

Общие черты самоубийств

Э.Шнейдман

1. Общей целью всех самоубийств является поиск решения
2. Общей задачей всех суицидов является прекращение сознания
3. Общим стимулом при суициде является невыносимая психическая боль
4. Общим стрессором при суициде являются фрустрированные психологические потребности
5. Общей суицидальной эмоцией является беспомощность - безнадежность
6. Общим внутренним отношением к суициду является амбивалентность
7. Общим состоянием психики является сужение когнитивной сферы
8. Общим коммуникативным актом при суициде является сообщение о своем намерении
9. Общей закономерностью суицида является соответствие суицидального поведения общему стилю поведения в течение жизни

Общие черты самоубийств

Э.Шнейдман

1. Общей целью всех самоубийств является поиск решения

- Суицид не является случайным действием.
- Суицид служит выходом из затруднений, кризиса или невыносимой ситуации.
- Суицид имеет целью найти решение стоящей перед человеком и вызывающей интенсивные страдания проблемы.

Общие черты самоубийств

Э.Шнейдман

2. Общей задачей всех суицидов является полное прекращение сознания

- Цель суицида - полное прекращение потока сознания, невыносимой боли как решение болезненных и насущных жизненных проблем.
- Мысль о возможности прекращения сознания в качестве выхода из ситуации возникает при наличии: ¹душевного волнения, ²повышенного уровня тревожности, ³высокого летального потенциала - три составляющие, необходимые для суицидов.
- После этого возникает инициирующая искра и начинается активный суицидальный

Общие черты самоубийств

Э.Шнейдман

3. Общим стимулом при суициде является невыносимая психическая боль

- Душевная боль - то, от чего стремится убежать суицидально настроенный человек.
- Суицид = сочетание движения по направлению к прекращению потока сознания + бегство от психической боли и невыносимого страдания.
- Одно из правил клинической суицидологии: уменьшите, иногда весьма незначительно, степень страдания, и человек выберет жизнь.

Общие черты самоубийств

Э.Шнейдман

4. Общим стрессором при суициде являются фрустрированные психологические потребности

- Суицид - не как бессмысленный и необоснованный поступок, а реакция на нереализованные или неудовлетворенные потребности.
- Удовлетворите фрустрированные потребности — и суицид не возникнет.

Общие черты самоубийств

Э.Шнейдман

5. Общей суицидальной эмоцией является беспомощность - безнадежность

- *«Я ничего не могу сделать (кроме совершения самоубийства)», «никто не может мне помочь (облегчить боль, которую я испытываю)».*
- Нецелесообразно и бесполезно воздействовать путем увещеваний, разъяснительных бесед, порицания, оказания давления и т.п.
- Наиболее эффективным путем снижения интенсивности суицидальных намерений является не прямое воздействие посредством уменьшения эмоционального напряжения.

Общие черты самоубийств

Э.Шнейдман

6. Общим внутренним отношением к суициду является амбивалентность

- Человек одновременно чувствует потребность совершить суицид и желает (и даже планирует) спасения и вмешательства других.
- Эта амбивалентность может быть использована, чтобы спасти клиента.

Общие черты самоубийств

Э.Шнейдман

7. Общим состоянием психики является сужение когнитивной сферы

- «Туннельность» - резкое ограничение вариантов выбора поведения.
- Дихотомическое мышление - либо какое-то особое (почти волшебное) разрешение всей ситуации в целом, либо прекращение потока сознания.

Общие черты самоубийств

Э.Шнейдман

8. Общим коммуникативным актом при суициде является сообщение о своем намерении

- Вследствие амбивалентного отношения суициденты сознательно или безотчетно подают сигналы бедствия, жалуются на беспомощность, ищут возможности спасения.
- Распознавание характерных вербальных и невербальных признаков является важным условием превенции суицидов.

Общие черты самоубийств

Э.Шнейдман

9. Общей закономерностью суицида является соответствие суицидального поведения общему стилю поведения в течение жизни

- Суицидальному поведению можно найти соответствия в стиле и характере поведения данного человека в течение его жизни.
- Необходимо возвращаться к предыдущим моментам переживания душевного волнения, выявлять и прорабатывать паттерны преодоления проблем и бегства от них.