



*Социально-психологические маркеры
суицидального поведения несовершеннолетних.
Организация профилактической работы*

*ГБОУ «Областной центр диагностики
и консультирования», г. Челябинск*

УГРОЗЫ БЕЗОПАСНОСТИ ДЕТЕЙ

- **Снижение уровня благополучия семей**
 - **Высокий уровень травматизации среди детей**
 - **Вовлечение несовершеннолетних в преступную деятельность**
 - **Совершение преступлений в отношении детей**
 - **Распространение информации, представляющей опасность для детей**
 - **Изменение представлений о традиционных духовно-нравственных ценностях**
- 



Суицидальное поведение

Суицидальное поведение - аутоагрессивные действия человека, сознательно и преднамеренно направленные на лишение себя жизни из-за *столкновения с неблагоприятными жизненными обстоятельствами.*

Это действие осознанное (если нет – относят к несчастным случаям):

- *суицидальные мысли*
- *суицидальные намерения (идеи)*
- *суицидальные приготовления*
- *суицидальные попытки (покушения)*
- *собственно акт суицида.*

В самом широком смысле самоубийство – вид саморазрушительного поведения (наряду с курением, пьянством, употреблением наркотиков). В узком, медико-правовом смысле - вид насильственной смерти с указанием ее причины.



Типы суицидального поведения





Психологические различия суицидов и попыток

Суицид

- Агрессия против собственного «Я»
- Проистекает из длительно формирующейся системы ценностей, убеждений

Суицидальная попытка

- Агрессия в основном внешняя
- Апелляция к социальному окружению
- Чаще ситуативно обусловлена



