



НОРМАТИВНО-ПРАВОВЫЕ И ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАБОТЫ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ КРИЗИСНЫХ СОСТОЯНИЙ, СУИЦИДАЛЬНОГО И АУТОАГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Адушкина К.В.,
кандидат психологических наук, доцент
кафедры психологии образования УрГПУ

АКТУАЛЬНОСТЬ

- Ежедневно в мире добровольно уходят из жизни около 3 тысяч человек, ежегодно – примерно 1 миллион человек, что составляет 1,5% всех смертельных случаев.
- Особую обеспокоенность вызывает тот факт, что в группе молодежи в возрасте 15-24 лет суицидальная смертность входит в «тройку» лидирующих причин смерти (сайт ЮНИСЕФ).
- Ежегодно каждый двенадцатый подросток в возрасте 15–19 лет пытается совершить попытку самоубийства. Всего в год фиксируется 19–20 случаев самоубийств на 100 тыс подростков.
- Статистикой отмечается рост числа детско-юношеского суицида, за последние годы количество детских суицидов и попыток самоубийств увеличилось на 35–37%.

ОПРЕДЕЛЕНИЕ СУИЦИДА:

20 ГОД
24 УЧИТЕЛЯ ФИЗИКИ
И ТЕХНОЛОГИИ
В УРАЛЬСКОМ ПЕДАГОГИЧЕСКОМ



УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ
ОСНОВАН В 1930 ГОДУ

В словаре «Психология» дается определение суицида (от англ. suicide – самоубийство) как «акта самоубийства, совершаемого человеком в состоянии сильного душевного расстройства либо под влиянием психического заболевания; осознанного акта устранения из жизни под воздействием острых психотравмирующих ситуаций, при которых собственная жизнь как высшая ценность теряет для данного человека СМЫСЛ».

Составители отмечают, что «причины суицида многообразны и коренятся не только в личностных деформациях субъекта и психотравмирующей обстановке, окружающей его, но и в социально-экономической и нравственной организации общества».

КЛЮЧЕВАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА СУИЦИДА:

Таким образом, *под суицидом мы понимаем намеренное лишение себя жизни, в основе которого лежит саморазрушение.*

Именно намеренность является ключевой характеристикой суицида. В связи с чем можно сделать вывод, что суицидом нельзя назвать:

- причинение себе смерти по неосторожности;
- причинение себе смерти в состоянии невменяемости;
- причинение себе смерти в случаях крайней необходимости спасения жизни других людей.

СУИЦИДАЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ:

Это любые внутренние и внешние формы психических актов, направляемые представлениями о лишении себя жизни.

Внутренние формы суицидального поведения включают суицидальные мысли, представления, переживания, а также суицидальные тенденции, которые подразделяются на замыслы и намерения.

Внешние формами являются суицидальные попытки и завершённые суициды.

Суицидальное поведение представляет собой **последовательность нескольких этапов**:

1. Возникновение антивитаальных переживаний под влиянием острых психотравмирующих жизненных ситуаций.
2. Формирование пассивных суицидальных мыслей – представлений и фантазий на тему своей смерти, но не на тему целенаправленного лишения себя жизни.
3. Возникновение суицидальных замыслов или активных суицидальных мыслей.
4. Формирование суицидальных намерений выражается в принятии решения о суицидальном поступке.
5. Совершение суицидальной попытки. При ее незавершённости может предприниматься новая попытка.

ВИДЫ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ:

В зависимости от степени осознанности совершаемых действий и их последствий выделяют:

Прямое суицидальное поведение – суицидальные мысли, суицидальные попытки, суицидальные жесты и завершённые суициды;

Непрямое суицидальное поведение – бессознательное подвержение себя риску при отсутствии желания умереть (злоупотребление алкоголем и психоактивными веществами, курение, переедание, голодание, нарушение правил дорожного движения, пренебрежение своим здоровьем, стремление подвергаться хирургическим вмешательствам, криминальное поведение).

