

# Подростковый суицид: проблема, причины, профилактика

педагог-психолог  
И.А. Сухоручкина

Кирсановский район, 2023

# ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ

**Суицид** - акт самоубийства, совершаемый человеком в состоянии сильного душевного расстройства, либо под влиянием психического заболевания; осознанный акт устранения из жизни под воздействием острых психотравмирующих ситуаций, при которых собственная жизнь как высшая ценность теряет смысл (Л. Балабанова)

**Суицидальное поведение** - проявление суицидальной активности:

- мысли
- намерения
- высказывания
- угрозы
- попытки,
- покушения.



# СТАТИСТИКА



Россия занимает **третье место** по числу самоубийств среди подростков

# ПРИЧИНЫ ПОДРОСТКОВЫХ СУИЦИДОВ

Одиночество, отсутствие общения со сверстниками или травля и насмешки с их стороны

Трудности в обучении, низкая самооценка, плохая успеваемость и регулярные на этом фоне проблемы

- Несчастливая любовь, проблемы с противоположным полом

Негативная оценка своего тела и факторов собственной привлекательности.

Слишком жесткое воспитание в виде строгого контроля и запретов; высокие ожидания, повышенные притязания к успехам ребенка, критика и наказание со стороны родителей

# ПРИЧИНЫ ПОДРОСТКОВЫХ СУИЦИДОВ



Проблемы и конфликты в семье (развод родителей), смерть близких

Социальные сообщества, «группы смерти»

Саморазрушающее поведение (наркомания, алкоголизм)

Психические расстройства; тяжелые соматические заболевания

Страх перед будущим; потеря смысла жизни

Несформированное понимание смерти

## Признаки, свидетельствующие о суицидальной угрозе

Поведенческие	Словесные	Ситуационные
<ul style="list-style-type: none"> <li>Любые внезапные изменения в поведении и настроении, особенно, отдаляющие от близких людей</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Уверения в беспомощности и зависимости от других</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Амбивалентность (двойственность) переживаний ("люблю-ненавижу")</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Склонность к опрометчивым и безрассудным поступкам</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Прощание</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Беспомощность, безнадежность</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Чрезмерное употребление алкоголя или таблеток</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Разговоры или шутки о желании умереть</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Переживание горя</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Посещение врача без очевидной необходимости</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Сообщение о конкретном плане суицида</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Признаки депрессии</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Расставание с дорогими вещами или деньгами</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Двойственная оценка значимых событий</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Вина или ощущение неудачи, поражения</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Приобретение средств совершения суицида</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Медленная, маловыразительная речь</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Чрезмерные опасения или страхи</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Подведение итогов, приведение дел в порядок, приготовления к уходу</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Высказывания самообвинения</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Чувство собственной малозначимости</li> </ul>

**СУИЦИДАЛЬНАЯ  
ПРОФИЛАКТИКА В  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ  
ОРГАНИЗАЦИИ**

```
graph LR; A[СУИЦИДАЛЬНАЯ ПРОФИЛАКТИКА В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ] --- B[Общая профилактика]; A --- C[Первичная профилактика]; A --- D[Вторичная профилактика]; A --- E[Третичная профилактика];
```

**Общая профилактика**

**Первичная профилактика**

**Вторичная профилактика**

**Третичная профилактика**

# ОБЩАЯ ПРОФИЛАКТИКА СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ

## Цель

**Повышение групповой сплоченности в образовательной организации; оптимизация психологического климата**

## Мероприятия

- Реализация программы «Здоровье»;
- Организация внеклассной воспитательной работы (дни здоровья, акции, конкурсы, классные часы, профилактические беседы и т.д.), ,
- Разработка эффективной модели взаимодействия школы и семьи



## **МЕРОПРИЯТИЯ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА НА ДАННОМ ЭТАПЕ**

**Изучение психолого-педагогических особенностей каждого ребенка и статуса его в классном коллективе**

**Проведение тренингов на формирование позитивного Я-образа, уникальности и неповторимости собственной личности и личности других людей**

**Проведение групповых занятий по адаптации (1,5, 10 классы)**

**Диагностика психологического климата в педагогическом коллективе**

**Проведение групповых занятий по профилактике эмоционального выгорания педагогов; семинаров и круглых столов**

**Проведение профилактических мероприятий с родителями**

# ПЕРВИЧНАЯ ПРОФИЛАКТИКА СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ

## Цель

Выявление учащихся группы суицидального риска; сопровождение подростков группы риска и их семей

## Мероприятия

- Диагностика суицидального поведения и составление банка данных подростков группы риска;
- Оказание поддержки детям и подросткам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации;
- Повышение компетенции педагогов и родителей в области распознавания маркеров суицидального поведения



## **МЕРОПРИЯТИЯ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА НА ДАННОМ ЭТАПЕ**

**Скрининг факторов риска развития суицидального поведения ( октябрь-ноябрь)**  
**Скрининг эмоционального состояния и склонности к депрессии учащихся 9,11 классов (февраль)**

**Индивидуальные и групповые занятия, способствующие формированию умения регулировать своё поведение; поиску и принятию социальной поддержки, повышению самооценки и т.д.**

**Работа с семьей детей, попавших в трудную жизненную ситуацию или находящихся в кризисном состоянии**

**Консультативная (индивидуальная и групповая) и просветительная работа с педагогами (семинары, собрания и т.д.)**

**Консультативная (индивидуальная и групповая) и просветительная работа с родителями (семинары, собрания и т.д.)**

# ВТОРИЧНАЯ ПРОФИЛАКТИКА СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ

Цель

Предотвращение суицида

Мероприятия

- Индивидуальные консультации и занятия с подростками;
- Оценка риска суицида;
- Оповещение родителей, запрос помощи



## ТРЕТИЧНАЯ ПРОФИЛАКТИКА СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ

### Цель

Снижение последствий и уменьшение вероятности дальнейших случаев суицида, социальная и психологическая реабилитация суицидентов

### Мероприятия

- Направление суицидента к врачу психотерапевту с целью глубинной психотерапевтической коррекции, обеспечивающей профилактику образования конфликтно-стрессовых переживаний в дальнейшем;
- Снятие стрессового состояния у очевидцев происшествия (дети, педагоги);
- Организация групповой работы в классе и включение в нее подростка с целью восстановления навыков адаптации;
- Мониторинг психологического состояния подростка.

**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!**

