

Попов Ю. В., Пичиков А. А.
Суицидальное поведение у
подростков. — Санкт-Петербург:
СпецЛит, 2017. — 366 с.



*Влияние на суицидальное
поведение подростков различных
видов насилия:*

- психологическое насилие над подростками, в том числе кибербуллинг и «суицидальные сайты» (у 77,5% подростков, совершивших суицидальные попытки)
- физическое насилие (побои, физические издевательства, недостаточный уход в детстве) (у 64,0%)
- сексуальное насилие (изнасилование, попытка изнасилования, развратные действия) (у 14,6%)

***Причиной суицидальной попытки подростки называли
(Попов Ю. В., Пичиков А. А., 2017):***

- проблемы в отношениях с родителями (33,7 %)
- интимно-личностные проблемы (25,8 %)
- конфликты на учебе (12,4 %)
- унижение (10,1 %)
- неуспеваемость на учебе (7,9 %)
- усталость от жизни (5,6 %)
- крах личных планов (4,5 %)

Из статьи В.М.Бехтерева «О причинах самоубийства и о возможной борьбе с ним» (1912):

«... Нельзя также не обратить внимания на состояние школы, как на причину самоубийства. Школа, особенно средняя, с сухим формализмом и бездушной требовательностью, как известно, вводит в статистику особую рубрику в причинах самоубийств, называемых «школьными».

...Необходима перестройка учебного дела в том смысле, чтобы в школе умственные способности детей не насиловались, а развивались соответственно индивидуальности; нужно, чтобы школа не подрывала душевного и физического здоровья и выпускала не измученных неврастеников, а людей, сильных духом и телом.

... В школе должна быть введена индивидуализация в занятиях, при которой утрачивают свое безусловное значение как система отметок, так и экзамены, требующие в настоящее время столько кровавых жертв в форме самоубийств.

Нельзя упускать из виду, что задачей всякой школы должно быть прививание будущему поколению нравственных идеалов более возвышенного и более ободряющего характера.

Как бы ни была мрачна действительность, человек никогда не должен предаваться унынию и отчаянию. Он должен видеть идеал жизни не в роскоши, а в скромности, не в праздности, а в труде, не в уме только, но и в сердце».

Опросник для родителей «Анализ семейных взаимоотношений» (АСВ) (Эйдемиллер Э.Г., Юстицкий В.В.)
(130 вопросов: 3-10 лет, 11-21 год).

Уровень протекции в процессе воспитания:

- а) Гиперпротекция
- б) Гипопротекция

Степень удовлетворения потребности ребенка:

- а) Потворствование
- б) Игнорирование потребностей ребенка

Количество и качество требований к ребенку в семье:

- а) Чрезмерность требований-обязанностей
- б) Недостаточность требований-обязанностей

Степень самостоятельности ребенка :

- а) Чрезмерность требований-запретов
- б) Недостаточность требований-запретов

Строгость санкций (наказаний) :

- а) Чрезмерность санкций
- б) Минимальность санкций

СТИЛИ ВОСПИТАНИЯ

Неустойчивость стиля воспитания

Потворствующая гиперпротекция

Доминирующая гиперпротекция

Повышенная моральная ответственность

Эмоциональное отвержение

Жестокое обращение

Гипопротекция

Психологические проблемы родителей, решаемые за счет ребенка.

Расширение сферы родительских чувств.

Предпочтение в подростке детских качеств.

Воспитательная неуверенность родителя.

Фобия утраты ребенка.

Неразвитость родительских чувств.

Проекция на ребенка (подростка) своих нежелаемых качеств.

Вынесение конфликта между супругами в сферу воспитания детей.

Сдвиг в установках родителя по отношению к ребенку в зависимости от его пола (шкала предпочтения мужских качеств, шкала предпочтения женских качеств).

Петрановская Л.В. Если с ребенком трудно. 2014.

Петрановская Л.В. Тайная опора.
Привязанность в жизни ребенка. 2014.



Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком.
Как?

Гиппенрейтер Ю.Б. Продолжаем общаться
с ребенком. Так?

Гиппенрейтер Ю. Б. Родителям: книга вопросов и ответов.—
Москва: АСТ, 2013. — 192 с.

Райли Д. Подростковая депрессия. — Екатеринбург: Рама
Пабблишинг, 2014. — 256 с.

Винч Г. Первая психологическая помощь. - Попурри, 2014— 272 с.

