

«Мотивы, факторы и признаки (маркеры) суицидального поведения несовершеннолетних»

Предпосылки и условия проявления суицидального поведения

Для подросткового возраста характерно снижение устойчивости эмоциональной сферы. Нарастает агрессивность, обнаруживается неумение противостоять житейским трудностям.

Накапливание негативных переживаний может создать неблагоприятную сферу для психологического срыва у подростков. Негативные переживания у подростков возникают в ответ на семейные конфликты, частые наказания, недовольство родителей детьми, частые претензии и морализирования со стороны старших и взрослых. Однако наличие таких психотравмирующей ситуаций – недостаточное условие для проявления суицида.

Вторая составляющая – это личностные особенности подростка: напряжение потребностей и желаний, неумение найти способы их удовлетворения, отказ от поиска выхода из сложных ситуаций, низкий уровень самоконтроля, неумение ослабить нервно-психическое напряжение, эмоциональная нестабильность, импульсивность, повышенная внушаемость, бескомпромиссность и отсутствие жизненного опыта.

Психологический смысл суицида несовершеннолетних - крик о помощи, стремление привлечь внимание к своему страданию. Настоящего желания нет, представление о смерти крайне неотчетливо, инфантильно. Смерть для подростка представляется в виде желательного длительного сна, отдыха от невзгод, способа попасть в иной мир, так же она может восприниматься средством наказать обидчиков.

Подросток не в состоянии объективно оценить и осознать последствия пагубного поступка!!!.

Основные мотивы суицидального поведения подростков:

- переживание обиды, одиночества, непонимания;
- действительная или мнимая утрата любви родителей, неразделенное чувство и ревность;
 - переживания, связанные со смертью, разводом или уходом родителей из семьи;
 - чувства вины, стыда, самообвинения;
 - боязнь позора, насмешек или унижения;
 - страх наказания, нежелание извиниться;
 - любовные неудачи;
 - чувство мести, злобы, протеста;
 - желание привлечь к себе внимание, вызвать сочувствие, избежать неприятных последствий, уйти от трудной ситуации;
 - сочувствие или подражание значимым людям, героям книг или фильмов.

Факторы суицидального риска:

- предшествующие попытки самоубийства, самоповреждающее поведение;
- мысли о нанесении себе вреда и продумывание планов совершения самоубийства, фантазии по поводу смерти;
 - депрессивное состояние, эмоциональные проблемы (расстройство настроения, тревожное состояние, чувство безнадежности, чувство подавленности);
 - импульсивность, агрессивность, заниженная самооценка, неудачи в общении;
 - злоупотребление психоактивными веществами;
 - конфликты в семье или распад семьи, потеря значимого взрослого;
 - жестокое обращение со стороны сверстников или взрослых;
 - подражание кумирам, совершившим суицид;
 - крушение романтических отношений;
 - неспособность справиться с жизненными проблемами самостоятельно;

Признаки (маркеры) суицидального поведения несовершеннолетнего (на что обращаем

внимание)!!!

Поведение подростка:

- злоупотребление психоактивными веществами, алкоголем;
- уход из дома;
- самоизоляция от других людей и жизни;
- резкое снижение повседневной активности; любые внезапные изменения в поведении и настроении;
- изменение привычек, например, несоблюдение правил личной гигиены, ухода за внешностью;
- выбор тем разговора и чтения, связанных со смертью и самоубийством; - частое прослушивание траурной и печальной музыки;
- «приведение дел в порядок» (урегулирование конфликтов, письма к родственникам и друзьям, раздаривание личных вещей);
- склонность к неоправданно рискованным поступкам;
- посещение врача без очевидной необходимости;
- нарушение дисциплины или снижение успеваемости;
- расставание с дорогими вещами или деньгами;
- рассеянность, растерянность;
- приобретение средств для совершения суицида.

Речь подростка:

- прямые или косвенные сообщения о суицидальных намерениях («Хочу умереть» - прямое сообщение, «Скоро все это закончится» - косвенное), наличие плана суицида;
- шутки, иронические высказывания о желании умереть, о бессмысленности жизни также относятся к косвенным сообщениям;
- вера в собственную беспомощность и зависимость от других, самообвинения.

Мышление подростка:

- представление о собственной личности как о ничтожной, не имеющей права жить, негативные оценки своей личности, окружающего мира и будущего;
- представление о мире как месте потерь и разочарований, неверие в будущее, безнадежность;
- «туннельное видение» - неспособность увидеть иные приемлемые пути решения проблемы, кроме суицида;
- наличие суицидальных мыслей, намерений, планов.

Эмоции и чувства подростка:

- переживание горя (горевание, печаль);
- признаки депрессии: приступы паники, выраженная тревога, сниженная способность к концентрации внимания и воли, бессонница, утрата испытывать удовольствие, безразличие;
- несвойственная агрессия или ненависть к себе: гнев, враждебность;
- вина или ощущение неудачи, поражения;
- чрезмерные опасения или страхи;
- чувство своей малозначимости, никчемности, ненужности.

Если Вы выявили признаки суицидального поведения ребенка, обращайтесь к специалистам СППС Средней школы № 8 г. Речицы для определения дальнейших действий или к субъектам профилактики согласно региональной карте помощи (прилагается).

Педагог – психолог
Педагог – психолог

В.Н.Устименко
А.П.Колоцей