

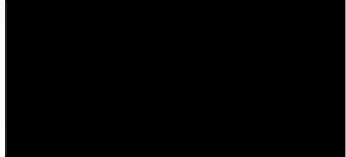
**Психологические (личностные)  
причины и факторы вовлечения  
подростков в суицидальные  
группы и деструктивные  
сообщества.**

**Характерные признаки  
подростков склонных к  
суицидальному поведению.**

- Общей причиной суицида является социально-психологическая дезадаптация, возникающая под влиянием острых психотравмирующих ситуаций, нарушения взаимодействия личности с ее ближайшим окружением. Однако для подростков это еще всего не тотальные нарушения, а нарушения общения с близкими, с семьей. Не существует какой-либо одной причины самоубийства. Своей бдительностью следует принять во внимание сочетание опасных сигналов, если они сохраняются в течение определенного времени

# Группы суицидального риска – это подростки:

- находящиеся в сложной семейной ситуации (развод родителей, предпочтение родителями одного ребенка по отношению к другому, жестокое обращение в семье, психически больные родственники)
- испытывающие серьезные проблемы в учебе
- не имеющие друзей
- не имеющие устойчивых интересов, хобби
- склонные к депрессиям (имеющие психические заболевания)
- перенесшие тяжелую утрату
- остро переживающие несчастную любовь (разрыв высокозначимых любовных отношений)
- имеющие семейную историю суицида (или ставшие свидетелями суицида, либо сами пытавшиеся покончить с собой)
- употребляющие алкоголь, психоактивные вещества
- имеющие недостатки физического развития, инвалидность, хронические соматические заболевания
- совершившие уголовно наказуемый поступок (характеризующиеся криминальным поведением) или ставшие жертвой уголовного преступления (в т.ч. насилия)
- попавшие под влияние деструктивных религиозных сект или молодежных течений



-Наследственные психические, нервно-психические заболевания  
 -Тяжелые эндогенные заболевания  
 -Случаи самоубийств у близких родственников

-Высокая тревожность, эмоциональная нестабильность, агрессивность, замкнутость, депрессия, неадекватная самооценка, недовольство внешностью, способностями  
 -Тяжелое переживание возрастных кризисов, акцентуированное поведение  
 -Трудности адаптации к социуму, коллективу  
 -Отсутствие цели в жизни

-Деструктивное воспитание  
 -Алкоголизм, наркомания, правонарушения  
 -Неполные семьи  
 -Смерть родного человека  
 -Отсутствие теплоты и взаимопонимания в семье

-Неуспехи в учебе  
 -Конфликты с педагогами, администрацией, одноклассниками  
 -Страх несоответствия ожиданиям окружающих  
 -Ошибки в воспитательной, учебной деятельности

-Неразделенная любовь  
 -Нарушения социальной адаптации  
 -Неразвитые навыки общения  
 -Попадание под чужое влияние  
 -Насмешки, грубое слово

-Литературные, музыкальные, философские увлечения  
 -Религиозные, идеологические секты  
 -СМИ, подражание кумирам  
 -Однообразие, скучная жизнь, отсутствие интересов и увлечений  
 -Интерес к смерти

# Индикаторы суицидального поведения

- *Ситуационные*
- *Поведенческие*
- *Коммуникативные*
- *Эмоциональные*

Подросток с любыми признаками суицидальной активности должен находиться под постоянным наблюдением взрослых, разумеется, это наблюдение должно быть неназойливым и тактичным.

# Ситуационные индикаторы

- Это всегда кризис и важно не оценивать событие с точки зрения своей системы ценностей, а понять что это значит для самого подростка
- психотравмирующие события, которые недавно произошли в жизни ребенка или подростка (разрыв отношений с любимым человеком, незаслуженное наказание, конфликт с родителями; смерть близких; развод родителей; нежелательная беременность)
- Насилие (физическое- буллинг - потеря смысла жизни; моральное- унижение, публичное оскорбление, критика - потеря собственного достоинства; сексуальное- человек обесценивается как личность)
- Доступность средств для суицида (фармакологические препараты дома)
- эмоционально-когнитивная фиксация на кризисной ситуации, объекте утраты
- выраженное физическое или психическое страдание (болевого синдром, «душевная боль» и т.п.)

# Поведенческие индикаторы

- Злоупотребление ПАВ, алкоголь, уход в компьютерные игры
- Разговоры, книги, фильмы связанные со смертью, минорная музыка
- Склонность к неоправданно рискованным поступкам
- Резкое снижение повседневной активности
- самоизоляция от других людей, резкое снижение повседневной активности
- Изменение привычек (питание, сон, школа, внешний вид, активность, интересы, настроение, самоуважение)
- раздача своих ценностей, долгов (начинает чинить какие-то вещи с друзьями и родителями, чтобы все было в порядке)
- написание «записок-завещаний»
- постоянное чувство одиночества, бесполезности, вины или грусти
- отсутствие планов на будущее
- нежелание подростка принимать помощь/недоступность терапевтическим интервенциям /сожаления о том, что «еще жив»