Проблема школьной травли (буллинга)

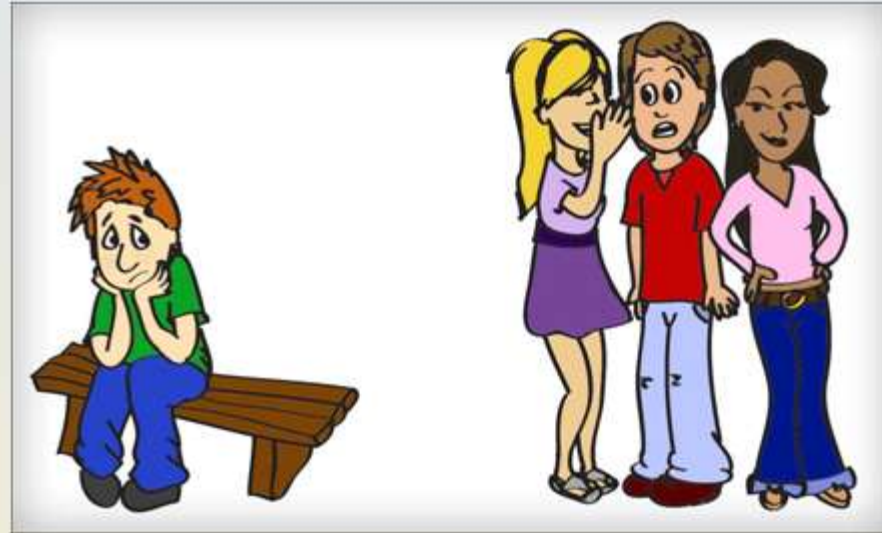
Буллинг (от англ. bully - хулиган, драчун, задира)
- определяется как притеснение, дискриминация,
травля



Опрос 100 учащихся 6-11 классов московской школы (Аверьянов А.Л., 2013):

Участвовали в роли:

- агрессора – 14%
- жертвы – 13%
- в обеих ролях – 7%
- наблюдающего – 59%
- защитника жертвы – 25%



Причинами травли участники опроса назвали:

55% - внешность

15% - поведение

11% - национальность

8% - материальное положение

7% - характер

6% - успеваемость.

Формы школьного буллинга:

- драка (44%)

- сплетни (39%)

- бойкот (31%)

- обзывания, оскорбления (13%)

- высмеивание (11%).

Типичные черты учащихся, склонных становиться буллерами (Ольвеус Д., 1993):

- испытывают сильную потребность господствовать и подчинять себе других учеников
- импульсивны и легко приходят в ярость
- часто вызывающе и агрессивно ведут себя по отношению к взрослым, включая родителей и учителей
- не испытывают сочувствия к своим жертвам.
- если это мальчики, они обычно физически сильнее других мальчиков.

Типичные черты учащихся, склонных становиться жертвами буллинга (Ольвеус Д., 1993):

- пугливы, чувствительны, замкнуты и застенчивы
- часто тревожны, не уверены в себе, несчастны и имеют низкое самоуважение.
- склонны к депрессии и чаще своих ровесников думают о самоубийстве
- часто не имеют ни одного близкого друга и успешнее общаются со взрослыми, нежели со сверстниками
- если это мальчики, они могут быть физически слабее своих ровесников

Особенности поведения жертв буллинга:

- неохотно идут в школу и очень рады любой возможности не ходить туда;
- часто возвращаются из школы подавленными, расстроенными;
- просят проводить их на уроки, опаздывают;
- явные симптомы страха, заключающиеся в нарушениях сна и аппетита, ночном крике, заикании, нервном тике и скрытности;
- обнаружение рваной верхней одежды или поврежденных вещей;
- частые просьбы дать денег, воровство;
- снижение качества учебы, потеря интереса к любимым занятиям;
- постоянные ссадины, синяки и другие травмы;
- молчаливость, нежелание идти на разговор.

Посоветуйте вашему ребёнку, для того чтобы не попадать в группу риска по школьному буллингу:

- не задираться, не зазнаваться;
- не показывать своё превосходство над другими;
- не хвастаться - ни своими успехами, ни своими электронными игрушками, ни своими родителями;
- не демонстрировать свою элитарность;
- не ябедничать, не подлизываться к учителям.

Одарённость вашего ребёнка должна быть направлена на благо класса и школы, чтобы одноклассники гордились, что они учатся вместе, а не завидовали ему (лучше защищать честь школы на соревнованиях различного уровня, а не отказываться от участия, мотивируя отказ постоянной занятостью).

Гуггенбюль А. Зловещее очарование насилия. Профилактика детской агрессивности и жестокости. СПб.: Академический проект, 2000. - 220 с.

Коновалов А.Ю. Школьная служба примирения и восстановительная культура взаимоотношений: практическое руководство.— М.: МОО Центр «Судебно-правовая реформа», 2012. – 256 с.

Кривцова С.В. Буллинг в школе vs сплоченность равнодушных. Москва, 2011.



Методы профилактики суицидального поведения:

1. Оптимальное соотношение обучения и воспитания в образовательных учреждениях, организация досуга молодежи.
2. Выявление групп риска и оказание им психологической или психиатрической помощи.

Круглосуточная
медицинская
психологическая служба
«Сердэш 129»
Республиканской
клинической
психиатрической
больницы
им.акад.В.М.Бехтерева



Задачи службы «Сердэш 129»:

1. Оказание специализированной помощи лицам с кризисными состояниями и суицидальным поведением
2. Оказание психолого-психиатрической помощи при чрезвычайных ситуациях
3. Проведение комплексной профилактики первичных и повторных суицидальных действий
4. Сбор и анализ сведений о суицидальных попытках в Республике Татарстан

**Телефон и сайт круглосуточной медицинской
психологической службы «Сердэш 129»**

279-55-80

serdesh129

**(кризисная психологическая помощь по
телефону и он-лайн, запись на
амбулаторный прием)**

Методы профилактики суицидального поведения:

3. Противодействие деструктивному контенту в Интернете.