**Суицидальные попытки:
законченный суицид**

**82% :
18%**

**Суицидальные попытки
Девушки : юноши**

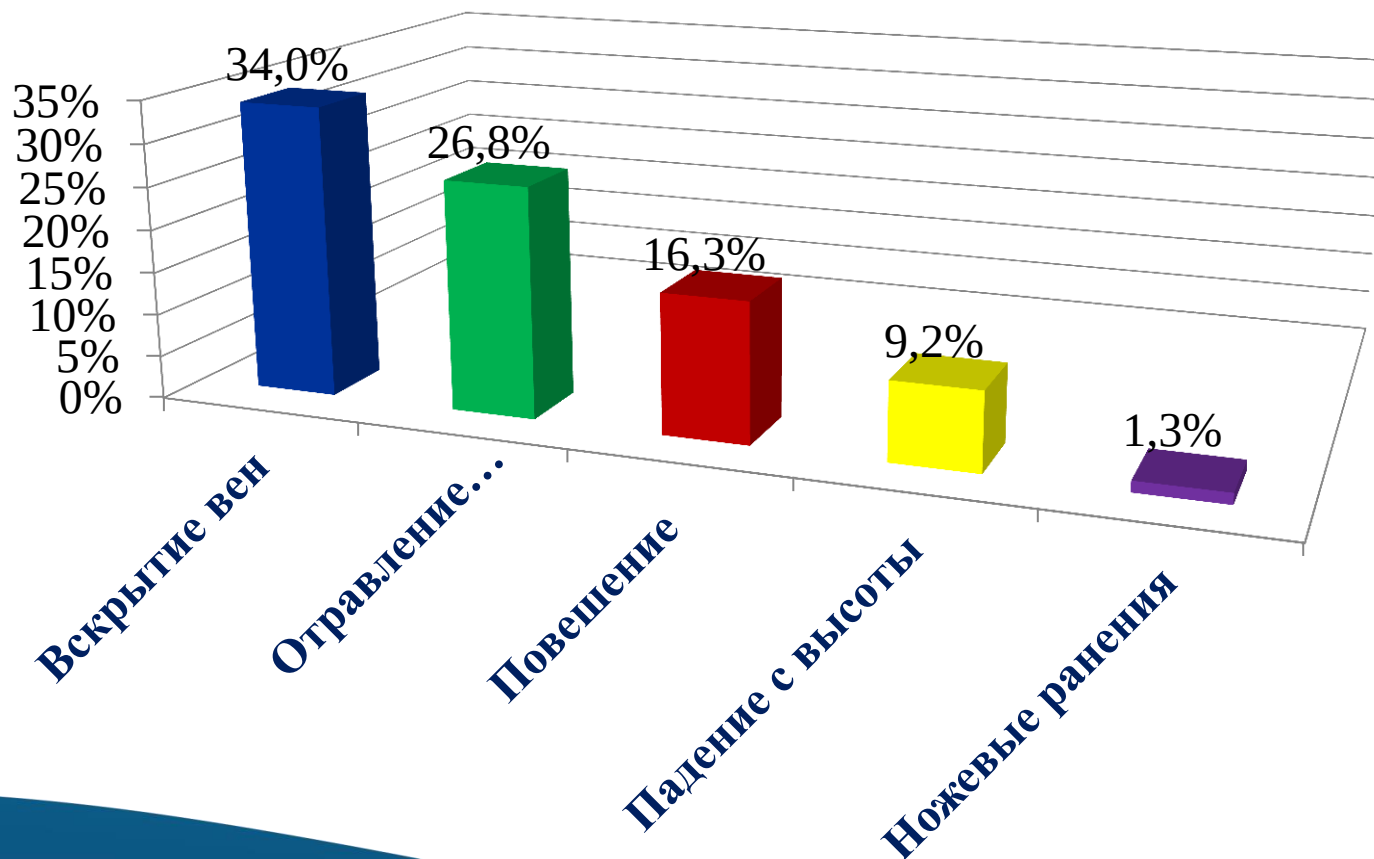
**59% :
22%**

**Законченный суицид
Аффект : осознанное действие**

**12% :
60%**



Способ совершения суицида



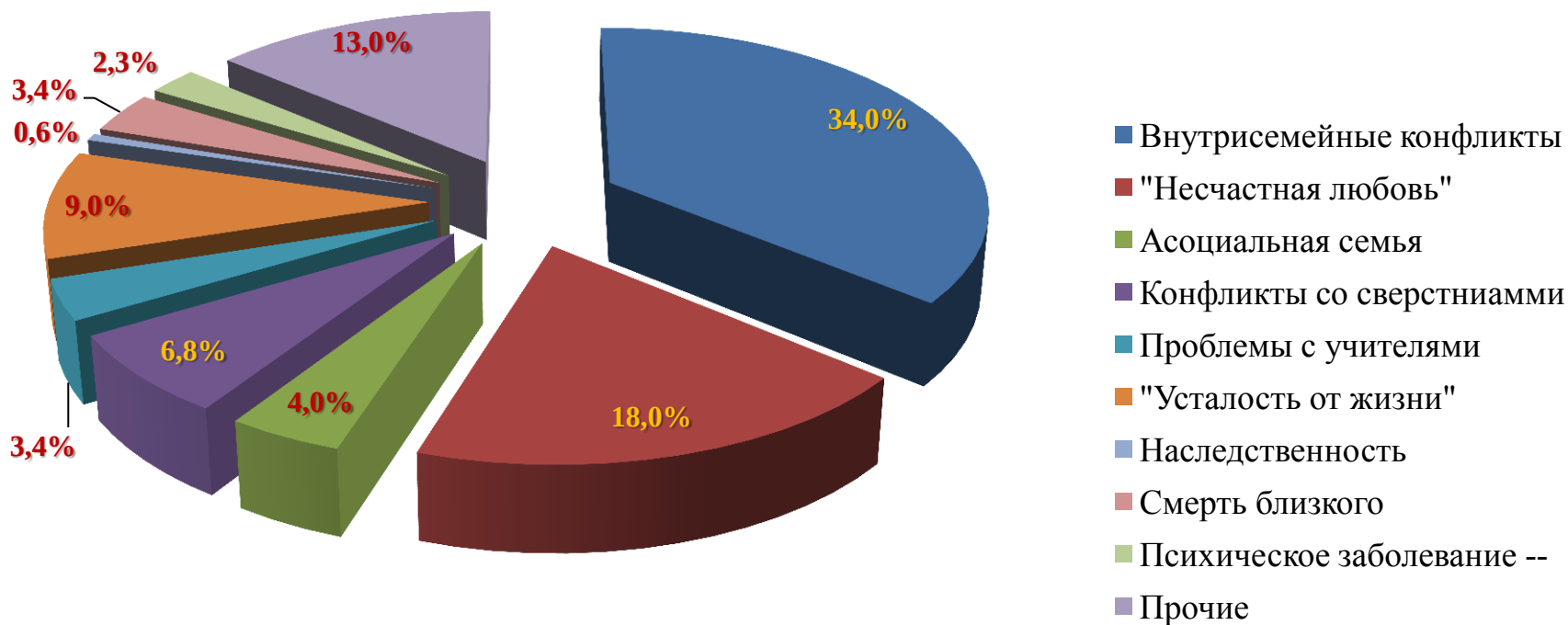


Мотивы совершения суицида

- Прекращение боли
- Самонаказание вследствие чувства вины
- Страх наказания
- Месть
- Поруганная честь
- Эпатаж, внешняя драматическая красота
- Желание умереть



Причины совершения суицида





Причины совершения суицида (прочие)

- Потеря эмоциональных связей, отношений
- Травля
- Травматический опыт
- Болезнь
- Употребление наркотиков, алкоголя
- Сексуальное насилие
- Нетрадиционная ориентация



Распределение незавершенных и завершенных суицидальных попыток по возрастам

	7 -9 лет	10-12 лет	13-15 лет	16-18 лет	19 лет
Попытка	1,3%	7,2%	31,4%	40%	1,3%
Завершенный суицид	-	1,3%	5,9 %	9,8%	2%
Всего	1,3%	8,5%	37%	49,7%	3,3%



Распределение незавершенных и завершенных суицидальных попыток по классам/группам

	7 кл	8 кл	9 кл	10 кл	11 кл	1 курс СПО	2 курс СПО	3 курс СПО
Попытка	17	14	33	3	4	11	5	0
Завершен ный суицид	2	5	6	0	2	4	1	1
Всего	19	19	39	3	6	15	6	1



Маркеры суицидального поведения

- Уход от контактов, изоляция от друзей, от семьи
- Постоянное чувство одиночества, бесполезности, вины или грусти
- Невротические проявления: беспричинные страхи, внутреннее напряжение, тревога
- Апатия, уплощение эмоций
- Нарушение сна (бессонница или частая сонливость)
