



Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 21
с углубленным изучением немецкого языка»
«Немечкывпыдісяньвелодан 21 №-а шөр школа»
муниципальной асьюралана велодан учреждение

АССОЦИАЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ. СУИЦИДАЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ.

педагог-психолог
Остапова Е.В.

Концепция дезадаптации (А.Г.Амбрумова)



Суицидальное поведение есть следствие социально-психологической дезадаптации личности в условиях переживаемого микросоциального конфликта.

Самоубийства среди молодёжи

В России уходят из жизни около 3000 детей и подростков в год. По абсолютному количеству подростковых самоубийств Россия занимает **первое место**.

В России до 19% 13-17 летних школьников в каждом классе испытывают депрессивное состояние.

Число суицидов в РК в два раза больше, чем в России.

Основные причины суицида: неразделенная любовь, суициды из за неразделенной любви (у подростков до 16 лет составляют практически половину от общего числа самоубийств), конфликты с родителями и сверстниками, страх перед будущим, одиночество.

динамика настроения

- ❑ Взрослые чувствуют себя плохо с утра, к 17 часам активны: готовят, моют, убирают.
- ❑ Дети-днем скука, апатия, к сумеркам нарастает тревога, к ночи страх почти всегда.
- ❑ У детей к вечеру настроение не компенсируется- риск суицидальных попыток возрастает.
- ❑ У взрослых вектор вины направлен на себя, у детей вовне (мама, учитель, друзья).

Факторы, определяющие развитие кризисного состояния

(Амбрумова А. Г., 1971, Ефремов В.С., 2004)



Кризисное состояние проявляется

(Амбрумова А.Г., 1988, ВОЗ 2001)

В аффективной сфере - всем спектром интенсивных отрицательных эмоций (внимание к словам безысходность, невыносимость)

В когнитивной сфере - неадаптивной концепцией произошедшего, пессимистической оценкой настоящего, будущего (внимание к словам ненужность, бесцельность)

Искажением восприятия времени — переживаниями, что для решения ситуации времени не осталось.

Нарушением личной идентификации — изменением оценки своих возможностей, уменьшением способности к принятию решения.

Нарушениями поведения — асоциальными, агрессивными, импульсивными.

Соматическим неблагополучием - слабостью, разбитостью, приступами сердцебиения.

Десять общих черт суицида

(по Э. Шнейдману)



1. Общей целью суицида является нахождение решения.
2. Общая задача суицида состоит в прекращении сознания.
3. Общим стимулом к совершению суицида является невыносимая психическая (душевная) боль.
4. Общим стрессором при суициде являются фрустрированные психологические потребности.
5. Общей суицидальной эмоцией является беспомощность-безнадёжность.
6. Общим внутренним отношением к суициду является амбивалентность.
7. Общим состоянием психики при суициде является сужение когнитивной сферы.
8. Общим действием при суициде является бегство (эгрессия).
9. Общим коммуникативным действием при суициде является сообщение о своём намерении.

Пять групп психологических потребностей, фрустрация которых объясняет большинство самоубийств (по Э. Шнейдману)

1. Неудовлетворённые потребности в любви и приятии — связаны с фрустрацией стремления к поддержке и привязанности.
2. Нарушение контроля, предсказуемости и организованности — связаны с фрустрированными потребностями к достижению, автономии, порядку и пониманию.
3. Снижение самооценки в силу стыда, поражения, унижения или позора — связаны с фрустрированными потребностями в привязанности, самооправдании и избегании стыда.
4. Разрушенные значимые отношения, возникшие вследствие этого горе и чувство потери — связаны с фрустрированными потребностями в привязанности и заботе о другом.
5. Чрезмерный гнев, ярость или враждебность из-за противодействия.

