

Профилактика суицидального поведения обучающихся

«МБОУ С(К)ОШ № 60 г. Челябинска»

Материал для педагогического совета

По материалам Службы сопровождения
МБОУ «С(К)ОШ № 60 г. Челябинска»

Исп.:Сергеева А.А.



Самоубийство – мольба
о помощи, которую
никто не услышал.

Равиль Алеев

Статистика

**ЕЖЕГОДНО ПОГИБАЕТ
2800 детей и подростков**

- **Суицид (самоубийство)** – это намеренное лишение себя жизни.
- **Суицидальная попытка** – это целенаправленное оперирование средствами лишения себя жизни, не закончившееся смертью.
- **Суицидальное поведение** – волевые действия личности, конечной целью которых является покушение на самоубийство или сам акт самоубийства. Является следствием социально – психологической дезадаптации личности в условиях микросоциального климата.
- **Суицидальные замыслы** – это активная форма проявления суицидальности, т.е. тенденция к самоубийству, глубина которой нарастает параллельно степени разработки плана её реализации.
- **Суицидальный риск** – склонность человека к совершению действий, направленных на собственное уничтожение.
- **Суицидент** – человек, совершивший самоубийство или покушение на самоубийство.

Статистика:

- По статистике, ежегодно более **миллиона** землян сами ставят точку в своей жизни.
- Один из двух возрастных **«пиков» самоубийств** — **«пик» молодости** — приходится на возраст **от 15 до 25 лет.**
 - Среди **девочек** почти в **2,5** раза больше потенциальных самоубийц, чем среди мальчиков.
- Влечению к смерти в острой форме подвержены **4,5% подростков** в возрасте **от 15 до 19 лет.**
- Хорошие взаимоотношения детей с родителями уменьшают риск суицида до **1%**, постоянные **ссоры** ведут к увеличению этого риска до **18%**.
- Соотношение попыток самоубийства и смертей у подростков составляет **50:1.**

Какие мотивы ведут подростка к суициду?

Анализ результатов опроса **подростков- суицидентов** позволил установить:

40% из них хотели «дать человеку понять, в каком я отчаянии»;

30% - «заставить раскаяться человека, который плохо со мной обращался»;

25% - своим поступком решили показать «как я люблю другого» и выяснить «действительно ли любит меня другой»;

25% - надеялись «повлиять на другого, чтобы он изменил свое решение»;

18% - расценивали свою попытку как «призыв, чтобы пришла помощь от другого».

Причины суицидальных реакций у подростков

- Потеря любимого человека
- Переутомление
- Уязвленное чувство собственного достоинства
- Разрушение защит под действием алкоголя и т.п.
- Отождествление себя с человеком, совершившим суицид
- Различные формы страха , гнева, печали по различным поводам

Личко А.Е., 1974

Ко всем намекам на суицид следует относиться с полной серьезностью.

*Обратите особое внимание на Вашего ученика, если заметите в его внешности, поведении, разговорах следующие **особенности**:*

- потеря аппетита или импульсивное обжорство, бессонница или повышенная сонливость в течение, по крайней мере, последних дней;
- частые жалобы на соматические недомогания (на боли в животе, головные боли, постоянную усталость, частую сонливость);
- необычно пренебрежительное отношение к своему внешнему виду;
- постоянное чувство одиночества, бесполезности, вины или грусти;
- ощущение скуки при проведении времени в привычном окружении или выполнении работы, которая раньше приносила удовольствие;
- уход от контактов, изоляция от друзей и семьи, превращение в человека-одиночку;
- нарушение внимания со снижением качества выполняемой работы;
- погруженность в размышления о смерти;
- отсутствие планов на будущее;
- внезапные приступы гнева, зачастую возникающие из-за мелочей.