- Потеря аппетита или импульсивное обжорство
- Погруженность в размышления о смерти: частые разговоры о смерти, о желании уйти из жизни, усталость от жизни, «все надоело»
- Постоянное обсуждение аналогичных случаев суицидов
- Отсутствие планов на будущее: суицидент раздает вещи, завершает дела



Антисуицидальные факторы

- Нежелание вызывать отрицательные переживания у близких
- Чувство долга по отношению к родителям
- Представление о греховности и о позорности суицида
- Наличие нереализованных планов
- Боязнь физических страданий
- Любовь к жизни



Профилактика повторных суицидов

- Эмпатическая поддержка – устранение ощущения безысходности ситуации, осознание ребенком разрешимости его проблемы.
- Семейная диагностика, коррекция детско-родительских отношений.
- Формирование поддерживающей среды (семья, класс, группа и т.д.): обучение сотрудничеству, формирование коммуникативных навыков, сплоченности с целью появления у ребенка уверенности, что есть окружение, способное принять его таким, какой он есть.
- Создание установки на самостоятельное преодоление кризисной ситуации, осознание желательного исхода, поиск адекватных средств преодоления кризиса.
- Формирование мотивации жить, представления о иерархии личностных смыслов («Я»-концепция, значимые лица, ценные объекты, атрибуты, отношения, ценности).
- Формирование убеждения у ребенка в значимости для кого-то (родители, близкие, друзья, учитель и т.п.) – кому я дорог в этой жизни?