Классификация и терминология суицидального поведения

Внутренние формы		Этап
		
1. Антивитальные переживания		1. Пресуицидальный
2. Суицидальные мысли		
3. Суицидальные замыслы		
4. Суицидальные намерения		
Внешние формы		2. Реализации суицидальных действий
1. Суицидальные попытки		
2. Завершённый суицид		
		3. Постсуицидальный
	Динамика	

Терминология суицидального

поведения

Антивитальные переживания	Утрата «желания жить». Желание близкой смерти от естественных причин.	Высказывания: «устал так жить...», «кто бы знал, как надоело мучиться...», «порой хочется уснуть и не проснуться...».
Суицидальные мысли	Активное продумывание способов, времени и необходимого действия для суицида. Взвешиваются все «за» и «против», устанавливается приемлемость самоубийства для себя.	Высказывания принимают характер размышления, аутонаправленности: «может быть лучше будет застрелиться...», «наверное всем будет легче, если я умру...».
Суицидальные замыслы + волевой компонент	На данном этапе решение принято: жить не стоит. Продумывается способ и время совершения самоубийства. «ВНЕШНИЙ КЛЮЧ» - психологическое образование, приводящее к реализации выработанного плана (выявление тяжёлого заболевания, смерть родственника и т. п., так и выделенное человеком индивидуально в значимое для себя событие).	Высказывания: «если узнаю, что у него кто-нибудь есть – отравлюсь!».
Суицидальные намерения	Поиск условий для реализации замыслов. Способ самоубийства выбран. «Внешний ключ» сработал и запустил программу реализации.	«Улыбающиеся» депрессии. Подготовка к реализации замысла: приобретение оружия, медикаментов, «завершение» текущих дел, выбор подходящего момента и создание условий для их реализации.

Фоновые факторы суицида у подростков

Разрушенная семейная обстановка (разлад в семье, развод родителей)

Члены семьи с психическими расстройствами:

Злоупотребление алкоголем и наркотиками

Депрессия и другие эмоциональные расстройства

Суицид и самоповреждение

Наличие психического расстройства у подростка:

Злоупотребление алкоголем и наркотиками

Депрессия и другие эмоциональные расстройства

Ранее - попытки суицида и самоповреждение

Примеры завершённого суицида или суицидальной попытки
(семья, окружение, СМИ)

Один или несколько прешествующих эпизодов умышленного самоповреждения

Доступность высоколетальных средств

ИТАК...

Суицидальное поведение ребенка или подростка - это:

- попытка сообщить о своих трудностях в решении проблем,
- неудача контроля дистресса и неспособность эмоционального и вербального выражения аффекта,
- снятие эмоционального напряжения,
- уход от «невыносимой» ситуации,
- забвение невыносимой душевной боли.