4. Проведение образовательных программ для несовершеннолетних и их родителей (формирование жизненных навыков, включающих стратегии преодоления стресса и разрешения конфликтов).

Обучение родственников выявлению «маркеров», сигнализирующих о возможном суицидальном риске:

1. Уход в себя.
2. Капризность, привередливость.
3. Депрессия.
4. Агрессивность.
5. Саморазрушающее и рискованное поведение.
6. Потеря самоуважения.
7. Изменение аппетита.
8. Изменение режима сна.
9. Изменение успеваемости.
10. Изменение внешнего вида.
11. Раздача подарков окружающим.
12. Приведение дел в порядок.
13. Наличие психологической травмы.
14. Значительные перемены в поведении.
15. Угрозы суицида (прямые или косвенные).
16. Активная предварительная подготовка

Методы профилактики суицидального поведения:

5. Информирование населения о существующей системе психологической помощи и доступность этой помощи.

6. Повышение осведомленности о различных вариантах девиантного поведения у специалистов различного профиля, работающих с населением (психологи, педагоги, врачи, полицейские).

Освещение суицидов в СМИ.

Не рекомендуется:

- первые полосы,
- крупный шрифт,
- указание на суицид в заголовке,
- фотографии с места трагедии,
- детальное описание метода суицида,
- регулярность освещения суицидов,
- их романтизация и представление как «неожиданного акта совершенно здорового человека»,
- придание событию сенсационного оттенка,
- подробное описание суицидов здоровых лиц.

Самое главное – избегать формирования образа мученика и создания ореола таинственности.

Важно: осветить роль психосоциальных обстоятельств в принятии решения о смерти, отметить возможную роль психических заболеваний, таких как депрессия, зависимость от психоактивных веществ, и подчеркнуть факт, что их вполне можно излечить.

Следует обеспечить информацией о доступных источниках помощи.

Мост Жизни в Сеуле спасает от самоубийства

**ПЫТАЯСЬ СОКРАТИТЬ ОГРОМНОЕ
КОЛИЧЕСТВО САМОУБИЙСТВ НА МОСТУ МАПО
В ЮЖНОЙ КОРЕЕ, ОН БЫЛ НЕОФИЦИАЛЬНО
ПЕРЕИМЕНОВАН В «МОСТ ЖИЗНИ».
МОСТ БЫЛ УКРАШЕН ЖИЗНЕРАДОСТНЫМИ
ЛОЗУНГАМИ И КРАСИВЫМИ СКУЛЬПТУРАМИ.
НА СЛЕДУЮЩИЙ ГОД КОЛИЧЕСТВО
САМОУБИЙСТВ УВЕЛИЧИЛОСЬ В ШЕСТЬ РАЗ.**



Власти города решили изменить мост, чтобы спасти самоубийц. Но вместо того, чтобы установить высокие перила или ограждения, они превратили Мост Смерти в Мост Жизни, помогая людям измениться.



Сообщения на мосту предназначены для того, чтобы люди вспомнили, что они кому-то нужны, что они еще могут быть счастливыми: «Я люблю тебя», «Давай держаться вместе», «Ты выглядишь взволнованным. Ты в порядке?», «Завтра снова взойдет солнце», «Для твоих детей», «Ты ел что-нибудь?», «Лучшее будет впереди», «Ты не хотел бы, чтобы тебя помнили, как папу?», «Так много вещей еще может случиться». Также на мосту появились изображения улыбающихся лиц и фотографии, которые символизируют семью и счастье.



Все сообщения и фотографии были тщательно отобраны командой психологов, специализирующихся на предотвращении суицида. Правительство Сеула сообщило, что практика уже начала приносить плоды: количество самоубийств на мосту упало на 77% после того, как на нем появились эти надписи. Мост стал популярной туристической достопримечательностью. Теперь власти намерены повторить это с остальными мостами через реку.

Психологическая помощь лицам с суицидальным поведением

Общие принципы кризисной психологической помощи:

1. Позиция консультанта должна быть более активной.
2. Стремиться уменьшить душевную боль, страдания, а не уговаривать отказаться от суицида или спорить о смысле жизни.
3. Необходимо оставаться в рамках актуальной ситуации.
4. Обеспечить наблюдение и контроль за пациентом.
5. Разделение ответственности (родственники, клиент, другие специалисты).
6. Внимательное оформление документации.
7. Длительность психологической помощи.

Трунов Д. Г. Психологическое консультирование кризисных состояний // В кн.: Трунов Д. Г. Индивидуальное психологическое консультирование. — М.: Этерна, 2013. — 384 с.

Д. Трунов, Н. Бячкова. Психологическое консультирование кризисных состояний. Методические рекомендации. — Пермь: ОЦППН, 2004. — 36 с.