Что НЕ надо делать?

- **Говорить, что «жертве» лучше других:**
 - «Без рук – без ног люди живут и радуются, а ты!»*
 - «Посмотри на свою жизнь, ты ведь счастливее многих.»*
- **Ссылаться на проблемы других:**
 - «От меня тоже девушка ушла, но я жив».*
 - «Многие живут с ВИЧ-инфекцией и себя не убивают».*
- **Стращать позором:**
 - «Опозоришь свою семью!»*
 - «Тебя идиотом считать будут»*



Что НЕ надо делать?

- **Отрицать факт суицидального намерения**
 - «На самом деле ты так не думаешь»*
 - «Не верю, ты просто шутишь»*
- **Утверждать, что человек на это не решится**
 - «Тебе даже смелости не хватит себя убить»*
 - «Ни одно решение принять не можешь, а уж такое...»*
- **Выражать потрясение**
 - «От тебя никак не ожидал такое услышать!»*
 - «Ты меня просто шокируешь!»*



Что НЕ надо делать?

- **Если уже были попытки самоубийства**

Ставить в позицию «двойного неудачника»: ненормальный, т.к. хотел себя убить, плюс такой бестолковый, что даже это не смог сделать!

- **Вызывать чувство вины**

*Убеждать, что ничего не произошло или это была случайность.
Выносить ситуацию на публичное обсуждение.
Требовать обещания, что это не повторится.*



Помощь при суицидальных намерениях

- **Внимательное спокойное слушание.**
- **Установление доверия.**
- **Суицидальные намерения – всегда реакция на проблему.**
Выяснение, что же это за проблема, в чем источник дискомфорта?
- **В острой фазе задача психологической помощи – контакт и выход из кризиса, а не пересмотр приведших к этому взглядов и установок!**
- **Убрать:**
 - *возможные орудия самоубийства*
 - *то, что может вызывать ассоциации с ним*



Помощь при суицидальных намерениях

- Заинтересованная, отзывчивая беседа БЕЗ утешения
- Вопросы с акцентированием внимания на факторах сдерживания
- Признание чувств и права на них
- Поиск «положительных исключений»
- Выявление альтернативных способов реагирования
- Поиск возможных способов выхода.

Не позволять ребенку оставаться в одиночестве!

Сохранять поддержку, когда непосредственный кризис миновал



Работа с окружением

Проблемы: тревога, чувство вины, страх, непонимание происходящего,

- Обвинение друг друга: «Кто виноват?»
- Непонимание своих действий: «Что делать?»

Мишени работы:

- общее обсуждение произошедшего: отношение к ситуации, избегание обвинения друг друга, перспективы выхода
- необходимость отреагировать переживание, объединиться, не поддаваться панике
- необходимость отреагировать эмоции
- оказание поддержки ближайшему окружению ребенка (родители (при необходимости), друзья, одноклассники)



Нежелательные типы реакции на суицид близкого

- Поиск тех людей, которые могут быть ответственны за смерть покончившего с собой – вместо принятия произошедшего как личной воли.
- Принятие траура на долгие годы – вместо того, чтобы продолжать жить.
- Переживание чувства вины и самобичевание.
- Соматизация – уход в болезнь вместо спонтанного выражения чувств.
- Самоограничение – уход от радостей жизни.
- Аддиктивные формы поведения.
- Подражательный суицид – «ты умер, значит, умру и я»