# Словесные индикаторы

- Самообвинения; Негативная оценка себя, окружающего мира и будущего
- Сужение когнитивной сферы (неспособность увидеть иные приемлемые пути решения проблемы кроме суицида - «туннельное поведение»)
- Наличие постоянных суицидальных мыслей, намерений, планов
  - прямые или косвенные сообщения о суицидальных намерениях: «хочу умереть», «ты меня больше не увидишь», «я не могу больше выносить эту проблему», «скоро все это закончится»
  - шутки, иронические высказывания о желании умереть, о бессмысленности жизни
  - уверения в беспомощности и зависимости от других
  - высокий уровень безнадежности в высказываниях
  - прощание
  - сообщение о конкретном плане суицида



## Эмоциональные индикаторы

- Депрессивное настроение (безразличие, подавленность)
- Переживание горя
- Душевная боль
- Чувство вины, страх, паника
- Фрустрированность (страдания) от несоответствия между ожидавшимся успехом и реальными достижениями
- Импульсивность, как черта характера играет важную роль в суицидальном поведении

## Типология мотивов суицидального поведения

	Характеристика мотива	Типичные ответы на вопрос: «Зачем ты это сделал»
«Призыва»	Привлечь внимание окружающих, получить помощь и поддержку	«что бы другие поняли что я чувствую, в каком я отчаянии»
«Протеста»	На фоне конфликтной ситуации, ярости, обиды или мести. Самоповреждающие действия как протест против происходящего	«это все из-за тебя», «тебе нельзя иметь детей»
«Избегания»	Под влиянием безысходности, беспомощности в трудной жизненной ситуации (переживание позора, насмешек или унижения)	«Ситуация была так невыносима, что я не знал что делать» «Я не мог этого больше выносить»
«Самонаказания»	Под влиянием переживаний стыда, вины, чувства ненависти к себе	«Хотел наказать себя»
«Отказа»	Стремление умереть и прекратить свое существование	«не вижу смысла жить»

Акцентуации характера (акцентуация характера - это крайние варианты нормы, при которых отдельные черты характера чрезмерно усилены).

### Тормозимые черты

- *Сензитивный*
- Психастенический
- *Шизоидный*
- Астено –  
невроитический
- Конформный

### Возбудимые черты

- Гипертимный
- Циклоидный
- Лабильный
- *Эпилептоидный*
- Истероидный
- Неустойчивый

Для возбудимых черт  
свойственно:

- Конфликты со взрослыми
- Импульсивность
- Неустойчивость настроения
- Аддиктивное поведение
- Аффективное поведение
- Демонстративность
- Эгоцентризм
- Жестокость
- Нетерпимость
- Немотивированные злоба и агрессия
- Склонность к острым ощущениям (недостаточная адекватная оценка последствий своих действий)

Для тормозимых черт  
свойственно:

- Ведомость
- Заниженная самооценка
- Побег
- Ранимость
- Повышенная тревожность и застреваемость на негативных переживаниях
- Мнительность
- Социальная отгороженность
- «Уход в себя» или в мир фантазий
- Деление мира на «черное и белое»- максимализм
- Неумение преодолевать трудности
- Слабость психологических защит
- Уязвимость к эмоциональному стрессу

# Беседа с подростком

- внимательно слушать собеседника, так как подростки очень часто страдают от одиночества и невозможности излить перед кем-то свою душу;
- правильно формулировать вопросы, спокойно и доходчиво расспрашивая о сути тревожащей ситуации и о том, какая помощь необходима;
- не выражать удивления от услышанного и не осуждать ребенка за любые, самые шокирующие высказывания;
- не спорить и не настаивать на том, что его беда ничтожна, ему живется лучше других, поскольку высказывания типа «у всех есть такие же проблемы» заставляют ребенка ощутить себя еще более ненужным и бесполезным;
- постараться изменить романтически-трагедийный ореол представлений подростка о собственной смерти (например, в случае несчастной любви. Здесь важно осознать одно - насильно мил не будешь. Нельзя заставить любить себя под страхом вскрытия вен);
- не предлагать неоправданных утешений.

## Делать не следует:

- Не отвечайте на заявления о суицидальных намерениях репликами: «слышать не хочу о таких глупостях», «стоит ли говорить о том, чего все равно не сделаешь»-  
**ПРОВОКАЦИЯ**
- Не показывайте, что вы шокированы заявлениями подростка, даже если это и так;
- Не вступайте в дискуссию о недопустимости самоубийства, без чтения нотаций и угроз - **УСУГУБЛЯЕТЕ И ПОДТВЕРЖДАЕТЕ ЕГО НАМЕРЕНИЯ;**
- Разговоры о том, что это не выход, это плохо, как будут страдать его близкие, что он должен быть ответственным человеком – это не должно быть главной аргументацией, если об этом вообще уместно говорить – **МОЖЕТ НЕ СПРАВИТЬСЯ** с ответственностью.

*Спасибо за внимание*