

Опыт работы по теме:

«Профилактика суицидального поведения учащихся в муниципальных общеобразовательных организациях городского округа Спасск-Дальний»

Профилактика суицидального поведения учащихся - одно из направлений профилактической деятельности, реализуемой в муниципальных общеобразовательных организациях городского округа Спасск-Дальний. Мероприятия в этой сфере имеют свою особую специфику: они предполагают социально-педагогическую, социально-психологическую работу в школе, ориентированную как на детские, подростковые коллективы в целом, так и на конкретных учащихся (персонально).

Одно из направлений деятельности - осуществление профилактического учета учащихся (семей учащихся), оказания им социально-педагогической и психологической помощи, организации индивидуальной профилактической работы. Под профилактическим учетом понимается установление повышенного контроля:

1) за учащимися «группы риска» (учащимися с девиантным поведением), семьями учащихся «группы риска» (учащихся с девиантным поведением), семьями учащихся, являющимися неблагополучными, – внутришкольный учет с оказанием социально-педагогической и психологической помощи;

2) за учащимися, семьями учащихся, находящимися в социально опасном положении и состоящими в связи с этим на учете в комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав Администрации городского округа Спасск-Дальний, отделении по делам несовершеннолетних межмуниципального отдела МВД России «Спасский» – межведомственный учет с организацией индивидуальной профилактической работы.

Внутришкольный учет с оказанием социально-педагогической и психологической помощи осуществляется в отношении учащихся «группы риска» (учащихся с девиантным поведением) – учащихся, которые более других подвержены негативным внешним воздействиям со стороны общества, учащихся с различными формами психической и социальной дезадаптации, поведением, неадекватным нормам и требованиям ближайшего окружения (семьи, школы):

1)	Обучающиеся, систематически пропускающие занятия без уважительной причины (30% учебного времени в месяц)
2)	Обучающиеся, не освоившие образовательную программу учебного года и оставленные на повторное обучение
3)	Обучающиеся, систематически нарушающие Устав Школы, правила внутреннего распорядка (правила поведения учащихся)
4)	Обучающиеся, причастные к употреблению (распространению) ПАВ, одурманивающих веществ, алкогольной и спиртосодержащей продукции, пива и напитков, изготавливаемых на его основе, табакокурению
5)	Обучающиеся, проявляющие элементы асоциального поведения: сквернословие, насилие (физическое, психическое) над другими людьми, унижение человеческого достоинства
6)	Обучающиеся, причастные к деятельности неформальных объединений и организаций антиобщественной направленности
7)	Обучающиеся с суицидальным поведением

На внутришкольный учет ставятся семьи учащихся «группы риска» (учащихся с девиантным поведением) - неблагополучные семьи учащихся (семьи, в которых нарушена структура, обесцениваются или игнорируются основные семейные функции, имеются явные или скрытые дефекты воспитания; семьи, оказавшиеся в трудной жизненной ситуации).

В отношении каждого учащегося, семьи, поставленных на внутришкольный учёт, разрабатывается и реализуется План индивидуальной социально-педагогической и психологической помощи учащемуся (семье учащегося).

Школы участвуют в разработке межведомственного плана индивидуальной профилактической работы, организации индивидуальной профилактической работы в отношении учащихся (семей учащихся), находящихся в социально опасном положении и состоящих в связи с этим на учете в комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав Администрации городского округа Спасск-Дальний, отделении по делам несовершеннолетних межмуниципального отдела МВД России «Спасский».

Профилактика суицидального поведения учащихся осуществляется также в ходе деятельности по профилактике жестокого обращения с детьми. Муниципальными образовательными организациями городского округа Спасск-Дальний используется разработанный и рекомендованный управлением образования Порядок действий работников образовательной организации при возникновении предположения о жестоком обращении, насилии или преступных посягательствах в отношении учащихся, который определяет основания, последовательность действий работников при возникновении предположения о жестоком обращении, насилии или преступных посягательствах в отношении учащегося со стороны родителей (законных представителей), сверстников или старших учащихся, работника образовательной организации или иных лиц.

