Семинар – практикум для педагогов по профилактике суицидального поведения среди детей и подростков

Цели: Информировать педагогов школы о существовании проблемы подросткового суицида.

Задачи:

- информировать педагогов о подростковом суициде, его видах, причинах, признаках готовящегося самоубийства;

- рассмотреть меры профилактики и предупреждения  детского суицида, связанные с социально - психологической поддержкой  детей в школе и в семье.

-изучить особенности суицидального поведения подростков для своевременного выявления признаков пресуицида;

- разработать механизмы работы педагогов по профилактике суицида.

Содержание:

Здравствуйте уважаемые педагоги. Начать свое выступление хотелось бы с притчи. Послушайте её и определите цель нашего мероприятия.

Притча: Путник, идущий вдоль реки, услышал отчаянные детские крики. Подбежав к берегу, он увидел в реке тонущих детей и бросился их спасать. Заметив проходящего человека, он позвал его на помощь. Тот стал помогать тем, кто держался на плаву.

Увидев третьего путника, они позвали его на помощь, но он,  не обращая внимания на призывы, ускорил шаги. "Разве тебе безразлична судьба детей?" - спросили спасатели. Третий путник им ответил: "Я вижу, что вы вдвоем пока справляетесь. Я добегу до поворота, узнаю, почему дети попадают в реку, и постараюсь это предотвратить»

Какая основная мысль заключена в этой притче?

Также и мы с вами должны обсудить на сегодняшнем мероприятии – какие действия необходимо предпринять нам всем, чтобы предотвратить возникновение суицидальных намерений у учащихся.

Суидид – акт самоубийства с фатальным исходом.

*Суицидальное поведение*– это мысли, намерения, высказывания, угрозы, попытки, покушения на самоубийство.

*Психологический смысл суицида*– отреагирование аффекта, снятие эмоционального напряжения, уход от той ситуации, в которой человек находится.

Исследования показывают, что большинство подростков воспринимают суицид, как способ решения различных проблем, а не как средство разрушения собственной жизни.

Лишь в 10% случаев суицидального поведения подростки действительно желают «свести счеты с жизнью», а в 90% случаев - обратить на себя внимание.

 Самоубийство не возникает внезапно, импульсивно, непредсказуемо или неизбежно. Они являются последней каплей в чаше постепенно ухудшающейся адаптации.

Что же может послужить причиной возникновения суицидальных мыслей и намерений? Давайте рассмотрим причины суицида.

Причины суицида

Проблемы и конфликты в семье. Часто у детей в разводящихся семьях появляется чувство, что родители расстаются по их вине (не слушался, плохо учился).

Слишком жесткое воспитание в виде морализаторства, очень строгого контроля и запретов, лишающих свободы личного выбора (запрет на друзей, любимые занятия, игры, предпочитаемую одежду).

Конфликты с друзьями, проблемы в  школе. Ребенок – изгой в школе. Чувство мести и бессильной злобы могут способствовать суициду.

Несчастная любовь, одиночество.

Страх перед будущим.

Потеря смысла жизни.

Подражание кумирам.

Следует насторожиться в отношении суицидальной активности ребенка,  если он фанат погибшего кумира.

Высокие ожидания, повышенные притязания к успехам ребенка, критика и наказание со стороны родителей. Иногда высокие ожидания родителей не совпадают со слабыми способностями и возможностями ребенка. У него появляется чувство вины, что он плохой, не оправдывает надежды родителей, позорит их. Любая критика и самый невинный вид наказания могут оказаться невыносимым.

Сегодня в нашей стране, как никогда прежде, велик престиж высшего образования. Искренне желающие ребенку добра близкие родственники и учителя постоянно настраивают его на обязательный успех: поступление в вуз, получение престижной профессии. В такой ситуации подросток просто вынужден тянуться за хорошими отметками, доказывать, что он лучше, умнее, успешней других своих сверстников. Причем это насильственное рвение часто поддерживается буквально жертвенным поведением родителей, готовых для оплаты репетиторов потратить последние деньги, влезть в долги...

Перегрузки и строгие требования в школе, страх не оправдать чаяний дорогих людей, безостановочная гонка за успехом, да и собственные высокие притязания - напряжение, которое не всякому взрослому по плечу.

Чаще подвержены:

подростки, страдающие тяжелыми психосоматическими заболеваниями;

девочки – подростки, имеющие межличностные любовные конфликты;

подростки с повышенной тревожностью, зацикленные на негативных эмоциях, с пониженным фоном настроения;

подростки с повышенным чувством вины;

подростки, которые были свидетелями того, как совершил суицид кто-то из членов семьи;

одаренные подростки / отличники-перфекционисты;

подростки, оказавшиеся в трудной жизненной ситуации (развод родителей, насилие, потеря близкого, финансовые проблемы в семье).