*Всё вышеперечисленное является **признаками эмоциональных нарушений**, способных привести подростка к самоубийству.*

Факторы суицидального риска

врожденные

Наследственные психические, нервно-психические заболевания

Тяжелые эндогенные заболевания

Случаи самоубийств у близких родственников

индивидуально-психологические

Высокая тревожность, агрессивность, эмоциональная нестабильность, замкнутость, депрессия, неадекватная самооценка; недовольство внешностью, способностями; Тяжелое переживание возрастных Кризисов; Акцентуированное поведение; Трудности адаптации к социуму, коллективу; Отсутствие цели в жизни

приобретенные

В семье

Деструктивное воспитание

Наркомания, Алкоголизм правонарушения,

Неполные семьи,

Смерть родного человека

Отсутствие теплоты и взаимопонимания в семье

В школе

Неуспехи в учебе,

Конфликты с педагогами, кл. рук., администрацией, одноклассниками

Страх несоответствия ожиданиям окружающих

Ошибки в воспитательной, учебной деятельности

В сфере общения

Неразделенная любовь

Нарушения социальной адаптации

Неразвитые навыки общения

Попадание под чужое влияние

Насмешки, грубое слово

В сфере досуга

Литературные, музыкальные, философские увлечения

Религиозные, идеологические секты

СМИ, подражание кумирам

Однообразие, скучная жизнь, отсутствие интересов и увлечений

Интерес к смерти

Выделено семь особенностей, характеризующих самоубийство:

1. Невыносимая психологическая боль.
2. Неудовлетворенность психологических потребностей. Прежде всего, это — потребность в безопасности, потребность в возможности достичь чего-то, овладеть чем-то, потребность в дружбе, в принадлежности к чему-либо, к какой-либо группе.
3. Поиск решения проблемы.
4. Желание отключить сознание. Часто суицидальный подросток просто хочет отключить сознание, чтобы перестать ощущать болезненность своего существования.
5. Противоречивость. Суицидальный человек противоречив в принятии своего решения о жизни и смерти.
6. Модель избегания. Часто подросток усвоил некую модель поведения: не обращаться к проблеме лицом к лицу. Вместо встречи с проблемой он убегает от нее.
7. Неприятие неудач. Еще одна группа риска в отношении самоубийств - это одаренные дети, которые часто считают, что они должны все делать только отлично.

ЧЕМ МОЖНО ПОМОЧЬ ТАКОМУ РЕБЕНКУ?

- 1. Подбирайте ключи к разгадке суицида.**
- 2. Нужно понять, что не каждый потенциальный самоубийца — психически больной.**
- 3. Установите заботливые, доброжелательные взаимоотношения.**
- 4. Будьте внимательным слушателем.**
- 5. Не давите на чувство долга**
- 6. Не предлагайте неоправданных утешений.**
- 7. Предложите выходы из проблемной ситуации.**
- 8. Вселяйте надежду**
- 9. Оцените степень риска самоубийства.**
- 10. Обратитесь за помощью к специалистам.**

Алгоритм действия при выявлении случая суицидального поведения у детей и подростков

МБОУ «С(К)ОШ № 60 г. Челябинска»

- Первичное обращение к школьному психологу с целью снятия острого кризисного состояния (беседа, проективные методики): основная функция - диспетчерская



- уведомление администрации образовательной организации и классного руководителя



- уведомление родителей и вызов их в школу



- совещание школьного ПМП консилиума совместно с родителями с целью определения и дальнейшей реализации работы с ребенком

Кризисные центры

психоневрологический
диспансер (Кузнецова,2а)

центр диагностики
и консультирования
(Худякова,20)

План профилактики суицидального поведения на 2020-2021 учебный год МБОУ «С(К)ОШ № 60 г. Челябинска»

