

Семинар для педагогов дополнительного образования по профилактике суицидального поведения несовершеннолетних

На базе структурного подразделения «Клуб «Юность» 29 ноября 2019 года состоялся семинар для педагогов центра «Контакт».

Цель: повышение профессиональной компетентности педагогов в области профилактики суицидов среди детей и подростков.

Что нужно знать о суициде?

Прежде чем оказать помощь человеку, который собирается совершить суицид, важно располагать основной информацией о суициде и о суицидентах. Кто совершает самоубийства? Почему? Каким образом?



В последнее время участились случаи суицида среди детей и подростков. **По официальным данным количество самоубийств с 2019 года в России составляет около 2000 человек, из которых более трети — дети и подростки. Это является очень большим числом для современного мира, а для нашей страны поистине огромным.**

Суицид – умышленное самоповреждение со смертельным исходом, (лишение себя жизни). Психологический смысл суицида чаще всего заключается в отреагировании аффекта, снятии эмоционального напряжения, ухода от той ситуации, в которой волей неволей оказывается человек. Люди, совершающие суицид, обычно страдают от сильной душевной боли и находятся в состоянии стресса, а также чувствуют невозможность справиться со своими проблемами.

Суицидальное поведение – это проявление суицидальной активности – мысли, намерения, высказывания, угрозы, попытки, покушения. Суицидальное поведение встречается как в норме (без психопатологии), так и при психопатиях и при акцентуациях характера – в последнем случае оно является одной из форм девиантного поведения при острых аффективных или патохарактерологических реакциях.

Суицидент – человек, совершивший попытку суицида, либо демонстрирующий суицидальные наклонности.¹

¹ [Источник](#)

ПОДРОСТКОВЫЙ ВОЗРАСТ - ЭТО ПЕРИОД РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ ОТ 10-11 ДО 14-15 ЛЕТ.

ПОДРОСТКИ В ЭТОМ ВОЗРАСТЕ ЗАЧАСТУЮ ИСПЫТЫВАЮТ КРИЗИС, КОТОРЫЙ ЯВЛЯЕТСЯ САМЫМ ДЛИТЕЛЬНЫМ ПО СРАВНЕНИЮ СО ВСЕМИ ВОЗРАСТНЫМИ КРИЗИСАМИ.

Особенности кризиса подросткового возраста

Подростковый возраст - это период развития детей от 10-11 до 14-15 лет. Подростки в этом возрасте зачастую испытывают кризис, который является самым длительным по сравнению со всеми возрастными кризисами.

Подростковый возраст – трудный период полового созревания и психологического взросления ребенка. В самосознании происходят значительные изменения: появляется чувство взрослости, ощущение себя взрослым человеком. Возникает страстное желание если не быть, то хотя бы казаться и считаться взрослым. Отстаивать свои новые права, подросток ограждает многие сферы своей жизни от контроля родителей и часто идет на конфликты с ними. Так же подростку присуще стремление в общении со сверстниками. Ведущей деятельностью в этот период становится интимно – личностное общение. Появляются подростковая дружба и объединение в неформальные группы. Возникают яркие, но обычно сменяющие друг друга увлечения.

Подростковый возраст – период бурного и неравномерного роста и развития организма, когда происходит интенсивный рост тела, совершенствуется мускульный аппарат, идет процесс окостенения скелета. Изменения в физиологии часто приводят к повышению их возбудимости, что может выражаться в раздражительности, быстрой утомляемости, головокружениях и сердцебиении.

Центральным фактором физического развития в подростковом возрасте является половое созревание, которое оказывает существенное влияние на работу внутренних органов. Появляются половое влечение и связанные с ним новые переживания, влечения и мысли.