В зависимости от цели суицидента выделяют:

- ***Истинный суицид*** – целью является лишение себя жизни;
- ***Демонстративный*** (демонстративно-шантажный) суицид – его целью является не лишение себя жизни, а демонстрация своих намерений;
- ***Аффективный суицид*** – суицидальные действия совершаются в состоянии сильного аффекта, возникшего в результате острого психотравмирующего события или при накоплении хронических психотравм;
- ***Скрытый суицид*** (косвенное самоубийство, самоповреждение, членовредительство) – не направляется представлениями о смерти; оно в большей степени направлено на риск, на «игру со смертью», чем на уход из жизни.

ОСНОВНЫЕ МОТИВЫ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ:

20 ГОД
24 УЧИТЕЛЯ ФИЗИКИ
И ТЕХНОЛОГИИ
В УРАЛЬСКОМ ПЕДАГОГИЧЕСКОМ



УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ
ОСНОВАН В 1930 ГОДУ

1. Протест
2. Призыв
3. Избегание
4. Отказ
5. Самонаказание
6. «Мизантропия»
7. Суггестия

ОБЩИЕ ЧЕРТЫ ВСЕХ СУИЦИДЕНТОВ:

1. Общей целью всех суицидов является нахождение решения.
2. Общей задачей всех суицидов является прекращение сознания.
3. Общим стимулом при суициде является невыносимая душевная боль.
4. Общим стрессором при суициде являются нереализованные, заблокированные психологические потребности.
5. Общей суицидальной эмоцией является беспомощность —безнадежность.
6. Общим внутренним отношением к суициду является двойственность переживаний (амбивалентность).
7. Общим состоянием психики является сужение эмоциональной и интеллектуальной сфер личности.
8. Общим действием при суициде является бегство.
9. Общим коммуникативным актом при суициде является сообщение о намерении.

СПЕЦИФИКА СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

20 ГОД
24 УЧИТЕЛЯ ФИЗИКИ
И ТЕХНОЛОГИИ
В УРАЛЬСКОМ ПЕДАГОГИЧЕСКОМ



УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ
ОСНОВАН В 1930 ГОДУ

- 1) чем младше человек, тем труднее определить истинность его намерений уйти из жизни;
- 2) многие дети убеждены в том, что смерть – это временное явление;
- 3) мотивы самоубийств детей и подростков до крайности непропорциональны факту травматизации, очень высок уровень импульсивности поступка;
- 4) прием алкоголя или наркотиков нарушает эмоциональную реактивность детей и подростков;
- 5) именно среди молодых пример самоубийства исключительно заразителен.

ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ

20 ГОД
24 УЧИТЕЛЯ ФИЗИКИ
И ТЕХНОЛОГИИ
В УРАЛЬСКОМ ПЕДАГОГИЧЕСКОМ



УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ
ОСНОВАН В 1930 ГОДУ

Дошкольный и младший школьный возраст.

Суицидальное поведение, по статистическим данным, в дошкольном возрасте встречается крайне редко и дошкольникам оно обычно несвойственно

Суицидальные высказывания, могут отмечаться уже в 5-6-летнем возрасте, далее в 7-10-летнем возрасте и старше, наряду с суицидальными высказываниями, дети могут совершать и суицидальные попытки.

В 10-12 лет смерть оценивается как временное явление. Появляется разграничений понятий жизни и смерти, но эмоциональное отношение к смерти абстрагируется от собственной личности.

Причины:

- несформированное понимание смерти;
- депрессивные состояния;
- дисгармония в семье;
- реакция протеста при нарушении взаимоотношений со взрослыми.

ОСОБЕННОСТИ СУИЦИДЕНТОВ В ВОЗРАСТЕ 7-12 ЛЕТ

20 ГОД
24 УЧИТЕЛЯ ФИЗИКИ
И ТЕХНОЛОГИИ
В УРАЛЬСКОМ ПЕДАГОГИЧЕСКОМ



УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ
ОСНОВАН В 1930 ГОДУ

Для суицидентов детского и препубертатного возрастов (7-12 лет) были свойственны следующие проявления:

дети становились менее подвижными, жаловались на недомогание, неприятные ощущения в теле и утомляемость, были раздражительны, капризны, плаксивы.

