

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ  
ГБОУ «Центр психолого-педагогической реабилитации и коррекции «РостОК»

# **Способы выявления признаков суицидальной активности у несовершеннолетних и оказание им психологической помощи**

**Докладчик:  
педагог-психолог высшей  
квалификационной категории  
ГБОУ ЦППРК «РостОК»  
Лабер С.Б.**

**20.04.2021 г.**

# Факторы суицидального поведения

(они же – мишени социально-психологического воздействия)

- Потенциальные  
(создающие почву)



- Актуальные  
(провоцирующие)



# 1. Потенциальные факторы (создающие почву)

**а) Предыдущие попытки суицида;**

**б) Семейные факторы:**

- психические заболевания в семейной истории, история самоубийства или суицидальные попытки в семье;
- пренебрежение и жестокое обращение, насилие в семье;
- недостаточная интеграция ребёнка в социум из-за низкого социально-экономического статуса семьи;
- конфликты в семье, частые ссоры между родителями (опекунами), недостаток внимания и заботы о детях;
- алкоголизация, наркомания или другие виды антисоциального поведения родителей;
- частые переезды со сменой места жительства;
- проживание (по разным причинам) без родителей.

**в) Психиатрические нарушения у ребёнка:** тревожно-депрессивные расстройства, расстройства личности, нарушения пищевого поведения, психотические расстройства и др.

**г) Личностные особенности:**

- импульсивность, нестабильность настроения;
- перфекционизм (желание делать всё идеально, обострённая реакция на критику, совершенные ошибки, недочёты);
- агрессивное поведение, раздражительность;
- неумение преодолевать проблемы и трудности, отсутствие гибкости мышления;
- нестабильная самооценка, идеи переоценки собственной личности с последующим её обесцениванием;
- самодовольство, излишняя самоуверенность или чувство неполноценности и неуверенности, которое может скрываться за маской надменности, доминирования, отвержения или провоцирующего поведения;
- склонность к тревоге и подавленности, частое плохое настроение;
- отступление от полорольных стереотипов в поведении, проблемы, связанные с сексуальной ориентацией, и, как следствие, ситуация отвержения своей социальной группой.

## 2. Актуальные факторы (провоцирующие)

- все ситуации, субъективно переживаемые как обидные, оскорбительные, несправедливые, глубоко ранящие;
- депрессивные состояния с переживаниями безнадежности, безысходности, брошенности, ненужности, одиночества;
- крушение романтических отношений, разлука или ссора с друзьями;
- проблемы с законом;
- запугивание, издевательства (буллинг) со стороны сверстников;
- неспособность справиться с учебной программой, разочарование успехами в школе;
- нежелательная беременность, аборт, заражение болезнью, передающейся половым путем;
- переломные моменты жизни;
- внезапное заболевание, ведущее к нарушению привычной жизнедеятельности;
- распад семьи, развод или уход одного из родителей из семьи, смерть одного из членов семьи;
- употребление алкоголя, ПАВ.



# Поведенческие симптомы наличия суицидальных намерений у подростка

- Депрессивная симптоматика (ухудшение сна, аппетита; вялость, апатия; потеря интереса к занятиям, раньше доставлявшим удовольствие; нехарактерное снижение активности);
- резкое снижение успеваемости;
- ухудшение поведения в школе, нарушение дисциплины, пропуски занятий, прогулы;
- увеличение потребления (или начало потребления) табака, алкоголя или наркотиков;
- высказывания о нежелании жить, прямые или косвенные: «Скоро это все закончится», «Хорошо бы заснуть и не проснуться» и т.п.
- заинтересованность темой смерти;
- подготовка к совершению попытки (сбор таблеток, изучение информации о способах самоубийства);
- символическое прощание с ближайшим окружением (раздача личных вещей);
- сообщение друзьям о принятии решения о самоубийстве;
- другие резкие изменения в поведении.