САМОУБИЙСТВО - трагическое событие,

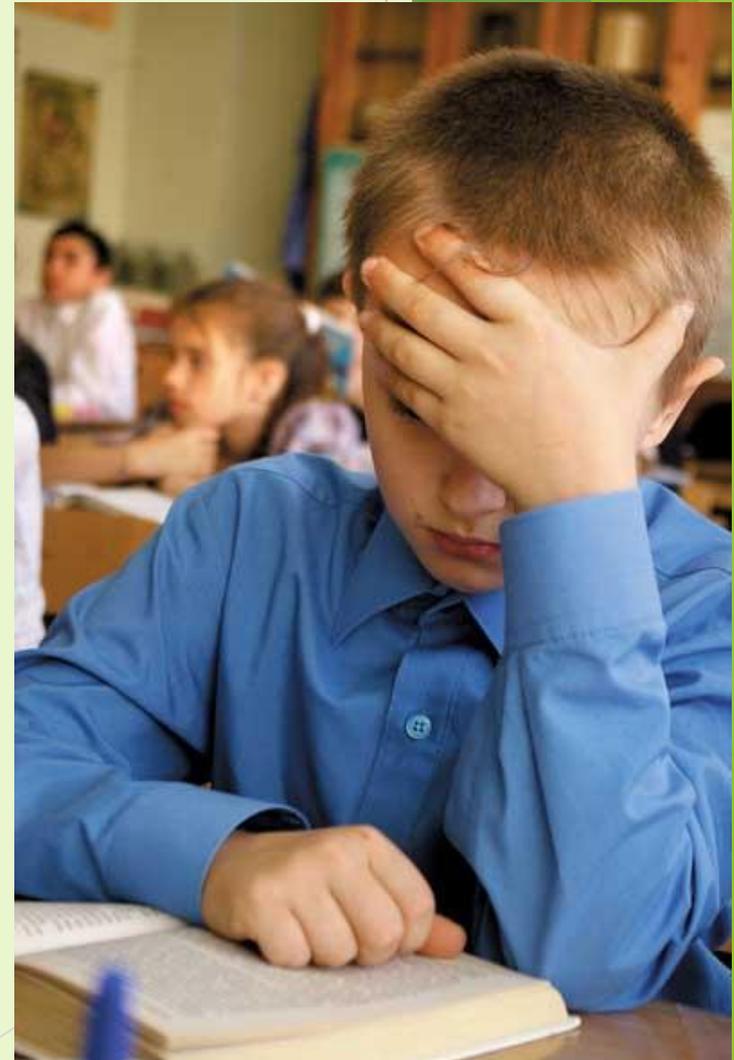
НО потенциально предотвратимая

медицинская и социальная проблема
при **МЕЖПРОФЕССИОНАЛЬНОМ**
и **МЕЖВЕДОМСТВЕННОМ** подходе



Что дети могут думать, когда им плохо?

- У меня ничего не получится, я ничего не умею.
- Я хуже всех.
- Я всем только мешаю.
- Никто меня не понимает.
- Никто меня не любит.
- Я никому не нужен.



Отбор детей в «Группу риска кризисных состояний»

По особенностям характера и поведения детей:

- ▶ Возбудимый, импульсивный
- ▶ Раздражительный, гневливый
- ▶ Эмоционально неустойчивый
- ▶ С циклоидными колебаниями настроения
- ▶ Демонстративный
- ▶ Робкий, застенчивый

В рамках сформированного списка произвести еще один отбор детей по критериям:

Если:

- «особенности поведения» - ярко выражены, стабильны;
- «особенности поведения» сочетаются с наличием стрессогенной ситуации (любое из «*Ситуационных индикаторов*»);
- Выявлены признаки депрессии или «поведенческие индикаторы суицидального риска»
=> этих детей направлять к психотерапевту.

При наличии письменного отказа родителей от работы с их ребенком психолога психологическое сопровождение этого ребенка проводить психолого-педагогическими методами (например, индивидуальный педагогический подход на уроках, помощь в улучшении контактов в классе, в повышении статуса или др.).

Словесные признаки суицидального поведения

- косвенные намёки о своём намерении;
- прямые, явные высказывания о смерти;
- жалобы на жизнь, никчёмность и ненужность;
- шутки на тему самоубийства;
- заинтересованность вопросами смерти;
- стихи, музыка, рисунки, иллюстрирующие депрессивное настроение;
- записки об уходе из жизни;
- многозначительные прощания с другими людьми.

Общим коммуникативным действием при суициде является сообщение о своём намерении...



- ▶ Нет сил бороться
- ▶ Нет справедливости
- ▶ Никогда не вернуть того, что было
- ▶ Никогда не прощу себе
- ▶ Никто меня не понимает
- ▶ Никто не вспомнит обо мне
- ▶ С меня хватит!
- ▶ Хорошо бы умереть
- ▶ Это конец
- ▶ Я не буду проблемой для тебя больше
- ▶ Я не увижу тебя больше
- ▶ Я никому не нужен
- ▶ Я хочу покончить со всем этим

ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ ПРИЗНАКИ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ

- сниженное настроение, потеря интереса к жизни;
- раздражительность, угрюмость, замкнутость, нарушение внимания;
- фиксация внимания на примерах самоубийства;
- «Зависание» в Интернете на сайтах, касающихся смерти, несчастий, вариантов самоубийств
- нарушение межличностных отношений;
- утрата интереса к окружающему, к любимым занятиям, «хобби»;
- приступы эйфории или отчаяния, перепады настроения;
- нарушение аппетита, сна
- Изменение поведения на противоположное;
- Небрежное отношение ко внешнему виду и личной гигиене;
- нарушение внимания;
- появление прогулов школы, побеги из дома, бродяжничество

**ОБРАТИТЕ
ВНИМАНИЕ!**

Ситуативные признаки суицидального поведения

активная предварительная
подготовка, целенаправленный поиск
средств для самоубийства