Отмечались нарушения сна и аппетита.

В высказываниях звучали недовольства собой и окружающими, жалобы на скуку.

На фоне ослабления прежних интересов и привязанностей появились не свойственные детям прежде увлечения погрешальной тематикой.

Покушение на самоубийство во всех случаях оказывалось совершенно неожиданным для окружающих. Поводом к нему служили, как правило, незначительные конфликты.

Детей, совершающих суицидальные действия, отличает:

повышенная впечатлительность,

внушаемость,

импульсивность,

колебание настроения,

страх, гнев,

желание наказать себя или других.

Зачастую целью суицидальных действий детей является шантаж.

Более половины детских и суицидов совершаются на фоне аффективных реакций или психических расстройств.

ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ

20 ГОД
24 УЧИТЕЛЯ ФИЗИКИ
И ТЕХНОЛОГИИ
В УРАЛЬСКОМ ПЕДАГОГИЧЕСКОМ



УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ
ОСНОВАН В 1930 ГОДУ

Подростковый и юношеский возраст.

С 14—15-летнего возраста суицидальная активность резко возрастает, достигая максимума в возрастной группе 16—19-летних.

По данным ВОЗ, количество суицидов среди лиц в возрасте 15—24 лет в последние 15 лет увеличилось в два раза и в ряду причин смертности во многих экономически развитых странах стоит на 2-3-ем месте среди неестественных причин.

Суицидальное поведение в этом возрасте имеет много общего с аналогичным поведением у взрослых, и в то же время имеет возрастное своеобразие, обусловленное спецификой возрастных физиологических и психологических процессов (несовпадение полового, общеорганического и социально-культурного созревания, приводящее к интроспекции, повышенному интересу к своим переживаниям, к неудовлетворенности окружающим миром, уходу в себя, рождению чувства своей исключительности, стремлению к самоутверждению, противопоставлению себя окружающим, конфликтам с ними).

ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ

20 ГОД
24 УЧИТЕЛЯ ФИЗИКИ
И ТЕХНОЛОГИИ
В УРАЛЬСКОМ ПЕДАГОГИЧЕСКОМ



УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ
ОСНОВАН В 1930 ГОДУ

Подростковый и юношеский возраст.

- суициду предшествуют кратковременные, объективно нетяжелые конфликты в сфере близких отношений;
- конфликт воспринимается как крайне значимый и травматичный, вызывая внутренний кризис и драматизацию событий;
- суицидальный поступок воспринимается в романтически-героическом ореоле: как смелый вызов, как решительное действие, как мужественное решение и т.п.;
- суицидальное поведение демонстративно, в нем есть признаки «игры на публику»;
- суицидальное поведение регулируется скорее порывом, аффектом, в нем нет продуманности, взвешенности, точного просчета.

Причины суицидальных попыток подростков:

- 18% – сложная романтическая ситуация;
- 15% – невротические состояния;
- 15% – проблемы самореализации в референтной группе;
- 12% – сложная семейная ситуация;
- 10% – психотические расстройства;
- 8% – дидактогении;
- 7% – боязнь ответственности за совершенные действия;
- 5% – употребление алкоголя и наркотических веществ;
- 1% – тяжелые соматические заболевания;
- 9% – невыясненные причины.

ФАКТОРЫ СУИЦИДАЛЬНОГО РИСКА:

1. Условия семейного воспитания: отсутствие отца в раннем детстве; 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: наличие суицидальных попыток ранее; совершение уголовно наказуемого поступка.
3. Взаимоотношения с окружающими людьми: изоляция от социального окружения, потеря социального статуса (исключение из школы, другого учебного заведения); разрыв высоко значимых отношений; затрудненная адаптация к деятельности и др.
4. Недостатки физического развития и особенности внешности (заикание, хромота, косоглазие и др.).
5. Длительные соматические заболевания.

