

**КОМИТЕТ ПО ЗДРАВООХРАНЕНИЮ ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ**  
**Филиал Государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения**  
**«Центр непрерывного профессионального медицинского развития**  
**Ленинградской области» г.Тихвин**  
**(филиал ГБПОУ Центр НПМР ЛО г. Тихвин)**

# **СУИЦИД – классификация, причины, помощь.**

**Студента группы 21-а/д**  
**Бондаря Кирилла Васильевича**  
**Специальность 31.02.02**  
**Акушерское дело**

**СУИЦИД** - самодеструктивное поведение человека, направленное на намеренное лишение себя жизни, а также отказ от реальных возможностей избежать смерти в критической ситуации.

**САМОУБИЙСТВО** - сознательное, преднамеренное лишение себя жизни.



# КЛАССИФИКАЦИЯ САМОУБИЙСТВ

## Эгоистические самоубийства.

Если считать эгоизмом такое состояние индивида, когда индивидуальное “я” резко противопоставляет себя социальному “я” в ущерб последнему, то можно назвать эгоистичным тот частный вид самоубийств, который вызывается чрезмерной индивидуализацией.

Эгоистические самоубийства наблюдаются в основном в сфере умственного труда, среди интеллигенции.

## Альтруистические самоубийства.

Характерным для альтруистического самоубийства является то, что оно совершается во имя долга.

Когда человек отделился от общества, то в нем легко зарождается мысль покончить с собой, то же самое происходит с ним и в том случае, когда общественность вполне и без остатка поглощает его индивидуальность.

### Аномичные самоубийства.

Экономические кризисы, способствующие обогащению одних и разорению других, могут привести к фатальным последствиям. Этот вид самоубийств чаще встречается в мире торговли и промышленности.

### Фаталистические самоубийства.

Этот вид самоубийств возникает в результате усиленного контроля со стороны группы, имеющей тенденцию быть сильной и постоянной и поэтому становящейся невыносимой.



## **Суицидальная направленность формируется внутри личности следующим образом:**

- 1. Собственно суицидальное поведение - любые внутренние и внешние формы психических актов, направляемые представлениями о лишении себя жизни.**
- 2. Внутреннее суицидальное поведение включает в себя суицидальные мысли, представления, переживания, а также суицидальные тенденции, среди которых можно выделить замыслы и намерения.**
  - Пассивные суицидальные мысли характеризуются представлениями, фантазиями на тему своей смерти, но не на тему лишения себя жизни как самопроизвольного действия (“хорошо бы умереть”, “заснуть и не проснуться” и т.п.).**
  - Суицидальные замыслы - это активная форма проявления суицидальности, т.е. тенденция к самоубийству, глубина которой нарастает по мере разработки плана ее реализации. Продумываются способы, время и место самоубийства.**
  - Суицидальные намерения предполагают присоединение к замыслу решения и волевого компонента, побуждающего к непосредственному переходу во внешнее поведение.**

## ПРИЧИНЫ СУИЦИДА:

1. Лично-семейные конфликты, в том числе развод; болезнь, смерть близких; одиночество; неудачная любовь; оскорбления со стороны окружающих; половая несостоятельность.
2. Состояние здоровья, в том числе психические заболевания; соматические заболевания; уродства.
3. Конфликты, связанные с работой или учебой, в том числе конфликты на работе; неуспехи в
4. Материально-бытовые труднос



# ПРИЗНАКИ ГОТОВЯЩЕГОСЯ СУИЦИДА

## Психические и эмоциональные:

- навязчивые мысли об уходе из жизни;
- ощущение отчаяния и безнадежности;
- чувство утраты контроля над жизнью;
- трудности с концентрацией внимания, проблемы с памятью;
- резкие необоснованные перепады настроения;
- вспышки ярости, жгучее желание отомстить;
- постоянная раздражённость и чувство вины;
- тревога и обеспокоенность;
- одиночество;
- фразы вроде «я не вывожу/больше не могу», «без меня всем будет лучше», «вот бы не проснуться», «какой смысл жить», «меня никто не понимает», «ты не понимаешь», «я стою на краю пропасти», «без меня всем будет лучше»;
- резкая перемена настроения из депрессивного в жизнерадостное (это не улучшение состояния, а смирение с уходом из жизни и попытка замаскировать готовящийся суицид).

