

ПРОФИЛАКТИКА
СУИЦИДА,
ТЕРРОРИЗМА И
ЭКСТРЕМИЗМА
СРЕДИ
МОЛОДЕЖИ

За уход из жизни детей
ответственны
взрослые.

*Суицид –
мольба о помощи,
которую никто не услышал.*

СТАТИСТИКА

Суицид занимает 13-е место среди причин смерти во всем мире, причем частота этого явления постоянно растет.

В Европе суицид является ведущей причиной смерти среди мужчин молодого и среднего возраста.

У молодых людей в возрасте от 15 до 19 лет среди причин смерти суициды занимают третье место.

СТАТИСТИКА

*По данным Всемирной организации здравоохранения в среднем ежедневно **3000** человек в мире кончает жизнь самоубийством.*

*Кроме того, на каждого человека, совершившего суицид, приходится более **20** человек, пытавшихся покончить с собой. Общее количество смертей от суицида приближается к миллиону в год. Большой процент в этом составляют дети, подростки и молодёжь.*

СТАТИСТИКА

В Брянской области за 2018 год зарегистрировано 51 обращение в службы экстренной психологической помощи по проблемам, связанным с суицидом.

В Брянской области число суицидальных попыток за последние 3 года только среди несовершеннолетних составило около 70, из них 17 случаев привели к смерти подростков в возрасте до 18 лет.

Определения

Суицид – это действие с фатальным результатом, которое было намеренно начато и выполнено умершим в осознании и ожидании фатального результата, посредством которого, умерший реализовал желаемые им /ей изменения.

• **Парасуицид** — несмертельное умышленное самоповреждение, которое нацелено на достижение желаемых субъектом изменений за счет физических последствий.

• **Суицидальное поведение** — стремление человека покончить жизнь самоубийством.

• **ВИДЫ СУИЦИДА:**

демонстративный, аффективный, истинный

- САМЫЕ ВАЖНЫЕ ПОТРЕБНОСТИ В ЖИЗНИ
ЧЕЛОВЕКА:

- ПОТРЕБНОСТЬ БЫТЬ ЛЮБИМЫМ;
- ПОТРЕБНОСТЬ ЛЮБИТЬ;
- ПОТРЕБНОСТЬ БЫТЬ ЧАСТЬЮ ЧЕГО-ЛИБО
(СЕМЬИ, КОЛЛЕКТИВА, ГОСУДАРСТВА).

Прямое суицидальное поведение —

суицидальные мысли, суицидальные попытки и завершённые суициды.

Непрямое суицидальное поведение —

человек бессознательно подвергает себя риску, опасному для жизни, не имея при этом желания умереть (алкогольные эксцессы и злоупотребление психоактивными веществами, злостное курение, переедание, голодание, злостные нарушения правил уличного движения, пренебрежение своим здоровьем, стремление подвергаться хирургическим вмешательствам, некоторые экстремальные виды спорта)

Возрастные особенности суицидального поведения

Для детей и подростков характерны импульсивные суицидальные действия, их наиболее частой причиной являются ссоры в семье, агрессивное, негативное отношение родителей к ребенку.

В молодежной среде наиболее часто встречаются суицидальные попытки (100:1 по отношению к самоубийствам), значительно чаще их совершают девушки (10:1 по отношению к юношам). В подавляющем большинстве случаев суицидальные действия носят импульсивный характер и обусловлены разрывом отношений или ссорой с партнером.

МИФЫ И ФАКТЫ О СУИЦИДЕ

МИФ

Если человек говорит о самоубийстве, он просто хочет привлечь к себе внимание.

Настоящее самоубийство случается без предупреждения.

Самоубийство – явление наследуемое, значит, ничем нельзя помочь.

ФАКТ

Говорящий о самоубийстве переживает психическую боль и таким образом «кричит» о помощи и ставит в известность о своей боли людей.

Примерно 8 из 10 суицидентов подают окружающим предупреждающие знаки о грядущем поступке.

Оно не передается генетически. Человек лишь использует аутоагрессивные модели поведения, если они существуют в семье или значимом окружении

МИФ

Те, кто кончает с собой, психически больны, значит им нельзя помочь.

Разговоры о суициде могут способствовать его совершению. Лучше избегать этой темы.