Характерологическая особенность 10-15-летнего ребенка проявляется в обостренном стремлении утвердить себя в обществе, добиться от взрослых признания своих прав и возможностей. На первой стадии для детей специфично стремление получить признание факта их взросления.²

² [Источник](#)

Причинами различных видов суицидального поведения, по мнению подростков, могут быть:

- 1) проблемы в семье - 73,8%;
- 2) несчастная любовь - 52,4%;
- 3) употребление алкоголя, наркотиков - 48,2%;
- 4) безысходность положения - 35,3%;
- 5) проблемы в школе - 28,1%;
- 6) стремление дать понять окружающим, что человеку плохо - 12%;
- 7) стремление повлиять на другого человека, чтобы добиться от него желаемого - 9,1%;
- 8) желание заставить человека раскаяться в плохом отношении к другому - 8,7%.

Изучение причин и условий, при которых дети и подростки заканчивали жизнь самоубийством, позволило выявить ряд факторов, сопутствующих этому чрезвычайному происшествию.

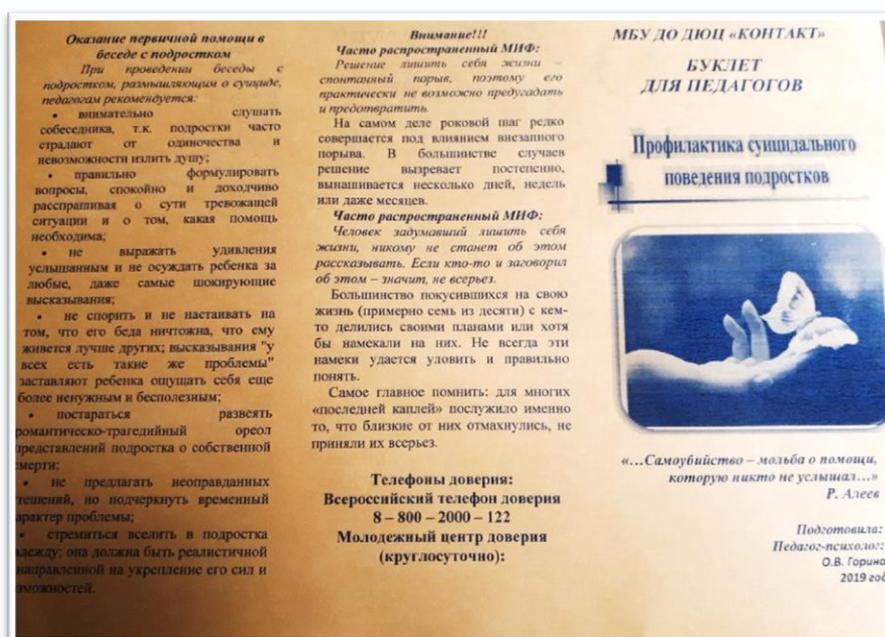
К ним относятся:

1. Условия семейного воспитания:
 - отсутствие отца в раннем детстве;
 - матриархальный стиль отношений в семье;
 - воспитание в семье, где есть люди, страдающие алкоголизмом или психическими заболеваниями;
 - отверженность в детстве;
 - воспитание в семье, где были случаи самоубийства и т.д.
2. Стиль жизни и деятельности:
 - особенная выраженность определенных черт характера;
 - употребление алкоголя и наркотиков;
 - наличие суицидальных попыток ранее;
 - совершение уголовно наказуемого поступка.
3. Взаимоотношения с окружающими людьми:
 - изоляция из социума;
 - расставание с девушкой/парнем;
 - затрудненная адаптация к деятельности и др.
4. Недостатки физического развития (заикание, картавость и др.)
5. Хронические заболевания

Знание и учет перечисленных факторов риска крайне необходимы, так как они позволяют выявить лиц с повышенным риском суицида. Наиболее точным, но и наиболее трудным методом изучения личности является наблюдение.

Поведенческие признаки:

1. Раздавать другим вещи, имеющие большую личную значимость, окончательно приводить дела, мириться с давними врагами.
2. Демонстрировать радикальные перемены в поведении такие, как:
 - в еде – есть слишком мало или слишком много;
 - во сне – спать слишком мало или слишком много;
 - во внешнем виде – стать неряшливым;
 - в школьных привычках – пропускать занятия;
 - замкнуться от семьи и друзей и т.д.
3. Проявлять признаки беспомощности, безнадежности и отчаяния.