Согласно этому Порядку работники образовательной организации должны обращать внимание на физическое и психическое состояние учащегося, в том числе на поведение учащегося.

Порядком установлено, что педагогические работники, осуществляющие образовательную деятельность, обязаны:

1) ежедневно, перед началом и в ходе урока, осуществлять визуальный контроль за физическим и психическим состоянием учащихся, по окончании урока вносить сведения в Журнал контроля за поведением учащихся класса.

2) при обнаружении у учащегося телесных повреждений незамедлительно провести с ним, а также с его родителями (законными представителями) индивидуальную беседу (в том числе по телефону) на предмет выявления причин данных повреждений, а также не позднее 1 дня после дня их обнаружения взять с учащегося и (или) его родителя (законного представителя) письменное объяснение о причинах данных повреждений (при наличии – с приложением медицинской справки);

3) в случае отсутствия учащегося на уроке (уроках) без предварительного согласования (предупреждения) в письменной форме – незамедлительно выяснить причину его отсутствия у родителей (законных представителей) ребенка (в том числе по телефону), а также взять с учащегося и (или) его родителя (законного представителя) письменное объяснение о причинах отсутствия учащегося на уроке (уроках) (при наличии – с приложением подтверждающих документов);

4) в случае выявления неуважительной причины отсутствия учащегося на уроке - письменно доложить директору учреждению (председателю Совета профилактики безнадзорности и правонарушений учащихся).

В случае возникновения оснований для предположения о заметных изменениях в поведении (состоянии), педагог, исполняющий функции классного руководителя в классе, в котором обучается данный учащийся, обязан осуществить наблюдение за поведением учащегося, побеседовать с его родителями (законными представителями) и (или) близкими родственниками, высказать свою озабоченность его поведением в школе, в случае необходимости - организовать выход в семью учащегося (изучить условия его проживания, установить контакты с семьей и др.).

Далее принимается решение об оказании индивидуальной социальной педагогической и психологической помощи учащемуся (семье учащегося).

Считается, что на первом месте из причин, характерных для подростков с суицидальным поведением, находятся межличностные отношения.

Для предупреждения конфликтов в межличностных отношениях во всех образовательных организациях нашего города с 2016 года созданы службы медиации. Их работа направлена на создание комфортных условий для учащихся через предупреждение и помощь в разрешении конфликтных ситуаций.

Участие подростков в деятельности Служб школьной медиации создает условия для реализации их социальных, лидерских потребностей и содействует успешной социализации. Владение процедурами медиации помогает подросткам договориться, и исправить ошибки, восстанавливать отношения, способствует повышению самооценки и самоуважения подростков, росту их способности к самоконтролю и пониманию своей ответственности.

Таким образом, в рамках деятельности Службы школьной медиации для ребят создаются условия, в которых они приобретают собственный опыт урегулирования конфликтов. Расширяется арсенал способов работы классных руководителей, педагогов и школьных психологов, осуществляющих воспитательную работу в школе.

Для решения конфликтных ситуаций в образовательном процессе в школах работают комиссии по урегулированию конфликтных ситуаций в образовательных отношениях.

Кроме того, в связи с тем, что всё чаще причиной деструктивного поведения подростков становится доступная им (через личные электронные устройства) негативная информация, содержащаяся в ресурсах Интернет, а также межличностные конфликты в соцсетях, педагогическими коллективами школ города проводится Единый урок безопасности в сети «Интернет». Материалы об этом размещаются на официальных сайтах учреждений.