Если человек в прошлом совершил суицидальную попытку, то больше подобное не повторится, так что опасность позади, можно не заботиться об этом.

ФАКТ

Многие совершающие самоубийства не страдают никаким психическим заболеванием.

Разговор о самоубийстве не является его причиной, но может стать первым шагом предупреждения суицида.

Очень многие повторяют эти действия вновь и вновь и достигают желаемого результата.

МИФ

Покушающийся на самоубийство желает умереть, поэтому помочь ему нельзя. Это его дело.

Все самоубийства импульсивны, их нельзя предвидеть и предупредить.

Все самоубийцы – депрессивные люди, поэтому помочь им может только врач.

ФАКТ

подавляющее большинство суицидентов хотят избавиться от невыносимой душевной боли и не видят другого выхода, поэтому перед суицидальными действиями они часто обращаются за помощью.

Иногда они прямо говорят о самоубийстве, а иногда говорят о невыносимом страдании, о бессмысленности жизни, о вине, о бессилии и т.п.

Большинство суицидентов вынашивают свои планы, прямо или косвенно сообщая о них окружающим.

Не все суициденты страдают депрессией. Практически самоубийство может быть совершено любым человеком, любого типа характера, с любыми наклонностями.

Суицидальное поведение в молодежной среде

Для молодежи характерны повышенная впечатлительность и внушаемость, способность ярко чувствовать и переживать, склонность к колебаниям настроения, слабость критических способностей, эгоцентрическая устремленность, импульсивность в принятии решения. Нередки случаи, когда самоубийство молодых людей вызывается гневом или протестом.

При переходе к этапу вхождения во взрослую жизнь возникает повышенная склонность к самоанализу, пессимистической оценке окружающего мира и своей личности. Эмоциональная нестабильность, часто ведущая к суициду, наблюдается у четверти здоровых молодых людей.

Основные мотивы суицидального поведения среди молодежи:

- ❖ Желание прекратить поток душевной боли;
- ❖ Желание наказать себя или кого-либо;
- ❖ Несформированное отношение к смерти;
- ❖ Эффект последней капли;
- ❖ Как способ решить проблему;
- ❖ Хроническая депрессия;
- ❖ Потеря смысла жизни.

Факторы суицидального поведения в молодежной среде:

- ❖ Отсутствие навыка эффективного общения;
- ❖ Отсутствие навыка разрешения конфликтов конструктивным путем;
- ❖ Внушаемость, зависимость от чужого мнения;
- ❖ Идеализированное и романтическое представление о смерти;
- ❖ Непринятие реальности;
- ❖ Отсутствие надежды на позитивные изменения в будущем;
- ❖ Низкая самооценка;
- ❖ Недоверие к окружающим;
- ❖ Манипуляция и шантаж;
- ❖ Отсутствие нравственных и духовных ориентиров в жизни;
- ❖ Низкая стрессоустойчивость.

Признаки нестабильного эмоционального состояния:

- ❖ потеря свойственной молодежи энергии;
- ❖ внешние проявления печали;
- ❖ нарушения сна;
- ❖ ухудшение успеваемости;
- ❖ снижение интереса к общению со сверстниками;
- ❖ резкое изменение аппетита или веса;
- ❖ страх неудачи;
- ❖ чувство неполноценности;
- ❖ чрезмерная самокритичность;
- ❖ агрессивное поведение;
- ❖ соматические жалобы.

Признаки депрессии :

- ❖ постоянное чувство скуки;
- ❖ постоянное чувство усталости;
- ❖ нарушения сна;
- ❖ соматические жалобы;
- ❖ неусидчивость, беспокойство;
- ❖ фиксация внимания на мелочах;
- ❖ чрезвычайная эмоциональность;
- ❖ замкнутость;
- ❖ рассеянность внимания;
- ❖ агрессивность в поведении;
- ❖ склонность к бунту;
- ❖ злоупотребление алкоголем или наркотиками;
- ❖ плохая успеваемость;
- ❖ учебные прогулы.

Суицидальное поведение

Если человек серьезно задумал совершить самоубийство, то обычно об этом можно догадаться по ряду характерных признаков, которые можно разделить на 3 группы:

- словесные;
- поведенческие ;
- ситуационные.



Если замечена склонность студента к суицидальному поведению, следующие советы помогут изменить ситуацию.