Работа с социальным окружением совершившего суицид

Избегать

- **Банальных утешений**
(«хорошо держишься», «время все излечит» и т.п.)
- **Демонстрации чрезмерного сострадания**
- **Осуждения**
- **Ссылки на психические проблемы, ПАВ**

Допустимо

- **Констатация, что об этом факте мы многого не знаем**
- **Признание права на эмоции, их открытое выражение**
- **Признание, что в картине мира самоубийцы были причины на такой шаг**

Направления деятельности с педагогическими работниками



Сформирован электронный сборник «Методические рекомендации по проведению диагностического обследования несовершеннолетних на предмет выявления «группы риска» по суицидальному поведению»



Внедрен алгоритм действий образовательной организации при выявлении суицидального случая



Разработаны программы профилактических мероприятий для несовершеннолетних, родителей, специалистов службы сопровождения по профилактике аутодеструктивного поведения

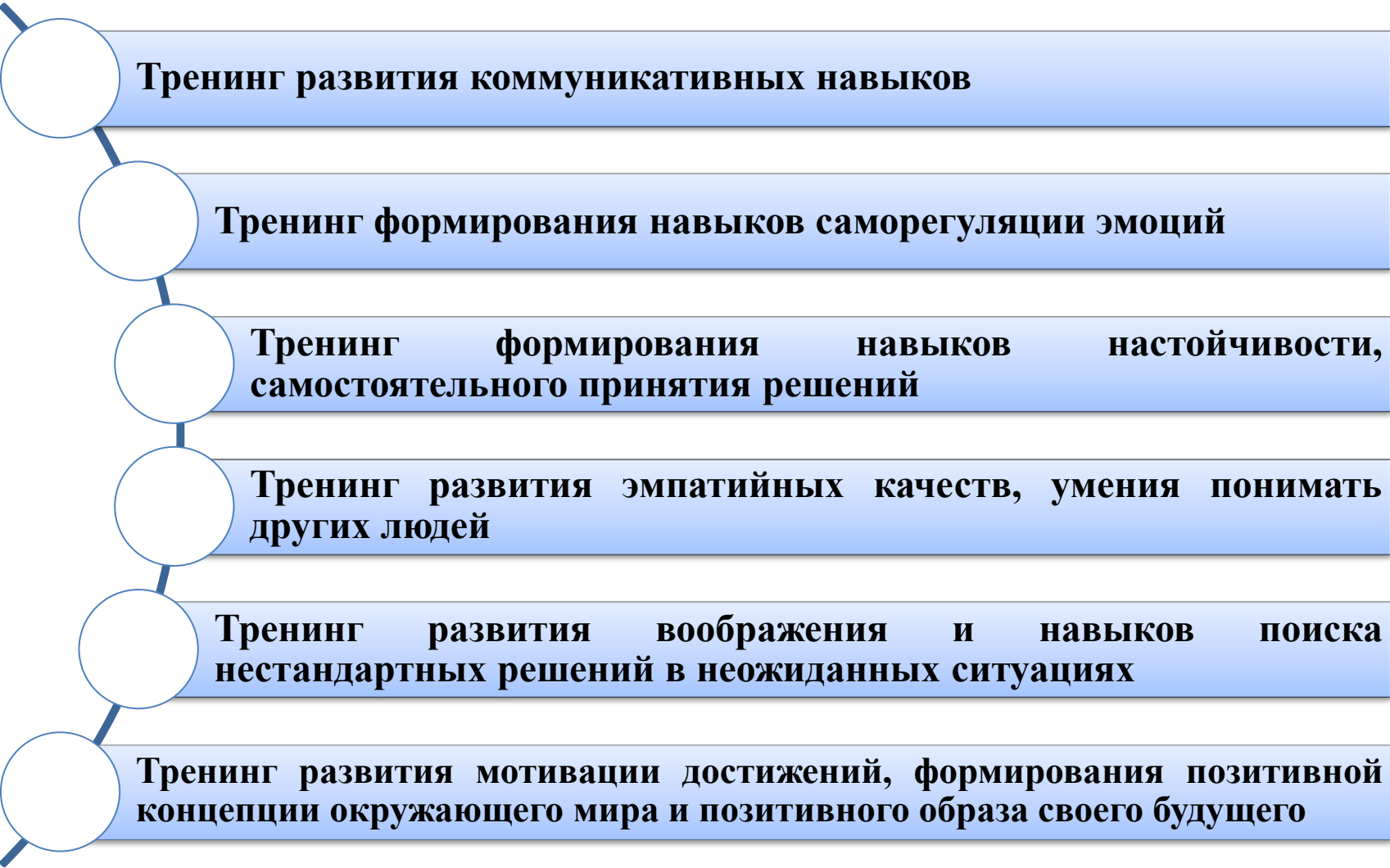


**Конфликты и способы их разрешения в образовательной организации.
Профилактика конфликтов**



Методические рекомендации для педагогического состава по диагностике, профилактике и практической помощи в работе с проблемами кризиса, суицида у учащихся

Направления групповой психокоррекционной работы с обучающимися



Тренинг развития коммуникативных навыков

Тренинг формирования навыков саморегуляции эмоций

Тренинг формирования навыков настойчивости, самостоятельного принятия решений

Тренинг развития эмпатийных качеств, умения понимать других людей

Тренинг развития воображения и навыков поиска нестандартных решений в неожиданных ситуациях

Тренинг развития мотивации достижений, формирования позитивной концепции окружающего мира и позитивного образа своего будущего



Алгоритмы действий при выявлении суицидального случая

- **Для администрации ОО**
- **Для педагогов ОО**
- **Для рабочей группы ОО**
- **Алгоритм беседы с родителями**
- **Памятка для педагогов по правилам поведения и ведения беседы с детьми в ситуации выявленного случая суицидального поведения в коллективе**
