

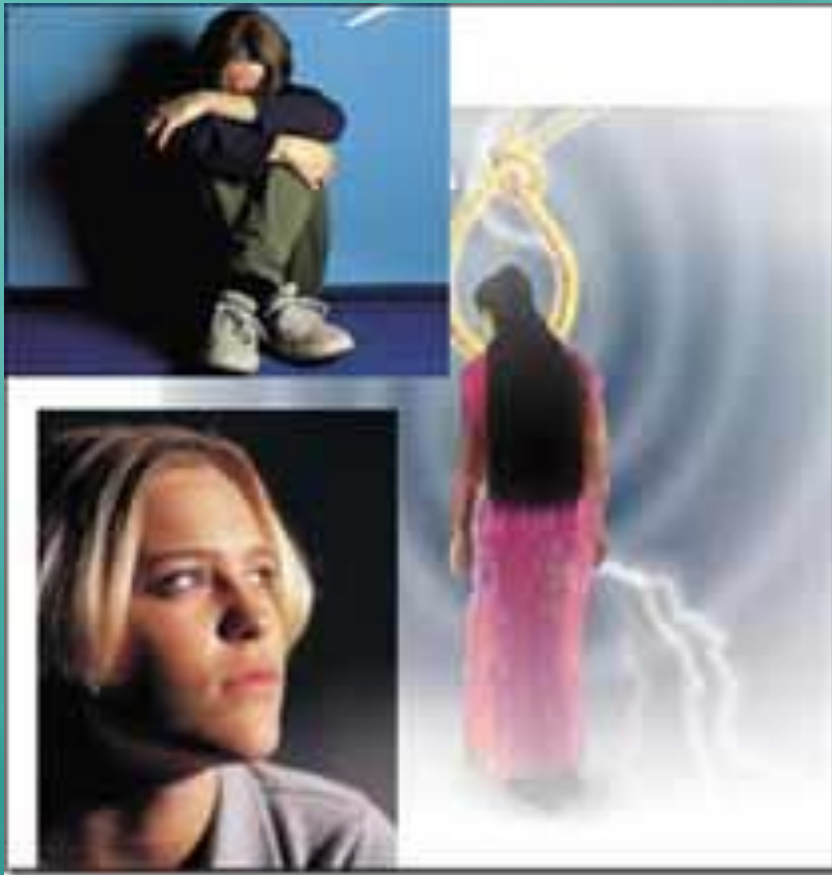
**Организация работы по
профилактике суицидов
несовершеннолетних с разъяснением
фактора риска, алгоритма
собственных действий**



**МУ Центр «Гармония»
Угличский муниципальный район**

Что такое суицид?

- Самоубийство, суицид (suicide) – сознательный отказ человека от жизни, связанный с действиями, направленными на ее прекращение.



Статистика

По официальной статистике РФ за 2019г по уровню самоубийств мы занимаем второе место в мире после Литвы.

Среди молодых людей в возрасте 15-30 лет суицид занимает вторую строчку в качестве причины смертности после ДТП

Детские суициды в России в 2018г – 800 случаев. В 2019г 792 случая на 25 апреля 2019г