внезапное
проявление
несвойственных
черт

окончательное
приведение в
порядок дел

примирение с
давними врагами

предпочтение
минорной музыке

отказ от
совместных дел

излишний риск в
поступках

употребление
алкоголя,
наркотиков

отсутствие планов
на будущее

социальная
изолированность
(нет друзей)



Оценка суицидального поведения подростка включает

- Обстоятельства самоповреждения и выраженность суицидального намерения
- Возможные кристаллизующие факторы в предшествующие дни
- Предрасполагающие факторы, предыдущие и нынешние обстоятельства жизни, история семьи, примеры суицидального поведения
- История болезни и обследование психического состояния, что бы оценить текущий психиатрический статус и риск суицида. Нарастают ли прогрессивно суицидальные разговоры и поведение?
- Эпизод самоповреждения характерен для длительно существующих трудностей при совладении со стрессом или получении поддержки более адаптивным способом?

КОГДА К ВАМ ОБРАЩАЕТСЯ РЕБЕНОК, ВЫ ДОЛЖНЫ:

- **Слушать:** подбадривать ребёнка говорить с вами или другим доверенным лицом (человеком, которому доверяют); слушать детские чувства. Не давайте советов и не старайтесь найти простых решений. Попробуйте представить, как бы Вы чувствовали себя на месте ребёнка;
- **быть честными:** если слова или поступки ребёнка пугают Вас, скажите ему об этом. Если вы переживаете или не знаете, что делать, скажите это. Не будьте «бодрым оптимистом»;
- **делиться чувствами:** каждый когда-то чувствует грусть, боль и безнадёжность. Делитесь Вашими чувствами. Дайте ребёнку узнать, что он не одинок;
- **найти помощь,** если Вы не уверены в успешности консультации. Профессиональная помощь критически необходима в кризисных случаях, таких, как суицид.

Если Вы СЛЫШИТЕ:	Обязательно СКАЖИТЕ!		НЕ ГОВОРИТЕ!	
Ненавижу школу...	Ты расстроен. Что произошло? Что тебя расстраивает?		Я в твоём возрасте... Не будешь учиться, - станешь дворником... Ты всегда был лентяем...	
Всем было бы лучше без меня!	Ты очень много значишь для нас. Ты чем-то очень огорчён. Расскажи, что произошло?		Глупости! Ты говоришь ерунду! Вот именно! Пора уже повзрослеть!	
Ты меня не понимаешь!	Я готова выслушать тебя. Для меня очень важно, что ты чувствуешь		А ты меня! Тебя вообще трудно понять! С тобой невозможно говорить!	
Я совершил ужасный поступок...	Давай сядем и поговорим об этом.		Как ты мог! Мне стыдно за тебя! Что посеешь, то и пожнёшь...	
А вдруг у меня не получится...	А вдруг получится! Будем знать, что ты сделал всё возможное. Всегда можно		Не ной! Значит, недостаточно стараешься.	

ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ!

Факторы защиты от суицидальных намерений

Сильная эмоциональная
привязанность к близким

Чувство долга,
обязательность

Эстетические критерии
мышления

Надежда на то,
что выход есть

Морально-этические
установки, религиозные
предпочтения
и мировоззренческие позиции



Творческие планы, замыслы,
определенная сфера
компетентности и мастерства

Концентрация внимания на
состоянии собственного здоровья,
боязнь причинения себе физических
страданий или ущерба

100 грамм профилактики
дороже килограмма лечения

Детей учит то, что их окружает



- Если ребенка часто высмеивают - он учится быть робким.
- Если ребенку часто демонстрируют враждебность - он учится драться.
- Если ребенка часто позорят , критикуют он учится чувствовать себя виноватым.