Внимательно выслушайте. В состоянии душевного кризиса любому из нас прежде всего необходим кто-нибудь, кто готов нас выслушать. Приложите все усилия, чтобы понять проблему, скрытую за словами.

Оцените серьезность намерений и чувств. Если он или она уже имеют конкретный план самоубийства, ситуация более острая, чем, если эти планы расплывчаты и неопределенны.

Оцените глубину эмоционального кризиса. Человек может испытывать серьезные трудности, но при этом не помышлять о самоубийстве. Часто человек, недавно находившийся в состоянии депрессии, вдруг начинает бурную, неустанную деятельность. Такое поведение также может служить основанием для тревоги.

Внимательно отнеситесь ко всем, даже самым незначительным обидам и жалобам. Не пренебрегайте ничем из сказанного. Он или она могут и не давать волю чувствам, скрывая свои проблемы, но в то же время находиться в состоянии глубокой депрессии.

Не бойтесь прямо спросить, не думают ли он или она о самоубийстве. Опыт показывает, что такой вопрос редко приносит вред. Часто человек бывает рад возможности открыто высказать свои проблемы.

Антисуицидальные факторы личности

- Привязанность к родным и близким
- Чувство долга
- Внимание на собственное здоровье
- Общественное мнение
- Наличие жизненных, творческих, семейных планов
- Уровень религиозности
- Планирование будущего



ВОВЛЕЧЕНИЕ МОЛОДЕЖИ
В ЭКСТРЕМИСТСКИЕ
СООБЩЕСТВА
И ПРОТИВОПРАВНЫЕ
ГРУППЫ



ЭКСТРЕМИЗМ -

это причинение
вреда человеку
на
национальной,
религиозной,
политической
или
социальной
почве.

ГРУППА РИСКА

- ❖ Выявленные ранее случаи жестокости по отношению к людям, животным, вандализма;
- ❖ Молодые люди, постоянно наблюдающие сцены насилия и жестокости (в семье, на экране, в компьютерных играх);
- ❖ Молодые люди, подвергшиеся ранее психологическому, физическому, сексуальному насилию;
- ❖ Молодые люди из неблагополучной семьи;
- ❖ Молодые люди из разобщенной семьи;
- ❖ Молодые люди из семьи, где ребенок неинтересен родителям как личность;
- ❖ Молодые люди, подвергающиеся систематическому унижению и травле со стороны сверстников, без возможности адекватного реагирования.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ МОЛОДЫХ ЛЮДЕЙ, ВОВЛЕЧЕННЫХ В ДЕСТРУКТИВНЫЕ СООБЩЕСТВА

- ❖ Ведомость, внушаемость;
- ❖ Поиск новых ощущений, желание новизны;
- ❖ Отсутствие социальной адаптации в коллективе сверстников, отсутствие друзей, общения;
- ❖ Склонность к лидерству с невозможностью выражения себя в коллективе;
- ❖ Отсутствие в жизни авторитетов;
- ❖ Экзальтированность (склонность к эмоциональному преувеличению).



НИЧЕГО
НЕ ВИЖУ

НИЧЕГО НИКОМУ
НЕ СКАЖУ

НИЧЕГО
НЕ СЛЫШУ

Особенности поведения, молодых людей, вовлеченных в экстремистские сообщества и противоправные группы

- ❖ Цинизм в отношении окружающих, пренебрежительное отношение к людям;
- ❖ Одержимость какой-либо мыслью или идеей, новая жизненная философия, активно пропагандируемая среди друзей и знакомых;
- ❖ Новый круг общения, о котором молодой человек не очень охотно рассказывает, или не обладая достаточной информацией, или скрывая социально-неприемлемые факты.

Профилактические меры

- Воспитание у молодежи терпимого отношения к людям, принадлежащим к разным слоям общества, нациям, религиям;
- Расширение возможностей для творческого самовыражения;
- Возможность применения и развития индивидуальных способностей и талантов;
- Волонтерская деятельность;
- Пропаганда здорового образа жизни;
- Соблюдение правил безопасности в интернете-пространстве.



**ВЫХОД
ЕСТЬ
ВСЕГДА!**

ВАЖНО
ВОВРЕМЯ
ОБРАТИТЬСЯ
ЗА
ПОМОЩЬЮ

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!