Начальник управления образования



Е. Г. Бондаренко

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора МБОУ
СОШ № ____ городского округа
Спасск-Дальний
от _____ № _____

ПРИНЯТО
на заседании Совета
профилактики безнадзорности и
правонарушений среди
учащихся МБОУ СОШ № ____
городского округа Спасск-
Дальний (протокол от
_____ № _____)

ТИПОВОЙ ПОРЯДОК

действий работников Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № ____» городского округа Спасск-Дальний при возникновении предположения о жестоком обращении, насилии или преступных посягательствах в отношении учащихся

І. Общие положения

1.1. Порядок действий работников Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № ____» городского округа Спасск-Дальний (далее, соответственно, - Порядок и Школа) разработан во исполнение Указа Президента Российской Федерации от 01 июня 2012 г. № 761 «О национальной стратегии действий в интересах детей на 2012-2017 годы», Федерального закона от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации», Федерального закона от 24 июня 1999 г. № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних», Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

1.2. Настоящий Порядок определяет основания, последовательность действий работников Школы при возникновении предположения о жестоком обращении, насилии или преступных посягательствах в отношении учащегося со стороны родителей (законных представителей), сверстников или старших учащихся, работника образовательной организации или иных лиц.

1.3. Работники Школы должны обращать внимание на следующие особенности, в том числе в поведении, учащегося, которые могут свидетельствовать о жестоком обращении (умышленном или неосторожном обращении или действиях со стороны родителей, лиц их заменяющих или других людей, которые привели к травмам и нарушению благополучия ребенка) или насилии (физическом, психическом, сексуальном), а также преступных посягательствах по отношению к нему (далее – насилие в отношении учащегося):

- наличие синяков, ссадин, ран;
- отказ учащегося раздеваться, чтобы скрыть синяки и раны на теле;
- повторяющиеся жалобы на недомогание (головную боль, боли в животе и др.);

- психическое и физическое развитие учащегося не соответствует его возрасту;
- неухоженность, неопрятность;
- апатичность или, наоборот, агрессивность учащегося;
- изменчивое поведение: переход от спокойного состояния к внезапному возбуждению (такое поведение часто является причиной нарушения контактов с другими детьми);
- проблемы с обучением в связи с плохой концентрацией внимания;
- враждебность или чувство страха по отношению к родителям (законным представителям);
- сильная реакция испуга или отвращения в связи с физической близостью определённого взрослого;
- судорожное реагирование на поднятую руку, вздрагивание при неожиданном приближении взрослого, резких движениях;
- чрезмерное стремление к одобрению, ласке любого взрослого, гипертрофированная забота обо всём и обо всех;
- демонстрация «взрослого» поведения, интерес к вопросам секса;
- обвинение учащихся родителей или опекуна в нанесении повреждений;
- повышенная драчливость учащегося, агрессивность в играх и по отношению к другим учащимся;
- прятанье в школе дневника, обманы, ложь, острые эмоциональные реакции при получении замечаний или плохих оценок, боязнь идти домой;
- случаи энуреза, энкопреза у учащегося;
- длительное нахождение учащегося в семье знакомых, одноклассников, соседей, (не стремится домой после школы).

Особенности в поведении взрослых, которые, предположительно, могут проявлять насилие по отношению к ребёнку:

- проявление настороженности или безразличия в беседе о ребёнке;
- холодная либо очень бурная и эмоциональная реакция на жалобы по поводу поведения сына (дочери) в школе;
- частая смена детского участкового врача, перевод ребёнка из одной школы в другую;
- запрет родителей на осмотр ребёнка в образовательном учреждении;
- необъяснимая отсрочка в обращении родителя и ребёнка за медицинской помощью;
- противоречия в беседе о ребёнке, семье, увлечениях ребёнка, совместном времяпрепровождении;
- несовместимость объяснения о состоянии ребёнка с имеющимися проблемами, физическими травмами;
- обвинение ребёнка в полученных им повреждениях.

1.4. О каждом случае возникновения оснований для предположения о насилии в отношении учащегося работник Школы обязан незамедлительно сообщить должностному лицу Школы (дежурному административному работнику).

