

Суицид.

**Информационно –
образовательный материал
для педагогов-кураторов,
воспитателей, родителей.**



Суицид – умышленное самоповреждение со смертельным исходом, (лишение **себя** жизни).

Чаще всего заключается в
отреагировании аффекта,
снятии эмоционального
напряжения, **ухода** от той
ситуации, в которой волей
неволей он оказывается.

Психологический смысл Суицида



Суицидальное поведение

При демонстративном поведении способы суицидального поведения чаще всего проявляются в виде *порезов вен, отравления неядовитыми лекарствами, изображения повешения*



Демонстративное поведение.

При аффективном суицидальном поведении часто прибегают к попыткам повешения, отравлению токсичными и сильнодействующими *препаратами*.



Аффективное суицидальное поведение.

При истинном суицидальном поведении чаще прибегают к *повешению*.



Истинное суицидальное поведение.

- **Предсуицидальный синдром:** Психологический симптомокомплекс, свидетельствующий о надвигающемся суицидальном акте, т. е. этап суицидальной динамики, длительность которого составляет от нескольких минут до нескольких недель и месяцев. Наблюдается чаще у старших подростков и взрослых в случае наличия тенденции к суицидальным актам в сложных ситуациях.
- Дети - суициденты чаще лишены родительского внимания и заботы, в **75 %** их родителей разведены или проживают отдельно, часто дети проживают в интернатах или с приемными родителями.

Предсуицидальный синдром.

- хроническое употребление наркотиков и токсических препаратов. **Наркотики и алкоголь** представляют собой относительно летальную комбинацию. Они ослабляют мотивационный контроль над поведением человека, обостряют депрессию или даже вызывают психозы.
- аффективные расстройства, особенно тяжелые **депрессии** (психопатологические синдромы).
- хронические или смертельные **болезни**;
- тяжелые утраты, например **смерть** супруга (родителя), особенно в течение первого года после потери.
- семейные **проблемы**: уход из семьи или развод.

Кто подвержен суициду?

- Предыдущая (незаконченная) **попытка** суицида. (парасуицид). По данным некоторых источников процент достигает 30%.
- суицидальные **угрозы**, прямые или завуалированные.
- Тенденции к **самоповреждению** (аутоагрессия).
- суициды в **семье**
- алкоголизм. Риск суицидов очень высок у больных употребляющих алкоголь. Это заболевание имеет отношение к 25 - 30% самоубийств; среди молодых людей его «вклад» может быть еще выше — до 50%. Длительное злоупотребление **алкоголем** способствует усилению депрессии, чувства вины и психической боли, которые, как известно, часто предшествуют суициду.

Кто подвержен суициду?

- Молодежь: с нарушением межличностных отношений, “**одиночки**”, злоупотребляющие алкоголем или наркотиками, отличающиеся девиантным или криминальным поведением, включающим физическое насилие;
- **Сверхкритичные** к себе.
- Лица, страдающие от недавно испытанных унижений или **трагических утрат**.
- Подростки, фрустрированные несоответствием между **ожидавшимися** успехами в жизни и реальными достижениями.
- Люди, **страдающие** от болезней или **покинутые** окружением.

Группа риска.

- потеря аппетита или импульсивное обжорство,
- бессонница или повышенная сонливость в течение, по крайней мере,
- последних дней частые жалобы на соматические недомогания (на боли в животе, головные боли, постоянную усталость, частую сонливость)
- необычно пренебрежительное отношение к своему внешнему виду постоянное чувство одиночества,
- бесполезности, вины или грусти

Признаками эмоциональных нарушений являются

- ощущение скуки при проведении времени в привычном окружении или выполнении работы,
- которая раньше приносила удовольствие уход от контактов,
- изоляция от друзей и семьи,
- превращение в человека одиночку нарушение внимания со снижением качества выполняемой работы
- погруженность в размышления о смерти
- отсутствие планов на будущее внезапные приступы гнева,
- зачастую возникающие из-за мелочей

Признаками эмоциональных нарушений являются

- Установите заботливые взаимоотношения с ребенком
- Будьте внимательным слушателем
- Будьте искренними в общении, спокойно и доходчиво спрашивайте о тревожащей ситуации
- Помогите определить источник психического дискомфорта
- Вселяйте надежду, что все проблемы можно решить конструктивно
- Помогите ребенку осознать его личностные ресурсы
- Окажите поддержку в успешной реализации ребенка в настоящем и помогите определить перспективу на будущее
- **Внимательно выслушайте подростка!**

ЧТО МОЖЕТ УДЕРЖАТЬ ПОДРОСТКА ОТ СУИЦИДА

1. Открыто обсуждайте семейные и внутренние проблемы детей.

- 2. Помогайте своим детям строить реальные цели в жизни и стремиться к ним.
- 3. Обязательно содействуйте в преодолении препятствий.
- 4. Любые стоящие положительные начинания молодых людей одобряйте словом и делом.
- 5. Ни при каких обстоятельствах не применяйте физические наказания.
- 6. Больше любите своих подрастающих детей, будьте внимательными и, что особенно важно, деликатными с ними.
- От заботливого, любящего человека, находящегося рядом в трудную минуту, зависит многое. Он может спасти потенциальному суициденту жизнь.
- Самое главное, надо научиться принимать своих детей такими, какие они есть. Ведь это мы, родители, формируя отношения, помогая ребёнку в его развитии, получаем результат воздействия, результат своего труда.
- Принятие человека таковым, каким он является, принятие его сущности и сути его существования на Земле - и есть Любовь в истинном её проявлении.
- Поэтому совет родителям прост и доступен:

"Любите своих детей, будьте искренне и честны в своём отношении к своим детям и к самим себе".

Рекомендации для родителей по профилактике подростковых суицидов.