В 2020г на февраль месяц в России

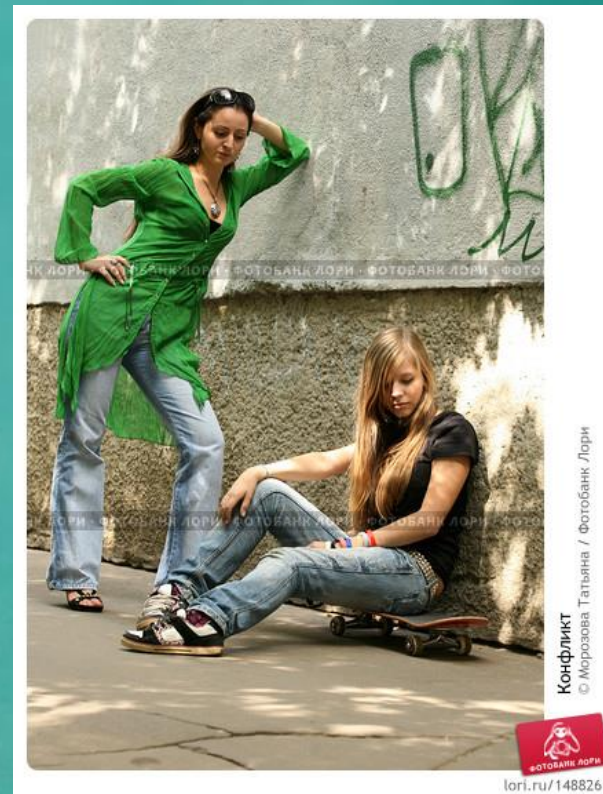
7 самоубийств подростков за неделю

Статистика «Синий кит» –

за два первых месяца 2020года 20 подростков в России совершили самоубийство. Это модное среди молодежи увлечение распространяется в соц. сетях и преподносится, как игра, где кураторы выбирают подростков, подключают их к игре, заданиями, связанными с физическим повреждением



Девушки пытаются
покончить с собой в
4 раза чаще, чем
юноши



Число законченных суицидов
среди юношей в среднем в 3
раза больше, чем среди
девушек



Суицидальное поведение

– понятие более широкое и помимо суицида
включает в себя:

1. суицидальные мысли
2. суицидальные замыслы, намерения
3. суицидальные покушения или попытки
4. завершённый суицид

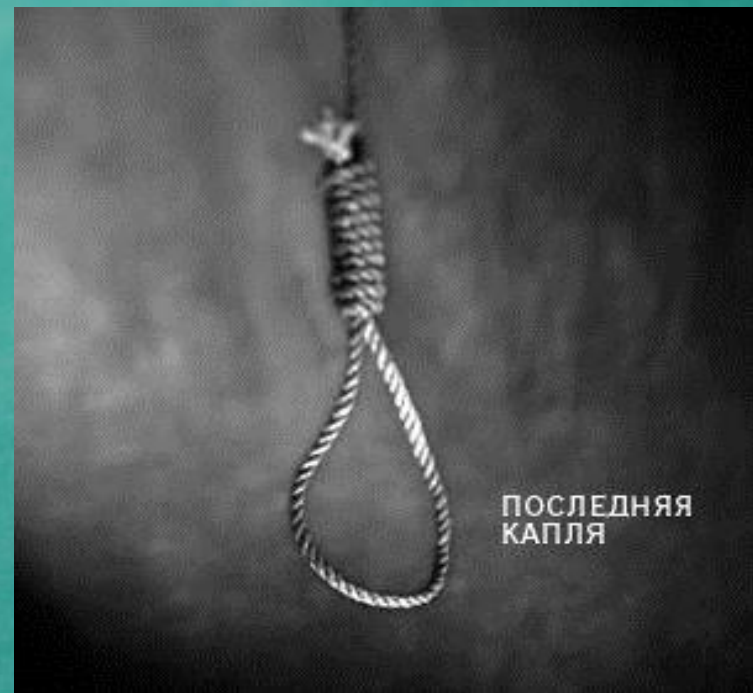


Способы самоубийств

Среди способов **завершенных** суицидов наиболее часто встречаются в современном мире:

- самоповешение – 81,9%,
- отравление – 9,5%
- падение с высоты – 1,9,
- утопление – 0,9%.

