

Территориальная комиссия по делам несовершеннолетних и защите их прав при администрации города Югорска

ПОЧЕМУ МЫ ИХ ТЕРЯЕМ?



Югорск

Суицид является одним из наиболее трагических видов общественного поведения, связанного с потерей смысла жизни. Особенно трагичен суицид детей и подростков.

По данным статистики, наибольшее количество суицидов совершается осенью (в октябре) и весной (в апреле, мае). По возрасту пик суицидов приходится на 15 – 16 лет и практически не встречается у детей до 8 лет. По половой принадлежности больше склонны к суицидам мальчики. 92% детей и подростков, совершивших суицид, не попадали в поле зрения психиатра.

Изучение проблемы суицида среди молодежи показывает, что в целом ряде случаев подростки решались на самоубийство в целях обратить внимание родителей, педагогов на свои проблемы и протестовали таким образом против бездушия, безразличия и жестокости взрослых. Психология самоубийства - это, прежде всего, психология безнадежности, обиды на жизнь, на других людей, на весь мир, утрата смысла жизни.

Суицидальное поведение у детей и подростков, имея сходство с действиями взрослых, отличается естественным возрастным своеобразием. Детям характерна повышенная впечатлительность и внушаемость, способность ярко чувствовать и переживать, склонность к колебаниям настроения, слабость критических способностей, эгоцентрическая устремленность, импульсивность в принятии решения.

ОСОБЕННОСТИ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ ДЕТЕЙ В РАЗНЫЕ ПЕРИОДЫ ЖИЗНИ.

Во-первых, это - недостаточно адекватная оценка последствий аутоагрессивных действий. Понятие "смерть" в детском возрасте обычно воспринимается весьма абстрактно, как что-то временное, похожее на сон, не всегда связанное с собственной личностью. Само понятие смерти возникает у детей уже между 2 - 3 годами, и для большинства она не является пугающим событием.

В дошкольном возрасте дети не считают ее концом жизни, а воспринимают как временное явление, подобно сну или отъезду. Вместе с тем, смерть близких, домашнего животного или сверстника из-за особенностей мышления и

ограниченности опыта осознается ребенком как результат его желаний, что нередко приводит к сильному чувству вины. Возникающие печаль и грусть очевидны и достигают большой интенсивности, но продолжают недолго.

В младшем школьном возрасте дети считают смерть маловероятной, не осознают ее возможности для себя, не считают необратимой. Ближе к подростковому возрасту объективные факты смерти становятся более важными, чем фантазии, формируется понимание различия между живым и неживым, живущим и умершим.

Для подростков смерть становится более очевидным явлением. Но они фактически отрицают ее для себя, гоня на мотоциклах, экспериментируя с опасными веществами или будучи вовлеченными в другую привлекательную, но рискованную активность. В дальнейшем подросток принимает мысль о своей смерти, но, преодолевая возникшую тревогу, отрицает реальность этой возможности. Дети, а нередко и многие подростки, совершая суицид, прямо не предусматривают смертельного исхода. В отличие от взрослых у них отсутствуют четкие границы между истинной суицидальной попыткой и демонстративно - шантажирующим аутоагрессивным поступком. Это заставляет в практических целях все виды аутоагрессии у детей и подростков рассматривать как **разновидности суицидального поведения.**

Они следующие:

1. Несерьезность, мимолетность и незначительность (с точки зрения взрослых) мотивов, которыми дети объясняют попытки самоубийства. Этим обусловлены трудности своевременного распознавания суицидальных тенденций и существенная частота неожиданных для окружающих

2. Наличие взаимосвязи попыток самоубийств детей и подростков с отклоняющимся поведением: побегам из дома, прогулами школы, ранним курением, мелкими правонарушениями, конфликтами с родителями, алкоголизацией, наркотизацией, сексуальными эксцессами и т.д.

3. В детском и подростковом возрасте возникновению суицидального поведения

способствуют депрессивные состояния, которые проявляются иначе, чем у взрослых, и существенно разнятся между собой. Если подросток задумал серьезно совершить самоубийство, то обычно об этом нетрудно догадаться по ряду характерных признаков, которые можно разделить на 3 группы: словесные, поведенческие и ситуационные.

СЛОВЕСНЫЕ ПРИЗНАКИ

Подросток, готовящийся совершить самоубийство, часто говорит о своём душевном состоянии: - прямо говорит о смерти: «Я собираюсь покончить с собой», «Я не могу так дальше жить»;- косвенно намекает о своём намерении: «Я больше не буду ни для кого проблемой», «Тебе больше не придётся обо мне волноваться»;- много шутит на тему самоубийства;- проявляет нездоровую заинтересованность вопросами смерти.

ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ ПРИЗНАКИ

Подросток может:

- ▶ раздавать другим вещи, имеющие большую личную значимость,
- ▶ окончательно приводить в порядок дела, мириться с давними врагами;
- ▶ 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, не выполнять домашние задания, избегать общения с одноклассниками, проявлять раздражительность, угрюмость, находиться в подавленном настроении;
 - ▶ замкнуться от семьи и друзей;
 - ▶ быть чрезмерно деятельным или наоборот безразличным к окружающему миру; ощущать попеременно то внезапную эйфорию, то приступы отчаяния;
 - ▶ проявлять признаки беспомощности, безнадёжности и отчаяния.

СИТУАЦИОННЫЕ ПРИЗНАКИ

Ребенок может решиться на самоубийство, если:

- 🔔 социально изолирован, чувствует себя отверженным;

- 🔔 живёт в нестабильном окружении (серьёзный кризис в семье; алкоголизм, личная или семейная проблема);
- 🔔 ощущает себя жертвой насилия - физического, сексуального или эмоционального;
- 🔔 предпринимал раньше попытки самоубийства;
- 🔔 имеет склонность к суициду вследствие того, что он совершился кем-то из друзей, знакомых или членов семьи;
- 🔔 перенёс тяжёлую потерю (смерть кого-то из близких, развод родителей);
- 🔔 слишком критически относится к себе.

Для подростков склонных к самоубийству характерны высокая внушаемость и стремление к подражанию. Поэтому, когда случается одно самоубийство, оно становится сигналом к действию для других, предрасположенных к этому подростков. Иногда небольшие группы ребят даже объединялись с целью создания некой субкультуры самоубийств («эпидемии самоубийств среди подростков»).

Нередки случаи, когда самоубийство детей и подростков вызывается гневом, протестом, злобой или желанием наказать себя и других. При переходе к подростковому возрасту возникает повышенная склонность к самоанализу, пессимистической оценке окружающего и своей личности. Эмоциональная нестабильность, часто ведущая к суициду, в настоящее время считается вариантом временного видоизменения характера ("патология идентичности" по Эриксону) и встречается почти у четверти здоровых подростков.

Рассмотрим основные мотивы суицидального поведения у детей и подростков. Они предельно экстремальные, тревожные, настораживающие, требующие пристального внимания со стороны:

- 🔔 **Переживание обиды, одиночества, отчужденности и непонимания.**
- 🔔 **Действительная или мнимая утрата любви родителей, неразделенное чувство и ревность.**
- 🔔 **Переживания, связанные со смертью, разводом или уходом родителей из семьи.**
- 🔔 **Чувства вины, стыда, оскорбленного самолюбия, самообвинения.**
- 🔔 **Боязнь позора, насмешек или унижения.**
- 🔔 **Страх наказания, нежелание извиниться.**

- 🔔 **Любовные неудачи, сексуальные эксцессы, беременность.**

- 🔔 **Чувство мести, злобы, протеста; угроза или вымогательство.**

Если замечена склонность подростков к самоубийству, следующие рекомендации помогут изменить ситуацию:

1. Внимательно выслушайте решившегося на самоубийство подростка. Приложите все усилия, чтобы понять проблему, скрытую за словами.
2. Оцените серьезность, намерений и чувств, глубину эмоционального кризиса ребенка.
3. Внимательно отнеситесь ко всем даже самым незначительным обидам и жалобам. Не пренебрегайте ничем из сказанного.
4. Не бойтесь прямо спросить, не думает ли он или она о самоубийстве. Опыт показывает, что такой вопрос редко приносит вред. Часто подросток бывает рад возможности открыто высказать свои проблемы. Ребенок может почувствовать облегчение после разговора о самоубийстве, но вскоре опять может вернуться к тем же мыслям. Поэтому важно не оставлять его в одиночестве даже после успешного разговора.
5. Поддерживайте его и будьте настойчивы. Человеку в состоянии душевного кризиса нужны строгие и утвердительные указания.
6. Убедите его в том, что он сделал верный шаг, приняв вашу помощь. Осознание вашей компетентности, заинтересованности в его судьбе и готовности помочь дадут ему эмоциональную опору.
7. Следует принять во внимание и другие возможные источники помощи: друзей, семью, врачей, священников, к которым можно обратиться.

Психологический смысл суицида чаще всего заключается в реагировании, снятии аффективного напряжения, ухода, выключение из тяжелой жизненной ситуации. Общей эмоцией в кризисной, ведущей к самоубийству, ситуации является эмоция безнадежности и беспомощности. Часто у подростков эта эмоция проявляется смятением и тревогой.

Все суициды делятся на три группы: истинные, скрытые и демонстративные.