Для педагогов, была дана вся необходимая информация по распознаванию фактов суицидального риска и алгоритма действий при их выявлении, разработаны и напечатаны буклеты, даны непосредственные рекомендации по работе с детьми, подвергающиеся склонности к суицидальному поведению.

Рассмотрели и разобрались с типичными заблуждениями, которые затрудняют, осложняют профилактику суицидальных рисков обучающихся.

1. **Заблуждение.** Самоубийства совершаются в основном психически ненормальными людьми.

👉 Факт. Совершающие самоубийство люди не страдают никакими психическими заболеваниями.

2. **Заблуждение.** Самоубийства предупредить невозможно. Тот, кто решил покончить с собой, рано или поздно это сделает.

- ✎ Факт. Большинство людей подают предупреждающие сигналы о своих реакциях или чувствах из-за событий, подталкивающих к самоубийству.
3. **Заблуждение.** Если человек открыто заявляет о желании покончить с собой, то он никогда не совершит самоубийство.
- ✎ Факт. Люди, сводящие счёты с жизнью, обычно перед этим прямо или косвенно дают знать кому-нибудь о своих намерениях.
4. **Заблуждение.** Самоубийство представляет собой чрезвычайно сложное явление, помочь самоубийцам могут профессионалы.
- ✎ Факт. Понимание и реагирование на суицидальное поведение у конкретного человека не требует глубоких познаний в области психологии или медицины.
5. **Заблуждение.** Если у человека имеется склонность к самоубийству, то она остается у него навсегда
- ✎ Факт. Большинство суицидальных кризисов является преходящими и устраняются при соответствующей помощи.
6. **Заблуждение.** Говоря о самоубийстве с подростком, можно подать ему идею о совершении этого действия. Безопаснее полностью избегать этой темы.
- ✎ Факт. Беседа о самоубийстве не порождает и не увеличивает риска его совершения. Лучший способ выяснения суицидальных намерений – прямой вопрос о них.
7. **Заблуждение.** Суицидальные попытки, не приводящие к смерти, являются лишь формой поведения, направленной на привлечение внимания. Подобное поведение достойно игнорирования или наказания.
- ✎ Факт. Суицидальные формы поведения или «демонстративные» действия некоторых людей представляют собой призыв о помощи, посылаемый другим людям.
8. **Заблуждение.** Самоубийца определенно желает умереть и будет неоднократно предпринимать попытки, пока не совершит самоубийство. Оказывать помощь таким людям бесполезно.
- ✎ Факт. Немногие люди сохраняют уверенность в своих желаниях или однозначно решении покончить с жизнью. Большинство людей являются открытыми для помощи других, даже если она навязывается им помимо воли.

В заключение нашего семинара, подведены некие итоги:

Подготовлена презентация, доклад-лекция, в конце семинара было обсуждение по данной теме, педагоги могли высказаться и рассказать, встречались ли они в своей практике подобные случаи, как они поступили в той ситуации.

Оговорены оказания первичной помощи в беседе с подростком, какие фразы можно говорить, а какие совсем не стоит произносить и сравнивать его и говорить, что его проблемы это пустяки, например в сравнении с кем то и т.д.

Разобрались с понятием определения «Суицид», что понимается под психологическим смыслом данного слова. Рассмотрели виды суицидального поведения и их отличия друг от друга. Причины и условия по которым при которых подростки заканчивали жизнь самоубийством. Просмотрели статистику в России и по Нижегородской области, возраст который попадает на пик, поведенческие признаки, вербальные признаки (словесные высказывания на тему: «ненавижу жизнь»; «они пожалеют о том, что они мне сделали»; «я покончу с собой и т.д.»).

Разработаны рекомендации для педагогов, информация для педагогов и родителей на стенды образовательного учреждения.

Выписаны телефоны доверия:

Всероссийский телефон доверия: 8-800-2000-122



Подготовила: педагог-психолог О.В. Горина