- **Алгоритм беседы с ребёнком**
- **Дибрифинг при ПТСР**



Алгоритм выявления несовершеннолетних с суицидальными мыслями, намерениями, планами

Уважаемые классные руководители!

Предлагаем вам заполнить таблицу наблюдения за обучающимися вашего класса. На каждого обучающегося заполняется индивидуальная таблица.

Если признак, указанный в таблице ярко выражен у обучающегося или часто проявляется в поведении, действиях, мыслях, вы ставите знак «+». Если редко, неярко проявляется, ставите знак «-». Затем по каждой группе признаков подсчитываете общий балл (количество «+»).

№	Наблюдаемый признак	+/-
Поведенческие признаки		
1	Затяжное подавленное настроение, низкий эмоциональный фон, склонность к депрессиям	
2	Резкое изменение поведения (внезапная замкнутость, не хочет разговаривать с близкими ему людьми, теряет интерес к тому, чем раньше любил заниматься, отдаляется от друзей)	
3	Резкое снижение успеваемости, проявление безразличия к учёбе и оценкам	
4	Порезы на руках, бёдрах, ссадины	
5	Раздача своих ценностей, долгов, приведение дел в порядок	
6	Безразличное или негативное отношение к своему внешнему виду	
7	Написание "записок-завещаний"	
8	Безразличное, а иногда бравадирующее отношение к ситуациям неудач в повседневной жизни	
9	Склонность к неоправданным рискованным поступкам. Опасное поведение с высоким риском причинения вреда своей жизни и здоровью	
10	Внезапно появившиеся проблемы концентрации внимания, активности, неспособность к волевым усилиям	
11	Рисунки, фото кладбищ, изображений умерших, человека-суицидента	
12	Избегающее поведение (необъяснимые или часто повторяющиеся исчезновения из дома, прогулы в школе)	
13	Неуверенность в себе, низкая самооценка	
14	Внезапное враждебное поведение, асоциальные поступки, инциденты с правоохранительными органами, участие в беспорядках	
15	Несоблюдение правил личной гигиены (неряшливость внешнего вида), изменение привычек сна, питания	
16	Частое прослушивание печальной, депрессивной музыки	
17	Систематическое употребление спиртного и/или наркотических средств	
18	Отсутствие устойчивых интересов, хобби	