Статистика показывает, что число законченных суицидов среди юношей в среднем в 3 раза больше, чем среди девушек. С другой стороны - девушки пытаются покончить с собой в 4 раза чаще, чем юноши, но выбирают «щадящие» способы, которые реже приводят к смерти.

**Какие цели преследуют подростки – суициденты:**

* Протест или месть. Суицидальное поведение подростков в виде «протеста» имеет цель нанести ущерб обидчику и отомстить ему по принципу: «когда я умру, вам будет хуже».
* Призыв. Цель попытки самоубийства – получить помощь от окружающих, чтобы изменить ситуацию.
* Избежание наказания/страдания. Попытка самоубийства в данном случае преследует цель избежать наказания при его угрозе, следовательно, психической и физической боли.
* Самонаказание. Прибегнуть к суицидальной попытке заставляют либо переживания реальной вины, либо следствие надуманной вины.

Отказ. Подобный тип — «отказ» от жизни – наблюдается у психически больных подростков.

Признаки готовящегося самоубийства

80 % задумавших совершить самоубийство детей предварительно дают знать о своих намерениях окружающим.

Способы сообщения могут быть завуалированы, и чрезвычайно необходимо их понять!

Эмоциональные признаки

- сниженное настроение, заторможенность, тоска

- выраженная растерянность

-повышенная раздражительность, слезливость, капризность

- тоскливое выражение лица, бедность мимики

- резкие и необоснованные вспышки агрессии

Особенности внешнего вида и продуктов деятельности

- безразличие к своей внешности, преобладание мрачных (серых, черных) цветов в одежде и на страничке в соцсетях

- использование символики смерти в аватарке, рисунках (кресты, черепа, надгробия; атрибуты и орудия смерти; символы смерти (круг, вписанный в треугольник, разделенный вертикальной линией)

- интерес к неформальным объединениям, сайтам с суицидальной направленностью

- рисунки по теме смерти на последних страницах тетрадей

- тема одиночества, кризиса,

Словесные признаки

- часто говорит о своем душевном   состоянии, о своей никчемности, беспомощности, о своем безнадежном положении. Утрата смысла жизни в сочинениях на свободную тему или в размышлениях на уроках гуманитарного цикла

- шутит на тему самоубийства.

- упоминает об эпизодах суицидов в фильмах и романах.

Поведенческие признаки.

- безрассудные поступки, связанные с риском для жизни

- высокая импульсивность

- уход «в себя», от общения

- общая заторможенность, бездеятельность или, напротив, двигательное возбуждение

- враждебное отношение к окружающим

- раздаривание вещей и пристраивание домашних животных

- утрата интереса к тому, что раньше было значимо

- самоизоляция в урочной и внеклассной деятельности

- ухудшение работоспособности

-  частые прогулы (отсутствие на определенных уроках)

Итак, если вы обнаружили эти признаки у ребёнка. Необходимо прояснить ситуацию, узнать подробности, возможно обстоятельства и причины такого состояния. Беседуете с родителями, сообщаете об отмеченных вами изменениях в поведении ребёнка, узнаёте о состоянии и поведение ребёнка в семье. Беседуете с ребёнком.

Вопросы для беседы с ребёнком:

- Я заметила, что последнее время …. (называете изменения в поведении, эмоциональном состоянии, внешнем виде ребёнка)

- Каждому из нас, когда нам плохо нужен человек, который готов выслушать. Возможно, если ты мне расскажешь, я смогу понять причину твоего состояния и вместе мы подумаем, как с ней справиться.

- Похоже, у тебя что-то стряслось. Что тебя мучает?

Далее внимательно слушаем ребёнка, по необходимости, задавая открытые вопросы (Где? Когда? Почему? Зачем? И т.д.)

Если ситуация требует вмешательства специалистов.

- В нашей школе есть специалисты - психологи, которые смогут помочь тебе справиться с твоей проблемой. Как ты смотришь на то, что я договорюсь о встрече с ним?

Вопросы для беседы с родителем:

- Я заметила, что последнее время …. (называете изменения в поведении, эмоциональном состоянии, внешнем виде ребёнка)

- Замечали ли Вы подобные изменения у ребёнка?

Далее узнаём - изменилось ли у ребёнка в последнее время настроение, взаимоотношение с близкими, друзьями, отношение к школе, хобби и т.д.

- В нашей школе есть специалисты - психологи, которые смогут помочь Вам разобраться в причинах изменения состояния и поведения Вашего ребёнка.

Социальный педагог \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Князева И.С.