ❖ изменения в отношении к своей внешности,
 - ❖ самоизоляцию,
 - ❖ эскейп-реакции (уход из дома);
 - ❖ интерес к теме смерти (появление в доме литературы по этой теме, переписка в Интернете, прослушивание траурной и печальной музыки и т.п.),
 - ❖ нежелание посещать кружки, секции, образовательную организацию (в том числе учащение прогулов),
 - ❖ серьезные изменения в состоянии здоровья (частые простуды, частые головные боли и др.).
- 

ЧТО МОГУТ УВИДЕТЬ СВЕРСТНИКИ:

- ❖ самоизоляцию,
- ❖ резкие перепады настроения (несвойственные подростку ранее),
- ❖ повышенную агрессивность,
- ❖ склонность к неоправданно рискованным поступкам;
- ❖ аутоагрессию (в том числе в высказываниях),
- ❖ изменения внешнего вида,
- ❖ расставание с дорогими вещами или деньгами;
- ❖ интерес к теме смерти (способам самоубийства),
- ❖ уныние,
- ❖ изменение интересов и т.п.





«ОСОБЕННОСТИ И МАРКЕРЫ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ И МОЛОДЕЖИ»

*ГАОУ ДПО СО «Институт развития
образования»*

*Закревская Ольга Вадимовна, к.пс.н.,
педагог-психолог ВКК,
доцент кафедры педагогики и психологии*