

Особливості дитячого суїциду

Причинами самогубства серед дітей найчастіше виступають несприятлива ситуація в сім'ї (наприклад, насильство) або відсутність останньої. Дослідники, які займалися вивченням сімей дітей-суїцидентів, називають вражаючі цифри: у 95% це алкоголізм одного чи обох батьків, психічна патологія в батьків чи родичів, зокрема клінічні форми депресії, психози, випадки самогубств у родині.



Рекомендації батькам:

1 ВИСЛУХОВУЙТЕ – «Я чую тебе». Не намагайтесь утішити загальними словами типу «Ну, все не так погано», «Тобі стане краще», «Не варто це робити». Дайте можливість висловитись. Ставте питання й уважно слухайте.

2 ОБГОВОРЮЙТЕ – відкрите обговорення планів і проблем знімає тривожність. Не бійтесь говорити про це – більшість людей відчують незручність, кажучи про самогубство, й це виявляється в запереченні або уникненні цієї теми. Бесіди не можуть спровокувати самогубства тоді як уникнення цієї теми збільшує тривожність, підозрілість.

3 БУДЬТЕ УВАЖНІ до непрямих показників при передбачуваному самогубстві. Кожну жартівливу згадку або загрозу слід сприймати серйозно. Підлітки часто заперечують, що говорили серйозно, намагаються висміювати дорослого за його зайву тривожність, можуть зображати гнів. Скажіть, що ви сприймаєте їх серйозно.

4 СТАВТЕ ЗАПИТАННЯ – «Таке враження, що ти насправді говориш...», «Більшість людей замислювались про самогубство...», «Ти коли – небудь думав (думала), як це зробити?» Якщо ви отримуєте відповідь, тоді переходьте до конкретних запитань.

5 ПІДКРЕСЛЮЙТЕ ТИМЧАСОВИЙ ХАРАКТЕР проблем – визнайте, що його (її) відчуття дуже сильні, проблеми складні. Дізнайтесь, чим ви можете допомогти, оскільки вам він (вона) уже довіряє. Дізнайтесь, хто ще міг би допомогти цій ситуації.



Попередження суїцидальних проявів в підлітковому середовищі

Земля, начебто, втратила силу тримати на собі людей.
(Д.М.Достоевський)

Серед мотивів, які пояснюють спроби самогубства, самі підлітки й психологи вказують на **спосіб вплинути на інших людей:**

- «дати зрозуміти людині, у якому ти розпачі» – близько 40%;
- «змусити шкодувати людину, що погано до тебе ставилася» – близько 30%;
- «показати, як ти любиш іншого» і - «з'ясувати, чи любить справді тебе інший» – 25%;
- «вплинути, щоб інший змінив своє рішення» – 25%;
- «заклик, щоб прийшла допомога від іншого» – 18%.

Родини підлітків із суїцидальною поведінкою відрізняються підвищеною частотою психічних відхилень, нерозумінням дітей, байдужністю до них і частими покараннями. Нерідко підлітки із суїцидальними проявами почувають себе перевантаженими через завищені очікування батьків.



Соціальна дезадаптація у підлітковому віці –

фактор суїцидального ризику:

Практично всі представники «групи ризику» мають більшу потребу у спілкуванні з батьками, братами/сестрами, викладачами, ровесниками, ніж «благополучні» респонденти. Але ця потреба фрустрована (незадоволена). У попередженні розвитку суїцидальних тенденцій особливо важливою є роль матері. Для випадків завершеного суїциду характерна сімейна обтяженість!!!

У суїцидальній поведінці підлітків можна умовно виділити 3 фази:

1 Фаза обдумування – свідомі думки про здійснення суїциду, які можуть вийти з-під контролю і стати імпульсивними (спостерігаються зміни в поведінці і зовнішньому вигляді).

2 Фаза амбівалентності – настає за умов появи додаткових стресових факторів (підліток висловлює погрози або наміри суїциду, «крик про допомогу»).

3 Фаза суїцидальної спроби – швидко друга фаза переходить у третю.

Більшість суїцидальних підлітків (до 70%) обмірковує і здійснює суїцид упродовж 1-2 тижнів. Інколи тривалість усіх трьох фаз може бути дуже короткою, не більше 1 години.

Якщо суїцидальна спроба не завершилася загибеллю, у людини настає етап **постсуїцидальної кризи**, який триває аж до повного зникнення суїцидальних тенденцій.



Ознаки, за якими можна виявити ризик суїциду у підлітків

Про ризик самогубства у підлітків можна зробити висновок, спостерігаючи за їхньою поведінкою, дослухаючись до змісту їхніх розмов, аналізуючи їхню життєву, зокрема сімейну ситуацію. Чим більше з перерахованих нижче чинників виявляється у ході спостереження за підлітком, тим вища ймовірність розвитку в нього суїцидальної поведінки:

- актуальні суїцидальні ідеї з відхиленням альтернативних ідей, а також наявність точного плану суїциду;
- депресивний стан чи інше психічне захворювання;
- попередні суїцидальні спроби; ризик суїциду найвищий протягом першого року після такої спроби;
- попередні суїцидальні спроби, здійснені не шляхом прийому таблеток;
- суїцидальні спроби в сім'ї чи серед близького оточення підлітка;
- соціальна ізоляція;
- конфлікти між підлітком та його оточенням, сімейні проблеми;
- девіантна поведінка в цілому;
- вживання наркотиків чи алкоголю;
- бажання бути направленим на стаціонарне лікування.