## Поведенческие:

- попытка завершить все свои земные дела (раздача имущества, написание завещания, прощание со всеми и извинения за причинённые неудобства);
- безрассудное и опасное поведение (алкоголь и наркотики, экстремальные виды спорта, быстрая езда);
- поиск способов самоубийства, покупка оружия или таблеток;
- добровольная социальная изоляция, просьбы оставить наедине;
- потеря интереса к прошлым хобби или увлечениям;
- апатичное поведение, падение либидо, отсутствие интереса к жизни, дни, проведённые в кровати;
- появление проблем с законом;
- ухудшение отношений с родными и близкими;
- голодание или компульсивные переедания;
- отказ от базового ухода за собой и гигиены;
- рисование сцен смерти, прослушивание суицидальных песен, просмотр фильмов и аниме с соответствующей тематикой;
- падение успеваемости в школе;
- бунтарское поведение.



## Как можно помочь?

### Необходимо

- + Слушать человека, давать ему высказаться. Во время таких разговоров нужно проявлять эмпатию и спокойствие, избегать вспышек гнева, скандалов и истерик.
- + Поддерживать и заботиться. Покажите человеку, что он не один. Будьте рядом в периоды отчаяния и гнева.
- + Относиться к ситуации серьёзно. На кону — человеческая жизнь, а не просто обиды и демонстрации.
- + Разговаривать о предыдущих попытках самоубийства. Расспросите человека, почему он решил покончить с собой, после чего возник такой импульс.

### Нельзя

- Игнорировать ситуацию, думая, что само пройдёт с возрастом. До этого самого возраста человек может уже не дожить.
- Проявлять слишком яркие эмоции — шок, гнев, панику, истеричность. Ни в коем случае нельзя устраивать скандал.
- Произносить шаблонные фразы вроде «да все будет хорошо».
- Брать человека на слабо, думая, что он все-таки не доведёт дело до конца.
- Обесценивать проблемы, говорить «да ты не парься» и подобные фразы.
- Давать лживые обещания.

- + Обсудите другие варианты решения проблемы. Покажите, что в жизни ещё есть смысл, ситуация разрешима и впереди человека ждут свои перспективы.
- + Спросить, есть ли у человека план. Как он хочет совершить самоубийство, почему выбрал именно такой способ. Не лишним будет развеять романтические представления, например, рассказать, что при отравлении таблетками девушка не будет красиво лежать в постели, а умрёт в луже собственной рвоты.
- + Заключить контракт. Пospорьте с человеком, попросите его не совершать суицид до определённого времени.

- Обещать никому не рассказывать. О попытке суицида напротив нужно уведомить родных и близких.
- Надолго оставлять больного одного, наедине с суицидальными мыслями.



## ПОМОЩЬ НУЖНО ОКАЗЫВАТЬ В НЕСКОЛЬКО ШАГОВ:

### **БЕСЕДА.**

Узнайте о мотивах самоубийцы. Попробуйте раскрыть его. Покажите, что вы искренне заинтересованы в решении проблем. Важно установить тесный эмоциональный контакт.

### **ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЕ ОВЛАДЕНИЕ СИТУАЦИЕЙ.**

Важно преодолеть чувство исключительности, дать понять человеку, что он не один столкнулся с такими проблемами. Обсудите пути выхода из ситуации. Помогите снять чувство неизбежности негативного исхода. Разговор можно подкреплять близкими по духу примерами. Составьте чёткий план, благодаря которому самоубийца сможет решить проблему.

### **АКТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА.**

Будьте рядом. Отмечайте успехи человека, показывайте, что ваша жизнь ему не безразлична. Хвалите за правильные действия. Показывайте, что жизнь действительно налаживается, человек смог найти выход из ситуации. Демонстрируйте любовь и заботу.

## Помощь лицам с суицидальными тенденциями или отчаявшимся.

Помощь можно получить по телефону.

В России работает горячая линия **8 (800) 100-49-94**,  
центр экстренной психологической помощи МЧС  
России

**8 (495) 626-37-07.**

Также можно позвонить в частную психиатрическую  
клинику.



## **ИСПОЛЬЗОВАННЫЕ ИСТОЧНИКИ**

- 1. <https://lifelogy.ru/childlogy/suicide>**
- 2. <https://studfile.net/preview/5430387/>**
- 3. <https://multiurok.ru/files/doklad-po-tiemie-suitsid-v-podrostkovoii-sriedie.html>**