II. Порядок действий педагогических работников Школы

2.1. Педагогические работники, осуществляющие образовательную деятельность, обязаны:

- 1) ежедневно, перед началом и в ходе урока, осуществлять визуальный контроль за физическим и психическим состоянием учащихся, по окончании урока вносить сведения в Журнал контроля за поведением (физическим состоянием) учащихся класса (приложение № 1 к настоящему Порядку);

2) при обнаружении у учащегося телесных повреждений незамедлительно провести с ним, а также с его родителями (законными представителями) индивидуальную беседу (в том числе по телефону) на предмет выявления причин данных повреждений, а также не позднее 1 дня после дня их обнаружения взять с учащегося и (или) его родителя (законного представителя) письменное объяснение о причинах данных повреждений (при наличии – с приложением медицинской справки);

3) в случае отсутствия учащегося на уроке (уроках) без предварительного согласования (предупреждения) в письменной форме – незамедлительно выяснить причину его отсутствия у родителей (законных представителей) ребенка (в том числе по телефону), а также взять с учащегося и (или) его родителя (законного представителя) письменное объяснение о причинах отсутствия учащегося на уроке (уроках) (при наличии – с приложением подтверждающих документов);

4) в случае выявления неуважительной причины отсутствия учащегося на уроке - письменно доложить директору Школы (председателю Совета профилактики безнадзорности и правонарушений учащихся Школы).

2.2. В случае возникновения оснований для предположения о насилии в отношении учащегося, проявляющихся в его поведении, педагог, исполняющий функции классного руководителя в классе, в котором обучается данный учащийся, обязан:

1) вынести данный вопрос на заседание Совета профилактики безнадзорности и правонарушений учащихся Школы посредством подачи письменного ходатайства;

2) в течение срока, установленного решением Совета профилактики безнадзорности и правонарушений учащихся Школы:

- осуществить наблюдение за поведением учащегося, побеседовать с его родителями (законными представителями) и (или) близкими родственниками, высказать свою озабоченность его поведением в Школе, в случае необходимости - организовать выход в семью учащегося (изучить условия его проживания, установить контакты с семьей);

- свои наблюдения (замеченные отклонения) заносить в соответствующий журнал;

- в результате предпринятых действий прийти к следующим выводам: предположение подтверждается (не подтверждается), решение проблемы не терпит отлагательства и требует подключения специалистов;

- о результатах письменно доложить директору Школы (председателю Совета профилактики безнадзорности и правонарушений учащихся Школы).

2.3. В случае возникновения объективных оснований для предположения о физическом насилии в отношении учащегося незамедлительно сообщить об этом должностному лицу Школы (дежурному административному работнику) и в течение текущего дня направить информацию (в письменной форме) директору Школы (председателю Совета профилактики безнадзорности и правонарушений учащихся Школы).

III. Порядок действий должностного лица (дежурного административного работника) Школы

3.1. При поступлении устных и письменных сообщений (обращений, заявлений, жалоб) о насилии в отношении учащихся от работников Школы, граждан, учреждений, организаций, предприятий:

1) данное сообщение в порядке делопроизводства фиксируется в Журнале регистрации входящих сообщений по вопросу жестокого обращения, насилия или преступных посягательств в отношении учащихся (**приложение № 2** к настоящему Порядку);

2) должностное лицо Школы (дежурный административный работник) незамедлительно организует проверку сведений, изложенных в сообщении (при необходимости).

3.2. В случае возникновения объективных оснований для предположения о физическом насилии в отношении учащегося, при выявлении случая насилия в отношении учащегося (получении сведений о лице (лицах) совершивших (предположительно совершивших) насилие в отношении учащегося) должностное лицо Школы (дежурный административный работник):

1) принимает меры с учётом возраста учащегося к оказанию медицинской помощи, обеспечению его безопасности (при необходимости);

2) незамедлительно сообщает об этом по телефону в соответствующие органы системы профилактики городского округа Спасск-Дальний (территориальный отдел опеки и попечительства департамента образования и науки Приморского края по городскому округу Спасск-Дальний и Спасскому муниципальному району и (или) межмуниципальный отдел МВД России «Спасский») с фиксацией данного факта в Журнале регистрации исходящих сообщений по вопросу жестокого обращения, насилия или преступных посягательств в отношении учащихся (**приложение № 3** к настоящему Порядку);

3) направляет в течение 3 рабочих дней в комиссию по делам несовершеннолетних и защите их прав Администрации городского округа Спасск-Дальний информацию по форме «Тревожный лист», утвержденной постановлением комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав Администрации городского округа Спасск-Дальний.

