

# Особенности суицидального поведения детей и подростков

Шмидт Виктория Анатольевна  
Медицинский психолог

БУ ХМАО-Югры  
ХМКПНБ

# Основные понятия в области суицидального поведения

- **Суицид** - (от англ. suicide - самоубийство) - акт самоубийства, совершаемый человеком в состоянии сильного душевного расстройства либо под влиянием психического заболевания; осознанный акт устранения из жизни под воздействием острых психотравмирующих ситуаций, при которых собственная жизнь как высшая ценность теряет для данного человека смысл.
- **Суицидент** - человек, совершивший попытку суицида либо демонстрирующий суицидальные наклонности.

# Основные понятия в области суицидального поведения

- **Суицидальное поведение** - это проявление различных форм суицидальной активности - мыслей, намерений, высказываний, угроз, попыток, покушений, которые направляются представлениями о лишении жизни и служат средством разрешения кризиса личности в условиях конфликтной ситуации.
- **Демонстративно – шантажное суицидальное поведение** предполагает своей целью не лишение себя жизни, а демонстрацию субъектом этого намерения для привлечения внимания окружающих.

# Основные понятия в области суицидального поведения

- **Самоповреждающее (парасуицидальное) поведение** – нанесение самоповреждений, которые обычно совершаются с целью уменьшения переживаемого эмоционального напряжения.
- **Истинное суицидальное поведение** характеризуется последовательной реализацией обдуманного плана лишения себя жизни.

# Мотивы и причины суицидального поведения у детей и подростков.

- - Переживание эмоций обиды, одиночества, отчужденности и непонимания (безразличие окружающих, черствость).
- - Действительную или мнимую утрату любви родителей, неразделенное чувство и ревность.
- - Конфликты с родителями, внутрисемейные конфликты, обусловленные неблагополучием в семье в связи с пьянством родителей, разводом, жестоким отношением к ребенку, психологическим и физическим насилием.
- - Переживания, связанные со смертью, разводом или уходом родителей из семьи.
- - Чувства вины, стыда, оскорбленного самолюбия, самообвинения.
- - Боязнь позора, насмешек или унижения (неуспехи в учебе, низкий уровень школьной адаптации).
- - Страх наказания, нежелание извиниться.
- - Любовные неудачи (неразрешимые проблемы любовного содержания, отсутствие взаимопонимания или ответного чувства со стороны представителей другого пола), сексуальные эксцессы, незапланированная беременность.

# Мотивы и причины суицидального поведения у детей и подростков.

- - Чувство мести, злобы, протеста; переживание угрозы.
- - Желание привлечь к себе внимание, вызвать сочувствие, избежать неприятных последствий, уйти от трудной ситуации.
- - Сочувствие или подражание товарищам, героям из книг или фильмов - моделирование, имитационное поведение.
- - Проблемы взаимоотношений с друзьями (конфликты со сверстниками и друзьями) и учителями (бестактное поведение отдельных педагогов, конфликты с учителем).
- - Употребление психоактивных веществ (алкоголя, наркотических веществ)- аддиктивное поведение.
- - Трудности, связанные со школой, страх перед экзаменом (боязнь ЕГЭ, низкий уровень сдачи экзамена).
- - Низкая самооценка, трудности самоопределения, прессинг успеха (поступление в вуз, получение престижной профессии).

# Характерные признаки суицидального поведения.

- Если подросток задумал серьезно совершить самоубийство, то обычно об этом нетрудно догадаться по ряду характерных признаков, которые можно разделить на 3 группы: словесные, поведенческие и ситуационные.
- **Вербальные признаки:** подросток, готовящийся совершить самоубийство, часто говорит о своём душевном состоянии:
  - **1.** прямо говорит о смерти: «Я собираюсь покончить с собой», «Я не могу так дальше жить»;
  - **2.** косвенно намекает о своём намерении: «Я больше не буду ни для кого проблемой», «Тебе больше не придётся обо мне волноваться»;
  - **3.** много шутит на тему самоубийства;
  - **4.** проявляет нездоровую заинтересованность вопросами смерти.

# Характерные признаки суицидального поведения.

- **Поведенческие признаки** подросток может:
- 1. раздавать другим вещи, имеющие большую личную значимость, мириться с давними врагами;
- 2. демонстрировать радикальные перемены в поведении, такие как:
  - · в еде - есть слишком мало или слишком много;
  - · во сне - спать слишком мало или слишком много;
  - · во внешнем виде - стать неряшливым;
  - · в школьных привычках - пропускать занятия, не выполнять домашние задания, избегать общения с одноклассниками, проявлять раздражительность, угрюмость, находиться в подавленном настроении;
  - · замкнуться от семьи и друзей;
  - · быть чрезмерно деятельным или наоборот безразличным к окружающему миру; ощущать попеременно то внезапную эйфорию, то приступы отчаяния;
- 3. проявлять признаки беспомощности, безнадежности и отчаяния.



# Характерные признаки суицидального поведения.

- Ситуационные признаки ребенок может решиться на самоубийство, если:
  - 1. социально изолирован, чувствует себя отверженным;
  - 2. живёт в нестабильном окружении (серьёзный кризис в семье; алкоголизм или другая «зависимость» близких; личная или семейная проблема);
  - 3. ощущает себя жертвой насилия - физического, сексуального или эмоционального;
  - 4. предпринимал раньше попытки самоубийства;
  - 5. имеет склонность к суициду вследствие того, что он совершился кем-то из друзей, знакомых или членов семьи;
  - 6. перенёс тяжёлую потерю (смерть кого-то из родных, развод родителей).