Детей учит то, что их окружает



- Если ребенок живет с чувством безопасности - он учится доверять.**
- Если ребенка часто подбадривают - он учится уверенности в себе.**
- Если с ребенком обычно честны - он учится быть справедливым.**
- Если ребенка часто одобряют - он учится хорошо к себе относиться.**

Телефон доверия

*Единый
всероссийский
телефон доверия
для детей,
подростков и их
родителей:*

8-800-2000-122

129

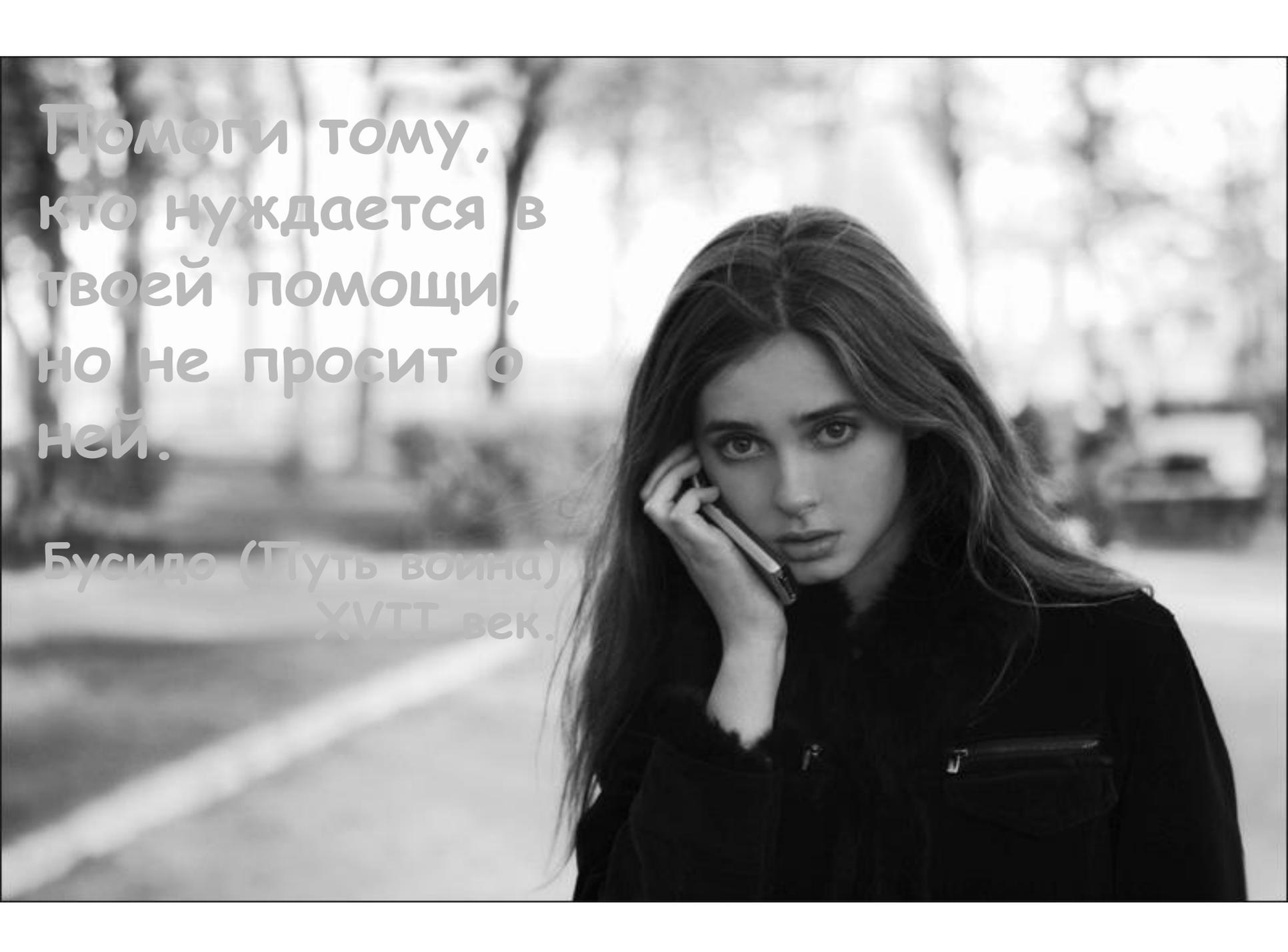


**Бесплатная
круглосуточная**

**психологическая помощь в
беде, конфликте, депрессии,
трудной жизненной ситуации,
потере близкого человека**

**Вас выслушают и окажут
поддержку**





Помоги тому,
кто нуждается в
твоей помощи,
но не просит о
ней.

Бусидо (Путь воина)
XVII век.