

Групповая консультация: «Сигналы суицида»

Термин «суицидальное поведение» объединяет все проявления суицидальной активности – мысли, намерения, высказывания, угрозы, попытки.

До 12 лет суицидальные попытки чрезвычайно редки. С 14-15 лет суицидальная активность резко возрастает, достигая максимума в 16-19 лет.

В 90% суицидальное поведение – это «крик о помощи».

решение на его совершение вызревает не мгновенно. Ему, как правило, предшествует более или менее продолжительный период переживаний и поиска выхода из создавшейся ситуации.

Признаки готовящегося самоубийства

О возможном самоубийстве говорит сочетание нескольких признаков.

1. Приведение своих дел в порядок — раздача ценных вещей, упаковывание. Человек мог быть неряшливым, и вдруг начинает приводить все в порядок. Делает последние приготовления.

2. Прощание. Может принять форму выражения благодарности различным людям за помощь в разное время жизни.

3. Внешняя удовлетворенность — прилив энергии. Если решение покончить с собой принято, а план составлен, то мысли на эту тему перестают мучить, появляется избыток энергии. Внешне расслабляется — может показаться, что отказался от мысли о самоубийстве. Состояние прилива сил может быть опаснее, чем глубокая депрессия.

4. Письменные указания (в письмах, записках, дневнике).

5. Словесные указания или угрозы.

6. Вспышки гнева у импульсивных подростков.

7. Потеря близкого человека, за которой следуют вышеперечисленные признаки. Потеря дома.

8. Бессонница.

Возможные мотивы

Поиск помощи - большинство людей, думающих о самоубийстве, не хотят умирать. Самоубийство это способ получить что-либо (внимание, любовь, освобождение от проблем, от чувства безнадежности).

Факторы риска, подталкивающие детей к самоубийству:

- жестокое обращение окружающих

- нарушенные отношения в семье, стремление любыми средствами создать впечатление гармонии; ориентация на внешнее соблюдение общепринятых норм; повышенные и непоследовательные требования к детям с полным равнодушием к их проблемам; практика унижительных и жестоких наказаний

- проблемы в школе

Для предотвращения суицидов у детей учителя могут сделать следующее:

- вселять у детей уверенность в своих силах и возможностях;
- внушать им оптимизм и надежду;
- проявлять сочувствие и понимание;
- осуществлять контроль поведения ребенка, анализировать его отношения со сверстниками.

Телефон доверия для детей и подростков – психологическая помощь детям и их родителям в кризисных ситуациях 8 017 263 03 03;

Общенациональная детская линия помощи 8 801 100 16 11;

Телефон доверия УЗ «Витебский областной клинический центр психиатрии и наркологии» 8 0212 61 60 60.