# Диагностические признаки суицидального поведения.

1. *Уход в себя.*
2. *Капризность.*
3. *Депрессия.*
4. *Агрессивность.*
5. *Саморазрушающее и рискованное поведение.*
6. *Потеря самоуважения.*
7. *Изменение аппетита.*
8. *Изменение режима сна.*
9. *Изменение успеваемости.*
10. *Внешний вид.*
11. *Раздача подарков окружающим.*
12. *Перемены в поведении.*
13. *Психологическая травма.*

# Диагностические признаки суицидального поведения.

14. Угроза.

15. *Словесные предупреждения.* Не исключено, что человек задумал совершить самоубийство, если он произносит фразы:

- - «Я решил покончить с собой».
- - «Надоело. Сколько можно! Сыт по горло!»
- - «Лучше умереть»
- - «Пожил и хватит»
- - «Ненавижу всех и всё!»
- - «Ненавижу свою жизнь!»
- - «Единственный выход умереть!»
- - «Больше не могу!»
- - «Больше ты меня не увидишь!»
- - «Ты веришь в переселение душ? Когда-нибудь, может, и я вернусь в этот мир!»
- - «Если мы больше не увидимся, спасибо за всё!»
- - «Выхожу из игры, надоело!»

16. *Активная предварительная подготовка:* СОБИРАНИЕ ОТРАВЛЯЮЩИХ ВЕЩЕСТВ, ЛЕКАРСТВ, ПОСЕЩЕНИЕ КЛАДБИЩ, ЧАСТЫЕ РАЗГОВОРЫ О ЗАГРОБНОЙ ЖИЗНИ.

# Особенности суицидального поведения несовершеннолетних.

- 1. Недостаточно адекватная оценка последствий аутоагрессивных действий. Понятие «смерть» в детском возрасте воспринимается весьма абстрактно. В дошкольном возрасте дети не считают ее концом жизни.
- 2. Несерьезность, мимолетность, незначительность (с позиции взрослых) мотивов, которыми дети объясняют попытки самоубийства. Этим обусловлены трудности своевременного распознавания суицидальных тенденций и существенная частота неожиданных для окружающих случаев.

# Особенности суицидального поведения несовершеннолетних.

- 3. Наличие взаимосвязи попыток самоубийств несовершеннолетних с отклоняющимся поведением: побегами из дома, прогулами школы, ранним курением, мелкими правонарушениями, конфликтами с родителями, алкоголизацией и т.д.
- 4. В детском и подростковом возрасте возникновению суицидального поведения способствуют депрессивные состояния, которые могут проявляться иначе, чем у взрослых.
- Психологический смысл подросткового суицида – крик о помощи, стремление привлечь внимание к своему страданию.

# ***Суицидогенных комплекс:***

- низкая толерантность к эмоциональным нагрузкам;
- своеобразии когнитивной сферы;
- неблагополучии коммуникативной сферы;
- неадекватная с/о личностным возможностям (заниженная, завышенная, лабильная);
- слабость психологических защит;
- снижение или утрата ценностей в жизни (его здесь ничего не держит);
- феномен «последней капли».

# ***Характеристика личности:***

- эмоциональная лабильность
- импульсивность
- эмоциональная зависимость, потребность в симбиотических отношениях
- доверчивость
- эмоциональная вязкость, ригидность аффекта
- болезненное самолюбие
- самостоятельность, отсутствие зависимости в принятии решений
- напряженность потребностей
- настойчивость
- решительность
- бескомпромиссность
- низкая способность к образованию компенсаторных механизмов, вытеснению фрустрирующих факторов.

## ***Методики для определения степени выраженности суицидальных намерений:***

- 1. Цветовой тест М. Люшера;
- 2. Методика «Незаконченные предложения»;
- 3. Методика «Сигнал»;
- 4. Патохарактерологический диагностический опросник (ПДО) Личко А.Е.;
- 5. Опросник Басса-Дарки;
- 6. Тест фрустрационной толерантности Розенцвейга;
- 7. Факторный личностный опросник Кеттелла;
- 8. Уровень депрессии Цунга.



# Мероприятия с учащимися:

1. Тренинги по обучению основам аутогенной тренировки и эмоциональной саморегуляции, социальным навыкам и умениям преодоления стресса.
2. Тренинги адаптивного поведения и уверенности в себе, выработки мотивации достижения успеха.
3. Тренинги личностного роста.
4. Психологическая коррекция пассивной стратегии избегания, повышение уровня самоконтроля.
5. Конференции, внутришкольные семинары, дебаты по обсуждению основных проблем подросткового возраста, которые могут привести к суицидам. К ним следует привлекать специалистов (врачей, психологов и др.), которые могут оказать консультативную помощь.
6. Классные часы, которые могут быть посвящены проблемам общения со сверстниками, конструктивным стратегиям выхода из конфликтных ситуаций, взаимоотношениям в семье, отношениям к самому себе (восприятие своих способностей, недостатков, внешнего вида и т.п.) с привлечением психолога.

## Мероприятия для педагогов:

- 1. Педагогические советы с целью информирования педагогов об особенностях протекания кризиса подросткового возраста, особенностях личности суицидентов, причинах, приводящих к суицидам, возможных педагогических мерах по предотвращению суицидов в школе.
- 2. Совместные воспитательные мероприятия педагогов с учащимися по обсуждению актуальных для них проблем.

# Мероприятия для родителей:

- 1. Родительские собрания с целью просвещения родителей об особенностях протекания кризиса подросткового возраста, проблемах взаимоотношений в семье, которые чаще всего приводят к суицидам, признаках проявления суицидального поведения подростков.
- 2. Совместные собрания родителей и детей по обсуждению проблем детско-родительских отношений.
- 3. Психологическое консультирование родителей по вопросам проблем взаимоотношений с детьми.

**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!**