**Критический инцидент** – это любое травматическое событие, которое выходит за рамки обычного человеческого опыта.

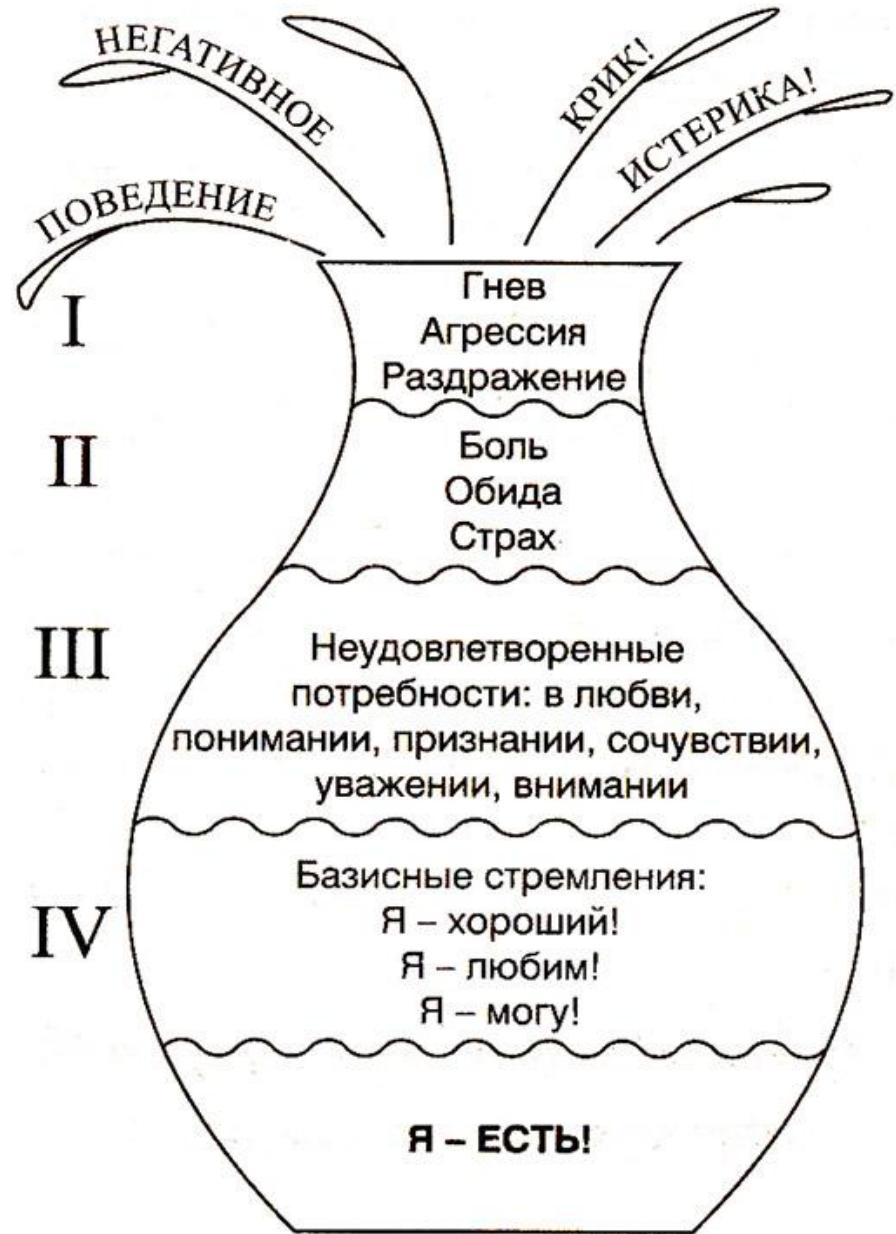


**К нему относят:**

- переживание ужаса связанного с угрозой собственной жизни и/или здоровью;
- ПТСР (посттравматическое стрессовое расстройство), то есть отсроченная во времени реакция на психотравму;
- утрата (смерть близких);
- потеря (здоровья, «лица», социального или материального статуса);
- суицидальное поведение



*Вирджиния Сатир*





# Эффективное поведение в ситуации КИ

1. Оцените степень риска самоповреждения.
2. Не оставляйте человека одного в ситуации высокого суицидального риска.
3. Обратитесь за помощью к специалистам.
4. Установите заботливые взаимоотношения.
5. Будьте внимательным слушателем.
6. Не осуждайте и не спорьте.
7. Задавайте «трудные» вопросы.
8. Не предлагайте неоправданных утешений
9. Предложите конструктивные подходы.
10. Вселяйте надежду.
11. Сохраняйте заботу и поддержку в течение года.





# ПРАВИЛА ЭФФЕКТИВНОГО ОБЩЕНИЯ В СИТУАЦИИ КИ

Если Вы слышите	Обязательно скажите	Запрещено говорить
«Ненавижу всех...»	«Чувствую, что что-то происходит. Давай поговорим об этом»	«Когда я был в твоём возрасте...да ты просто несешь чушь!»
«Все безнадежно и бессмысленно»	«Чувствую, что ты подавлен. Иногда мы все так чувствуем себя. Давай обсудим, какие у нас проблемы, как их можно разрешить»	«Подумай о тех, кому хуже, чем тебе»
«Всем было бы лучше без меня!»	«Ты много значишь для меня, для нас. Меня беспокоит твое настроение. Поговорим об этом»	«Не говори глупостей. Поговорим о другом.»
«Вы не понимаете меня!»	«Расскажи мне, что ты чувствуешь. Я действительно хочу тебя понять»	«Где уж мне тебя понять!»
«Я совершил ужасный поступок»	«Я чувствую, что ты ощущаешь вину. Давай поговорим об этом»	«И что ты теперь хочешь? Выкладывай немедленно!»
«У меня никогда ничего не получается»	«Ты сейчас ощущаешь недостаток сил. Давай обсудим, как это изменить»	«Не получается – значит, не старался!»

**«...Можно всю жизнь проклинать темноту,  
а можно зажечь маленькую свечку»  
Конфуций**