- Выявление детей и семей «группы риска». (Методы: наблюдение; анализ социальных паспортов классов и материалов рейдовой деятельности; индивидуальные беседы; анкетирование; представление информации на школьный ПМПК; составление списков; разработка индивидуального маршрута; отслеживание результативности работы)
- Сопровождение межведомственных акций школьной службой сопровождения (СПМПС)
- Оформление информационного стенда для учителей, родителей и обучающихся, (пропагандирующего ценность человеческой жизни, ЗОЖ, информирование обучающихся и их родителей о работе телефона «Доверия», служб, способных оказать помощь в сложной ситуации.)
- Психологическое обследование личностно-эмоциональной сферы обучающихся с включением дополнительных параметров, направленных на предупреждение суицидального поведения.
- Реализация программы службы психологического сопровождения Ленинского района г. Челябинска «Искусство жить», составители: Зисман Е.Я., Авдюшева Н.В., Жукова О.Г. (Цель: психопрофилактика суицидального поведения у подростков с помощью антистрессовых программ (адаптация программы к условиям МБОУ «С(К)ОШ №60 г. Челябинска»).
- Реализация программы службы психологического сопровождения Ленинского района г. Челябинска «Профилактика насилия и жестокого обращения с детьми», составители: Першина Л.П., Коваленко Е.В., Королева Т.А. Следование цели программы: создание условий для мобилизации потенциальных возможностей личности в соответствии с ее реальными притязаниями, для соблюдения прав детей в семье и образовательных учреждениях (адаптация программы к условиям МБОУ «С(К)ОШ №60 г. Челябинска»).

- Профилактические мероприятия, формирующие такие понятия, как «ценность человеческой жизни», «цели и смысл жизни» («На что потратить жизнь?», «Паутинка взаимоотношений», «Повышение групповой сплоченности в детском коллективе», «Мы умеем общаться», «Путешествие в страну здоровья» и т.д.)
- Деятельность «Школы Эффективного родителя», в т.ч. психологический тренинг с родителями и их детьми: «Эффективное взаимодействие родителей с детьми».
- Выступление специалистов службы сопровождения (психолог, социальный педагог и пр.) на родительских собраниях по темам: «Детство без жестокости и насилия» и т.д.
- Сопровождение СПМПС итоговой аттестации, реализация методических рекомендаций для выпускников, их родителей и педагогов.
- Участие в совещаниях, педагогических советах для педагогов по вопросу профилактики суицида среди детей и подростков, повышение уровня психологической компетентности педагогов (психофизиологические особенности обучающихся с ОВЗ).
- Консультативная помощь социального педагога и психолога педагогам, семьям и подросткам в целях предупреждения у школьников нервно-психических расстройств.
- Групповые консультации по результатам диагностики.

Мифы и Факты о суициде

- Миф: Все приводящие к самоубийству действия являются импульсивными.
- Факт: Большинство людей обдумывают свои планы, сообщая о них окружающим.

- Миф: Самоубийство невозможно предотвратить.
- Факт: Знания о том, куда следует обратиться за помощью, могут предотвратить много самоубийств.

- Миф: Самоубийцы редко обращаются за помощью.
- Факт: В течение последнего полугодия жизни 50% совершивших самоубийства людей обращались к врачам.

- Миф: Самоубийства и суицидальные попытки – явления одного порядка.
- Факт: Суицидальная попытка представляет собой крик о помощи в невыносимой ситуации, а не по каким-то причинам неудавшееся самоубийство.

- Миф: Помочь самоубийцам могут только профессионалы.
- Факт: Профилактика самоубийства является делом каждого человека.

- Миф: Злоупотребление алкоголем и наркотиками не имеет отношение к самоубийству.
- Факт: Зависимость от алкоголя и наркотиков является фактором риска суицидального поведения.

- Миф: Суицид характерен для людей, относящихся к группе риска.
- Факт: Принадлежность к группе риска не означает фатальной неизбежности самоубийства.

- Миф: Если не оставлена предсмертная записка, то случившееся нельзя считать самоубийством.
- Факт: Только четвертая часть из всех лиц, совершивших самоубийство, оставляют предсмертные записки.



...В конце концов
главное в жизни
- это сама жизнь...

Теодор Драйзер