Ситуационные признаки

1	Острое переживание любви (разрыв высокозначимых любовных отношений, нестабильность в отношениях, ссоры, обиды)	
2	Сложная семейная ситуация (развод родителей, предпочтение родителями одного ребёнка по отношению к другому, жестокое обращение в семье, психически больные родственники, проживание отдельно от родителей (например, с бабушкой))	
3	Наличие семейной истории суицида (дети, ставшие свидетелями суицида, либо сами пытавшиеся покончить с собой)	
4	Внезапные изменения в жизни (потеря, утрата значимого человека, развод родителей, смена законного представителя, помещение в государственное учреждение)	
5	Внезапные неудачи, страх и длительное ожидание неудачи	
6	Проблема и отсутствие поддержки со стороны значимых людей	
7	Острое переживание ситуации унижения, особенно публичного	
8	Затяжной или, наоборот, внезапный острый конфликт друзьями, сверстниками, значимыми людьми	
9	Наличие недостатков физического развития, инвалидности, хронических соматических заболеваний, остро переживаемых ребёнком	
10	Затяжной буллинг (травля, отвержение)	
11	Страх наказания	

Словесные (вербальные) маркеры

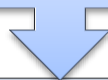
1	Сообщение о конкретном плане суицида	
2	Прощание	
3	Прямые или косвенные сообщения о суицидальных намерениях: "Хочу умереть", "Ты меня больше не увидишь", "Я не могу больше выносить эту проблему", "Скоро всё это закончится"	
4	Косвенные высказывания о своём намерении: «Я больше не буду ни для кого проблемой», «Тебе не придётся больше обо мне волноваться», «Без меня всем будет лучше»	
5	Позитивная оценка и одобрение суицидальных действий и практик	
6	Шутки, иронические высказывания о желании умереть, о бессмысленности жизни	
7	Самообвинения	
8	Уверения в беспомощности и зависимости от других	

Цифровые признаки

1	Подписка на сообщества, содержащие околосуицидальный контент, в том числе, романтизирующий смерть, одиночество, депрессию, самоповреждения от анорексии до селфхарма)	
2	Публикация депрессивных статусов	

Направления деятельности ГБОУ ОЦДиК по выявлению группы риска по суицидальному поведению

Диагностическое обследование обучающихся



Определение направлений психокоррекционной работы с обучающимися группы риска



Аналитическая работа с педагогическими работниками образовательных учреждений по итогам диагностики



Просветительская деятельность с педагогическими работниками образовательных учреждений



Тренинговая работа с обучающимися по профилактике антивиталяного (суицидального) поведения

Команда специалистов ГБОУ «Областной центр диагностики и консультирования» г. Челябинска всегда готова прийти на помощь!



Заявка на совместную работу



Государственное бюджетное общеобразовательное
учреждение

«Областной центр диагностики
и консультирования»



Структура образовательной организации:

- Учебно-коррекционное отделение для обучающихся с РАС и интеллектуальными нарушениями;
- Реабилитационное отделение для обучающихся с дезадаптивным поведением;
- Центральная психолого-медико-педагогическая комиссия.

Дополнительные сферы деятельности:

- Консультационный центр «Родник»;
- Психологическая служба образования Южного Урала;
- Почта Доверия.

Официальный сайт ГБОУ ОЦДиК



Страницы в социальных сетях:



ВКонтакте



Telegram



Одноклассники

Телефон/факс: 8-351-232-00-57

E-mail: ocdik@mail.ru

Челябинская область, г. Челябинск, ул. Худякова д. 20