КДМ
Комитет по делам молодежи мэрии Новосибирска
ТЫМОЛОД.РФ

Суицидальное поведение молодежи

РАДУГА
центр психолого-педагогической помощи молодежи

Самоубийство, суицид (лат. «себя убивать») — это умышленное и осознанное лишение себя жизни

Суицидальное поведение — осознанные действия, направленные на лишение себя жизни

Выделяют:

1. ***Суицидальные действия :***

Суицидальная попытка — это целенаправленное использование средств лишения себя жизни, не закончившееся смертью.

2. Суицидальные проявления :

Мысли - проявляющиеся фантазиями на тему своей смерти, например: «хорошо бы умереть», «заснуть и не проснуться». «вот я умру, а они пожалеют»

Замыслы — продумываются способы, время и место самоубийства

Намерения - появляются тогда, когда к замыслу присоединяется волевой компонент — решение, готовность к непосредственному действию во внешнем поведении

Суицид – это самые серьезные кризисные ситуации, с которыми мы имеем дело

Типы кризисов:

- ***Ситуационный*** - не зависит от человека, болезнь, травма
- ***Жизненные изменения*** – ранняя беременность, новое учебное заведение, друзья, переезд…
- ***Депривационный*** – потеря близких, развод родителей
- ***Интеграционный*** - позитивные изменения, которые ведут к стрессам - примирение, выздоровление

Общее в ситуациях самоубийств:

- **Кризис** – стресс – человек хочет немедленно разрешить ситуацию, но не видит способа (туннельное видение)
- **Противоречивость** между желанием жить и желанием умереть. Именно это дает нам возможность вмешиваться
- **Сообщение** Считается, что человек тем или иным образом сообщает о том, как он себя чувствует (слова, действия)
- **Чувства**: подавленность, тревога, беспомощность, гнев, одиночество

Классификация суицидов:

- **Истинные самоубийства** - цель – лишение себя жизни
- **Демонстративные** - цель – шантаж, жалость, внимание
- **Самоповреждение** конкретного органа – уклонение от службы в армии, суда
- **Несчастный случай** - психически больной, алкогольный психоз

Причины суицидных попыток:

Личностные, семейные конфликты:

- ревность, измены, болезнь, смерть, одиночество, неудачная любовь, половая несостоятельность

Состояние психического здоровья:

- психиатрический диагноз

Состояние физического здоровья:

- соматические заболевания, уродство, инвалидность

Конфликты, связанные с антисоциальным поведением:

- судебная, ответственность (опасения) , самоосуждение, боязнь наказания

Конфликты в учебной среде:

- несостоятельность, несправедливые требования

Материальные трудности

Причины суицидов у молодежи:

- потеря любимого человека
- безответная любовь
- унижения, оскорбления со стороны окружающих
- конфликт в трудовой/учебной деятельности
- одиночество, социальная изоляция
- отождествление себя с человеком, совершившим суицид
- проблемы в семье, развод родителей
- состояние психического здоровья
- опасение судебной ответственности

Факторы риска суицида в порядке важности:

1. **Сообщение** о наличии намерения совершить суицид
2. Наличие **суицидального плана**. Риск тем выше, чем он более продуман
3. Суицидальный **анализ**: предшествующие попытки суицида (данного человека), наличие попыток или случаев самоубийства в семье
4. Симптомы депрессии или психического расстройства
5. Стрессовые состояния
6. Тяжелое материальное положение
7. Социальное моделирование - демонстрация суицида в СМИ, их изображение в литературных произведениях
8. Пол: женщины – чаще совершают, но мужчины больше завершают

Факторы риска суицида в порядке важности:

9. **Возраст**:

- с 14—15-летнего возраста суицидальная активность резко возрастает, достигая максимума к 16—19 годам

- Суицидальное поведение в этом возрасте чаще имеет демонстративный характер

Уровни риска

Личностный

Дисгармоничность характера, особенности возраста, слабость эмоционально-волевой сферы, мотивационный компонент, ценностные ориентиры

Средовой

Не реализованная активность. Неблагополучие в семье, образовательном учреждении, молодежном сообществе

Ситуационный

Кризисные ситуации, неумение справляться со стрессом

Информационный

Сообщения о самоубийствах подростков в средствах массовой информации, мода на игры со смертью, кумиры молодежи, осуществляющие саморазрушительное поведение

МИФЫ О СУИЦИДЕ
(верные/неверные высказывания)

1. Если человек говорит о самоубийстве, он хочет привлечь к себе внимание

Говорящие о суициде хотят сказать значимым людям о сильной душевной боли.

2. Самоубийство случается без предупреждения

8 из 10 суицидентов подают окружающим сигнал о своих намерениях.

3. Суицид – импульсивное действие

Большинство обдумывают свои планы и сообщают о них окружающим.

4. Покушающиеся на самоубийство хотят умереть

Подавляющее большинство стремится избавиться от невыносимой душевной боли

МИФЫ О СУИЦИДЕ
(верные/неверные высказывания)

5. Если была попытка суицида, она больше не повторится

Многие достигают цели при повторных попытках

6. Суицид невозможно предотвратить

Знания о том, куда можно обратиться за помощью, могут предотвратить множество самоубийств

7. Разговоры о суициде могут спровоцировать его совершение

Разговор о самоубийстве не является причиной, а может стать первым шагом его предупреждения

8. Самоубийство – явление наследственное

Это не передается генетически, но повышает риск использования аутоагрессивных моделей поведения

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