Приложение № 1
к Порядку действий работников
Муниципального бюджетного
образовательного учреждения
«Средняя общеобразовательная
школа № ___» городского округа
Спасск-Дальний, утвержденному
приказом директора МБОУ СОШ №
___ городского округа Спасск-
Дальний
от _____ № _____

**ЖУРНАЛ
контроля за поведением (физическим состоянием) учащихся _____ класса**

№ п/п, дата внесения записи	Дата проведения урока	Наименование предмета, фамилия, инициалы учителя, осуществлявшего контроль	Количество уч-ся, присутствовавших на уроке	Ф. И. уч-ся, опоздавших на урок*	Ф. И. уч-ся, отсутствовавших на уроке*	Ф. И. уч-ся, у которых при визуальном осмотре обнаружены телесные повреждения (синяки, ссадины, ушибы)**	Подпись педагога, осуществлявшего контроль на уроке	Роспись классного руководителя в получении настоящих сведений, дата их получения
1	2	3	4	5	6	7	8	9

* Требуется письменное объяснение данных фактов, полученное от учащегося и (или) родителя (законного представителя) учащегося и являющееся приложением к настоящему Журналу.

** Требуется письменное объяснение данных фактов, полученное от учащегося и (или) родителя (законного представителя) учащегося, по результатам которого принимаются меры в соответствии с Порядком действий сотрудников при возникновении предположения о жестоком обращении, насилии или преступных посягательствах в отношении учащихся

Приложение № 2
к Порядку действий работников
Муниципального бюджетного
образовательного учреждения
«Средняя общеобразовательная
школа № ___ » городского округа
Спаск-Дальний, утвержденному
приказом директора МБОУ СОШ №
___ городского округа Спаск-
Дальний
от _____ № _____

ЖУРНАЛ

регистрации входящих сообщений по вопросу жестокого обращения, насилия или преступных посягательств в отношении учащихся

Регистрационный номер* и дата получения	Ф. И. О., контактные данные лица, от которого получено сообщение	Форма сообщения (устная, письменная)	Способ получения (лично, по телефону, почте, электронной почте)	Краткое содержание	Ф. И. О., роспись лица, получившего сообщение

* сквозная нумерация в течение календарного года

Приложение № 3
к Порядку действий работников
Муниципального бюджетного
образовательного учреждения
«Средняя общеобразовательная
школа № ___» городского округа
Спаск-Дальний, утвержденному
приказом директора МБОУ СОШ № ___
городского округа Спаск-
Дальний
от _____ № _____

ЖУРНАЛ

регистрации исходящих сообщений по вопросу жестокого обращения, насилия или преступных посягательств в отношении учащихся

Регистрационный номер* и дата получения	Адресат	Форма сообщения (устная, письменная)	Способ отправки (лично, по телефону, почте, электронной почте)	Краткое содержание	Ф. И. О., роспись лица, отправившего сообщение

* сквозная нумерация в течение календарного года

ПАМЯТКА ПЕДАГОГАМ **по предупреждению суицидальных попыток среди подростков**

Развеем мифы

МИФ 1. Люди, говорящие о самоубийстве, никогда не осуществляли его на деле. Это не так. На самом деле 4 из 5 суицидентов не раз подавали сигнал о своих намерениях.

МИФ 2. Человек в суицидальной состоянии твердо решил покончить жизнь самоубийством.

Это не так. Большинство самоубийц не пришли к однозначному решению жить или умереть. Они «играют со смертью», предоставляя окружающим спасать их.

МИФ 3. Самоубийство происходит внезапно, без всякого предупреждения. Это не так. Суициду предшествует ряд сигналов, выражающих внутреннюю борьбу человека между жизнью и смертью.

МИФ 4. Суициденты постоянно думают о смерти.

Это не так. Позывы к смерти кратковременны. Если в такой момент помочь человеку преодолеть стресс, его намерения могут измениться.

МИФ 5. Улучшение, наступающее после суицидального кризиса, означает, что угроза самоубийства прошла.