Самыми частыми способами **неудавшейся** суицидальной попытки являются отравления - 72%



Причины суицидов среди подростков:

- Конфликты с окружающими – 94%, в первую очередь с родителями - 66%;
- Переживание обиды - 32%;
- Чувство одиночества, стыда, недовольство собой – 38%;
- Состояние здоровья – 15%



Причины суицида



- Безответная любовь
- Нет сил бороться
- Всем на зло
- Обратите на меня внимание
- Пусть мучаются
- Я никому не нужен



Факторы риска

- Незаконченная попытка суицида.
- Суицидальные угрозы, прямые или завуалированные
- Тенденции к самоповреждению
- Суициды в семье
- Алкоголизм
- Употребление наркотиков и других токсических препаратов
- Аффективные расстройства
- Хронические или смертельные болезни
- Семейные проблемы
- Сверхкритичные к себе подростки
- Лица, страдающие от испытанных унижений или трагических утрат



**На что необходимо
обратить внимание**

```
graph TD; A[На что необходимо обратить внимание] --> B[Словесные признаки]; A --> C[Поведенческие признаки]; A --> D[Ситуационные признаки];
```

**Словесные
признаки**

**Поведенческие
признаки**

**Ситуационные
признаки**

СЛОВЕСНЫЕ ПРИЗНАКИ:

- открытые и прямые высказывания о принятом решении покончить с собой;
- косвенные намеки на совершение самоубийства;
- нездоровый интерес к вопросам смерти, увлечение литературой по вопросам жизни и смерти, частые разговоры на эту тему;
- высказывание своих мыслей по поводу самоубийства в подчеркнуто легкой и шутливой форме.



ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ ПРИЗНАКИ:

- ◎ безвозмездная раздача вещей, имеющих для человека высокую значимость;
- ◎ налаживание отношений с непримиримыми врагами;
- ◎ отсутствие желание ухаживать за собой, запущенный и неряшливый внешний вид;
- ◎ пропуск школьных занятий, потеря интереса к привычным для ребенка увлечениям, хобби;
- ◎ отстранение от друзей и семьи;
- ◎ частое уединение, проявление замкнутости и угрюмости;
- ◎ безразличие к окружающему миру.



Ситуационные признаки

1. Социально изолирован (не имеет друзей или имеет только одного друга), чувствует себя отверженным.
2. Живет в нестабильном окружении
3. Ощущает себя жертвой насилия
4. Предпринимал раньше попытки суицида.
5. Имеет склонность к самоубийству
6. Перенес тяжелую потерю (смерть кого-то из близких, развод родителей).
7. Слишком критически настроен по отношению к себе.





Виды суицидального поведения

- истинное

- аффективное

- демонстративно – шантажное



ИСТИННЫЙ ПОДРОСТКОВЫЙ СУИЦИД

Подросток действительно имеет твердое намерение покончить с жизнью и обычно тщательно все планирует. Если попытка оказывается неудачной, он со временем повторяет ее.



АФФЕКТИВНЫЙ (ЧУВСТВИТЕЛЬНЫЙ) подростковый суицид



Совершается в состоянии аффекта, под влиянием сильных, но сиюминутных чувств. Если попытка самоубийства неудачна, подросток, скорее всего, не будет ее повторять.



ДЕМОНСТРАТИВНЫЙ СУИЦИД

В этом случае подросток не собирается на самом деле убивать себя, его цель — стать замеченным.



Попытки самоубийства обычно многократные, но истинным самоубийством они заканчиваются случайно.



Алгоритм действий, для изменения ситуации :

1. Внимательно выслушать решившегося на самоубийство подростка. Приложить все усилия, чтобы понять проблему, скрытую за словами.
2. Оценить серьезность, намерений и чувств, глубину эмоционального кризиса ребенка.
3. Внимательно отнестись ко всем даже самым незначительным обидам и жалобам. Не пренебрегать ничем из сказанного.



4. Поддержатъ подростка и быть настойчивым.

Человеку в состоянии душевного кризиса нужны строгие и утвердительные указания.

5. Убедить его в том, что он сделал верный шаг, приняв помощь, заинтересованность в его судьбе и готовность помочь дадут ему эмоциональную опору.

6. Принять во внимание и другие возможные источники помощи: друзей, семью, врачей, священников, к которым можно обратиться.



