

ПОПЕРЕДЖЕННЯ СУЇЦИДАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ ДІТЕЙ І ПІДЛІТКІВ

*"Життя - це безцінний дар
який дається людині при народженні
і те, як людина розпорядиться цим даром
залежить від нього самого".
Сократ*

Охорона дитинства в Україні - загальнонаціональний пріоритет, мета якого - забезпечення реалізації прав дитини на життя, охорону здоров'я, освіту, соціальний захист і загальний розвиток особистості.

У сучасному світі збільшується кількість дітей, що вимагають особливої уваги. Це діти, для яких характерні :

- негативна поведінка;
- схильність до правопорушень;
- психічні відхилення(див. таблицю);
- схильність до суїциду.

<i>Типи відхилень</i>	<i>Прояв відхилень</i>
Порушення поведінки	неслухняність, запальність, безвідповідальність, нахабство, ревності, нав'язливість, потворність, забіякуватість.
Порушення особистості	почуття неповноцінності, ухилення від спілкування, тривожність, плач, надчутливість, депресія, страх, прагнення до самоти, боязкість.
Незрілість	неуважність, незграбність, пасивність, сонливість, нервовий сміх, марення наяву, млявість, нездатність взаємодіяти зі складною дійсністю, втечі з дому, таємні крадіжки.
Асоціальні тенденції	протиправна поведінка, погані друзі, прогули школи, участь у крадіжках.

Самогубство (суїцид) – це крайній вид агресії, умисне позбавлення самим собою життя.

Виділяють чотири види самогубства:

- егоїстичне;
- анемічне;
- фаталістичне;
- альтруїстичне.

Егоїстичне самогубство – трапляється, коли індивід слабо пов'язаний з суспільством і живе, повністю від нього відокремленим.

Анемічне самогубство – результат нездатності людини пристосуватися до швидких змін у суспільстві.

Фаталістичне самогубство – результат посиленого контролю групи над індивідом, якому стає нетерпимою надмірна опіка.

Альтруїстичне самогубство – трапляється, коли особа відчуває надобов'язок і ставить інтерес групи вище за власний.

Три причини суїцидальної поведінки :

- бажання убити;
- бажання бути убитим;
- бажання померти.

Індивід втрачає зв'язок із зовнішнім світом, довгий час перебуває в образі «негативного я», переживає душевний дискомфорт, проявляє своє вороже відношення до інших і до суспільства в цілому.

Молодь сама уразлива до соціальних проблем у суспільстві. Сьогодні зростає кількість чинників, що схиляють молодь до самогубства.

Чинники ризику, схильності до суїциду:

- афективні розлади, важкі депресії;

- алкоголізм;
- попередні спроби самогубства;
- смертельні захворювання(наприклад, СНІД);
- суїцидальні загрози;
- реальна або уявна втрата батьківської любові;
- вживання наркотичних, токсичних препаратів;
- відчуття провини, сорому, невдоволення собою.

Основні мотиви суїцидальної поведінки серед молоді:

1. Переживання образи, самотності, усуну тості
2. Реальна або уявна втрата батьківської любові, неподілена любов, ревності.
3. Переживання, пов'язані зі смертю одного з батьків, розлученням батьків.
4. Відчуття провини, сорому, невдоволення собою.
5. Страх перед ганьбою, приниженням, знуцанням.
6. Страх перед покаранням.
7. Любовні невдачі, вагітність для дівчини.
8. Почуття помсти, шантаж.
9. Бажання притягнути до себе увагу, викликати жалість, співчуття.
10. Співчуття або спадкоємство приятелів, героїв книг, кіно.

Відносно останнього мотиву виявлена пряма залежність між кількістю самогубств, що демонструються телебаченням і іншими засобами масової інформації, і реальною кількістю самогубств у суспільстві.

Характерні мотиви підліткових самогубств :

1. Домінування почуття безнадійності й безпорадності;
2. Підвищена чутливість до зневаги власної гідності;
3. Максималізм в оцінках людей і подій;
4. Невміння передбачати справжні наслідки своїх вчинків.

В період становлення особистості характерна самовпевненість, з'єднуючись з вище переліченими рисами, вона може породити відчуття відсутності виходу, фатальність конфлікту, загострює переживання відчаю і самотності.

При такому внутрішньому стані навіть незначний стрес може привести дитину до небезпеки суїциду. Явним натяком на суїцидальні тенденції є зловживання наркотиками та алкоголем. Приблизно половина молодих людей, що вчинили суїцид, перед цим самотійно вживали ліки.

Допомога при потенційному суїциді

Підбирайте ключі до розгадки суїциду. Попередження суїциду полягає не лише в турботі та участі друзів, але і в здатності розглянути ознаки можливої небезпеки:

- суїцидальні загрози, попередній спробі самогубства;
- депресію, значні зміни поведінки або особистості людини.

Налагодьте дбайливі відносини. Не існує вичерпної відповіді: «Як попередити самогубство?». Але батьки, друзі, педагоги можуть зробити великий крок вперед, прийнявши людину, яка у відчаї. Багато що залежить від якості стосунків. Для того, хто відчуває себе непотрібним, знедоленим, турбота чуйної людини буде найсильнішим обнадійливим, підбадьорливим чинником. Приймаючи таку людину, ви зможете проникнути в його ізольовану душу.

Не сперечайтесь. Ні в якому разі не проявляйте агресії, якщо чуєте розмову про самогубство. Не висловлюйте своє обурення з приводу почутого.

Вступаючи в дискусію з пригніченою людиною, ви можете не лише програти суперечку, але і втратити людину.

Оцініть міру ризику самогубства. Спробуйте визначити серйозність можливого суїциду. Адже наміри бувають різні – починаючи від швидкоплинних нечітких думок і закінчуючи чітко розробленим планом самогубства певним способом: отруєння, стрибок з висоти, використання зброї.

Неспростовний факт: чим детальніше розроблений план самогубства, тим вище його потенційний ризик.

Не залишайте людину одну в ситуації високого суїцидального ризику. Залишайтеся з такою людиною якомога довше або попросіть рідних, знайомих побути поруч, поки не пройде криза. Можна подзвонити на станцію швидкої допомоги та звернутися до фахівців (психолога, психіатра, невролога).

Допомога при потенційному суїциді

- Пропонуйте конструктивні підходи
- Будьте уважним слухачем
- Підбирайте ключі до розгадки суїциду
- Прийміть суїцидента як особу
- Не залишайте людину в ситуації високого суїцидальної загрози.
- Налагодьте дбайливі відносини
- Не пропонуйте невинуватих розрад
- Вселяйте надію
- Звернетесь по допомогу до спеціаліста