Среди вторичных факторов, влияющих на суицидальный настрой подрастающего поколения, можно выделить пропаганду идей «культуры смерти» (романтизации суицидов, способов совершения самоубийства и др.) в сети Интернет.

МАРКЕРЫ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ

20 ГОД
24 УЧИТЕЛЯ ФИЗИКИ
И ТЕХНОЛОГИИ
В УРАЛЬСКОМ ПЕДАГОГИЧЕСКОМ



УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ
ОСНОВАН В 1930 ГОДУ

Выражение суицидальных мыслей.

Одержимость смертью в разговорах, рисунках или сочинениях.

Раздача собственных вещей.

Отчужденность от друзей и родственников.

Агрессивное и грубое поведение.

Другие признаки включают:

Уход из дому

Опасное для жизни поведение, например, опасные для жизни увлечения

Равнодушие к собственному внешнему виду

Смена индивидуальности (например, активный ребенок становится слишком тихим).

Симптомы депрессии, которые могут привести к самоубийству, включают:

Равнодушие к когда-то любимым занятиям.

Изменение привычного графика сна и аппетита.

Трудности при сосредоточивании и мышлении.

Жалобы на постоянное чувство скуки.

Жалобы на головные боли, боли в животе или усталость без видимых на то причин.

Выражение собственной вины; недопущение похвал в свой адрес.

ЗАЩИТНЫЕ (АНТИСУИЦИДАЛЬНЫЕ) ФАКТОРЫ:

20 ГОД
24 УЧИТЕЛЯ ФИЗИКИ
И ТЕХНОЛОГИИ
В УРАЛЬСКОМ ПЕДАГОГИЧЕСКОМ



УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ
ОСНОВАН В 1930 ГОДУ

- поддержка семьи, друзей, других важных в жизни человека людей;
- религиозные, культурные и этнические ценности;
- приносящая удовлетворение жизнь в обществе, школьном коллективе;
- социальная интеграция (через учебную деятельность, конструктивное использование досуга и т.д.);
- интенсивная эмоциональная привязанность к значимым близким;
- выраженное чувство долга, обязательность;
- концентрация внимания на состоянии собственного здоровья, боязнь причинения себе физического страдания или ущерба;
- представления о позорности, греховности суицида;
- представление о неиспользованных жизненных возможностях;
- наличие творческих планов, тенденций, замыслов;
- наличие эстетических критериев в мышлении (нежелание выглядеть некрасивым даже после смерти).

Вывод:

Общей причиной суицидального поведения обучающихся является социально-психологическая дезадаптация, нарушение взаимодействия ребенка с ближайшим окружением.

Развитие суицидального поведения обучающихся обусловлено динамичностью, незавершенностью, неустойчивостью нервно-психических функций в этом периоде.

Поведенческие маркеры суицидального поведения зачастую противоречивы, а факторы риска весьма разнообразны, поэтому прогнозирование суицидального поведения построенное на выявлении факторов его риска не всегда эффективно и в большинстве случаев суицидальная попытка ребенка становится неожиданностью для окружающих.

Данные особенности делают актуальной идею диагностики и профилактики суицидального поведения обучающихся в русле ресурсного подхода.

ОСНОВНЫЕ ИДЕИ РЕСУРСНОГО ПОДХОДА:

20 ГОД
24 УЧИТЕЛЯ ФИЗИКИ
И ТЕХНОЛОГИИ
В УРАЛЬСКОМ ПЕДАГОГИЧЕСКОМ



УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ
ОСНОВАН В 1930 ГОДУ

С позиции ресурсного подхода антисуицидальные факторы или факторы защиты являются ресурсами личности, помогающими ей преодолевать стресс и сложные жизненные ситуации, в частности, выбирать эффективные стратегии поведения и не выбирать различные варианты суицидального поведения.

В широком смысле, под понятием «ресурс» понимают все то, что может помочь личности действовать, сохраняя собственную целостность, в разных жизненных обстоятельствах. Выделяют внешние (средовые, социальные) и внутренние (личностные, психологические) ресурсы.