Это не так. Большинство самоубийств происходит в течение примерно 3 месяцев после начала «улучшения», когда у человека появляется энергия для воплощения своих мыслей и чувств к жизни.

МИФ 6. Суицид, чаще всего, совершают молодые люди. Это не так. Суицид примерно в равной мере проявляется среди всех возрастных категорий.

МИФ 7. Самоубийства, происходят гораздо чаще в среде богатых или, наоборот, исключительно среди бедных.

Это не так. Уровень самоубийства одинаков во всех слоях общества.

МИФ 8. Суицид – это наследственная «болезнь».

Это не так. Добровольная смерть одного из членов семьи может усилить суицидальный кризис у других лишь в том случае, когда они сами подвержены мысли о смерти.

МИФ 9. Все самоубийцы – душевнобольные или умственно неполноценные люди.

Это не так. Уходят из жизни глубоко несчастные люди.

МИФ 10. Женщины угрожают самоубийством, а мужчины осуществляют его.

Это не так. Мужчины в 3 раза больше женщин заканчивают жизнь самоубийством, а женщины в 3 раза чаще мужчин предпринимают попытки суицида. Женщины используют средства с большими шансами на спасение: таблетки, яды, газ и т.д., мужчины предпочитают огнестрельное оружие или веревку, где шансы на спасение минимальны.

Этапы и виды суицида

Существуют категории самоубийц с их психологическими портретами: эгоист (выпавший из сообщества), альтруист (слишком преданный сообществу, принимающий смерть "за компанию"), аномичный самоубийца (отсутствие общечеловеческих ценностей и принятых правил поведения), фаталист (отсутствие необходимых для самовыражения свобод).

Если говорить о самом явлении суицида, то можно выделить несколько этапов. Выделяется пресуицид, когда у человека появляются сначала недифференцированные мысли, размышления об отсутствии ценностей жизни, которые выражаются в формулировках типа «жить не стоит, устал от такой жизни» и тому подобное. Не имеется четкого представления о смерти, а имеется самоотрицание жизни. Такие суицидальные формы бывают, свойственны и нормальным людям в тех или иных ситуациях. Но если процесс продолжается, то на следующем этапе пресуицида мы видим пассивные суицидальные мысли, которые характеризуются представлениями, фантазиями на тему лишения себя жизни. На следующем этапе возникают суицидальные замыслы. Это активные формы суицидальности. Идет разработка плана суицида, продумывается способ,

выбирается время и место действия. Следующий этап - это суицидальные намерения: когда принято решение о самоубийстве - непосредственно суждение, возникает суицидальные действия. То есть все эти этапы характеризуют подготовку человека к совершению самоубийства в той или иной форме.

Вообще выделяют истинный суицид, аффективный суицид и демонстративно - шантажное поведение. После того, как все этапы пройдены, человек подошел к суицидальному действию, как к итоговому представлению о невозможности существования в данной ситуации. Возможно, это истинный суицид, тогда человек предпринимает реальные действия, что бы лишить себя жизни. Для осуществления демонстративного суицида часто используют медицинские препараты. Демонстративно - шантажное поведение предполагает как рациональный, запланированный вариант, так и аффективные формы поведения, когда человек спонтанно организует тот или иной вид шантажа. И тот и другой случай могут закончиться летально, так как они оба провоцируют негативную форму поведения, которая может привести к тому, что у человека действительно возникнет самоубийство.

Причины, характерные для подростков с суицидальным поведением

На первом месте из причин, характерных для подростков с суицидальным поведением, находятся отношения с родителями, на втором месте - трудности, связанные со школой, на третьем - проблемы взаимоотношений с друзьями, в основном противоположного пола.