СЛОВА, КОТОРЫЕ НУЖНО СКАЗАТЬ:

- Если ты считаешь, что твоя жизнь невыносима, попробуй изменить ее. Но не таким способом, так как самой жизни потом не будет!!!
- Если ты не любишь себя, попробуй найти в себе что-либо хорошее. Это хорошее всегда есть! Сконцентрироваться на положительных эмоциях.
- Не думай, что этим способом ты вызовешь сочувствие и огорчение родителей, друзей, любимого человека. Может быть, но ты об этом не узнаешь!
- Многие хотят, чтобы их спасли при попытке самоубийства. Подумай — ведь этого может и не случиться! А если ты останешься на всю жизнь в инвалидном кресле?



В Центре Гармония

**организована помощь по профилактике
суицидов среди несовершеннолетних это:**

- Родительские собрания в школах и на базе Центра
- Проводятся семинары для педагогов, сотрудников КДНиЗП
- На базе Центра ведется работа по запросу школ с детьми и родителями



Осуществляются консультационные приемы, как на базе Цента, так и на дому, по телефону в зависимости от первичной, вторичной или третичной профилактики

Первичная профилактика направлена на укрепление психического здоровья в целом и проводится со всеми субъектами образовательной среды (дети, родители, педагоги).

Объектом первичной профилактики являются люди, не имеющие суицидальных мыслей и намерений, её цель – минимизация возможного риска возникновения суицидальных намерений в будущем психологически благополучных субъектов.



- **Вторичная профилактика**- это поддержка лиц, находящихся в кризисной ситуации. Основная цель вторичной профилактики - помочь человеку с выявленными суицидальными намерениями найти выход из сложившейся ситуации и стабилизировать его психологическое состояние.
- **Третичная профилактика**- это помощь, которая оказывается людям, уцелевшим после самоубийства, и их окружению



Профилактика самоубийств – это:

- вытеснение боли
- снятие стрессов
- смена ориентиров
- замена ценностей
- возрождение духовности



Что мы делаем

Иногда, чтобы помочь сохранить жизнь, нужно просто выслушать человека. Когда вы выслушиваете человека, то на психологическом уровне, вы выражаете свою заботу о нем, даете ему понять что вам не все равно, что происходит и что может случиться с ним.

Делаем:

- Направляем все свое внимание на человека, которого выслушиваем.
- Говорим ему/ей, что нам не все равно, и что мы рада что мы сейчас разговариваем.
- Задаем вопросы, которые помогут лучше понять переживания человека.


Что не делаем:

- «Сходу» не решаем проблемы собеседника.
- Не даем советы, о которых не просили.
- Не говорим о том, что чувства собеседника неправильные и малозначимые
- Не рассказываем о собственных проблемах (такой ход может усилить пессимистический настрой).



**В Центре «Гармония»
для оказания профилактической и
экстренной помощи**

Применяются методы:

- Беседы
 - Метод психосинтеза
 - Техники арт-терапии
 - Элементы сказкотерапии
 - Ролевые игры
 - Метод с использованием МАК и другие
- 

**Для диагностики применяется
батарея тестов:**

- ОСР
- Шкала уровня тревожности Спилбергера
- Шкала суицидальных интенций Пирса
- Шкала суицидальных мыслей А. Бека
- Шкала безнадежности А Бека



Полезные ссылки и ресурсы

- Экстренная психологическая помощь в России для подростков и родителей: **8-800-2000-122**
- Телефон доверия для детей и родителей
<http://telefon-doveria.ru/>
- Телефон Центра «Гармония» **8(48532)5-05-11**, по которому можно связаться с педагогами-психологами



Специализированные страницы сайта
ФГБНУ «Центр защиты прав и интересов
детей»: «Поддержка детства»,
«Твое право», «Информационная
безопасность», «Ценность жизни»
<http://www.fcprc.ru>



**БЛАГОДАРЮ ЗА
ВНИМАНИЕ!**