Наиболее значимым внешним ресурсом для подростка является его ближайшее окружение – семья, друзья, специалисты образовательных организаций – люди, которые постоянно присутствуют в жизни подростка.

В отличие от внешних ресурсов, внутренние (психологические, личностные) ресурсы принадлежат самому человеку и выступают системными характеристиками личности, обеспечивающими возможность преодолевать трудные жизненные ситуации, сохраняя достаточный уровень психологического благополучия.

Личностные ресурсы – это «эмоциональные, мотивационно-волевые, когнитивные и поведенческие конструкты», которые человек актуализирует при адаптации к стрессовым жизненным ситуациям. Считается, что личностные ресурсы являются гибкими свойствами личности, прижизненными образованиями, поддающимися коррекции и развитию.

Индивидуальная психическая устойчивость личности является «мощным барьером перед всеми формами аномального (патологического) реагирования – от невротических, стрессовых и личностных расстройств до суицидального поведения».

К личностным (внутренним) ресурсам, поддерживающим психологическую устойчивость и адаптированность, относят: оптимистичное отношение к жизненной ситуации в целом, адекватную самооценку, уверенность, независимость, доверие, открытое общение с другими людьми, доминирование позитивных эмоций, понимание жизненной ситуации и возможность её прогнозирования.

ЭМПИРИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ РЕСУРСНОГО ПОДХОДА:

20 ГОД
24 УЧИТЕЛЯ ФИЗИКИ
И ТЕХНОЛОГИИ
В УРАЛЬСКОМ ПЕДАГОГИЧЕСКОМ



УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ
ОСНОВАН В 1930 ГОДУ

Проведенное нами эмпирическое исследование в рамках реализации государственного задания Минпросвещения РФ № 73-00103-22-01 показало:

1. Высоким значениям параметров личностных ресурсов соответствуют низкие показатели суицидального риска и наоборот.
2. Факторизация личностных ресурсов, отрицательно связанных с факторами риска суицидального поведения, показала, что ключевыми личностными ресурсами обучающихся всех уровней образования являются жизнестойкость, эмоциональный интеллект и оптимизм.
3. Наиболее значимым личностным ресурсом, оказывающим сквозное влияние на все факторы суицидального риска, является жизнестойкость. Эта интегральная личностная характеристика, основанная на активности, позитивном восприятии мира адекватной самооценке, развитой произвольности способствует успешной адаптации личности, положительно воздействует на ресурсы совладания, повышая при этом общую самоэффективность, обеспечивает индивидуальные способности к зрелым и сложным формам саморегуляции, предотвращая риск суицидального поведения у обучающихся.

ВЫВОД:

Проведенное исследование показало, что применение ресурсного подхода является эффективным для диагностики суицидального поведения обучающихся. Диагностика уровня сформированности личностных ресурсов обучающихся позволяет достоверно выявить тех, кто нуждается в особом внимании по риску уязвимости.

Сформированность личностных ресурсов характеризуется тем, что обучающиеся: активно включены в жизнедеятельность; ощущают свою ценность и значимость для мира и других людей; убеждены в возможности своего влияния на исход событий, происходящих в их жизни; воспринимают любой жизненный опыт как возможность для личностного роста и развития; готовы действовать в ситуации неопределенности.

В противоположность этому, дефицитарность личностных ресурсов характеризуется тем, что обучающиеся: проявляют пассивность по отношению к происходящему с ними; чувствуют отвергнутость, ненужность миру и другим людям; подчиняются обстоятельствам; убеждены в невозможности своего влияния на исход событий, происходящих в их жизни; не готовы действовать в ситуации неопределенности.

Наиболее значимыми личностными ресурсами, снижающими вероятность развития суицидального поведения обучающихся всех уровней образования, являются жизнестойкость, положительный образ себя, управление эмоциями, удовлетворенность жизнью и позитивный образ будущего. Именно развитию этих конструктов должно быть уделено внимание в мероприятиях первичной профилактики суицидального поведения обучающихся.



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