Отношения родителей с детьми, к сожалению, не всегда строятся на фундаменте открытых, полностью искренних отношений, которые являются надежной защитой от многих суровых испытаний, с которыми встречаются подростки в наше время. И не случайно, что многие попытки суицида у молодых рассматриваются психологами как отчаянный призыв о помощи, как последняя попытка привлечь внимание родителей к своим проблемам, пробить стену непонимания между младшим и старшим поколением. Существенную роль в суицидах играет сохранность семьи и ее благополучность. Ранние браки (в возрасте 15-19 лет) не спасают от уменьшения риска суицида и это связано, прежде всего, с тем, что они чаще всего являются попыткой, и не всегда удачной, решить какие-то другие проблемы, например, избавиться от невыносимой обстановки в семье родителей. Школьные проблемы обычно связаны с неуспеваемостью или плохими отношениями с учителями, администрацией или классом. Эти проблемы обычно не являются непосредственной причиной самоубийства, но они приводят к понижению общей самооценки учеников, появлению ощущения незначимости своей личности, к резкому снижению сопротивляемости стрессам и незащищенности от негативного влияния окружающей среды.

Одним из основных психологических объяснений проблем, связанных со сверстниками, особенно противоположного пола, является чрезмерная зависимость от другого человека, что возникает обычно в качестве компенсации плохих отношений в семье, из-за постоянных конфликтов с родителями и отсутствия контакта с ними. В этом случае часто бывает, что отношения с другом или подругой становятся столь значимыми и эмоционально необходимыми, что любое охлаждение в привязанности, а тем более измена, воспринимается как невосполнимая утрата, лишаящая смысла дальнейшую жизнь.

Сигналы суицидального риска

Ситуационные сигналы:

- смерть любимого человека;
- вынужденная социальная изоляция, от семьи или друзей (переезд на новое место жительства);
- сексуальное насилие;
- нежелательная беременность;
- «потеря лица» (позор, унижения).

Поведенческие сигналы:

- наркотическая и алкогольная зависимость;
- уход из дома;
- самоизоляция от других людей и жизни;
- резкое снижение поведенческой активности;
- изменение привычек, например, несоблюдение правил личной гигиены, ухода за внешностью;
- предпочтение тем разговора и чтения, связанных со смертью и самоубийствами;
- частное прослушивание траурной или печальной музыки;
- «приведение дел в порядок» (раздаривание личных вещей, письма к родственникам и друзьям, урегулирование конфликтов).

Эмоциональные сигналы:

- поиск пути к смерти и желание жить одновременно;
- депрессивное настроение: безразличие к своей судьбе, подавленность, безнадежность, беспомощность, отчаяние;
- переживание горя.

Коммуникативные сигналы:

- прямые или косвенные сообщения о суицидальных намерениях («Хочу умереть» - прямое сообщение, «Скоро все это закончится» - косвенное);
- шутки, иронические высказывания о желании умереть, бессмысленности жизни.

Ресурсы помощи

Внутренние ресурсы подростка, на которые можно опереться:

- инстинкт самосохранения;
- интеллект;
- социальный опыт;
- коммуникативный потенциал (общительность);
- позитивный опыт решения проблем.

Внешние ресурсы, которые можно задействовать:

- поддержка семьи и друзей;
- вовлечение в значимую деятельность, обеспечение «ситуации успеха»;
- религиозность;
- медицинская помощь;
- индивидуальная психотерапевтическая помощь.

Помощь при потенциальном суициде

Распознавание суицидальной опасности, разговор с суицидентом о его намерениях – это первая помощь. Выслушивайте. Не пытайтесь утешить общими словами типа: «Ну, все не так плохо», «Вам станет лучше», «Не стоит этого делать». Дайте возможность высказаться.

Обсуждайте. Открытое обсуждение планов и проблем снимает тревожность. Одно из важных отличий суицидоопасного состояния – ощущение себя «вне» общества, поскольку тема самоубийства табуирована (табу – запрет). Поэтому важно задавать вопросы о самоубийстве, не избегать этой темы.

Будьте внимательны к косвенным показателям при предполагаемом самоубийстве. Каждое шутливое упоминание или угрозу следует воспринимать всерьез. Скажите, что вы принимаете их всерьез.

Выработайте совместные решения о дальнейших действиях. Постарайтесь вместе искать альтернативные варианты решения.

Проявляйте интерес, но не оценивайте, не обсуждайте и не пытайтесь переубедить собеседника.