

Рекомендации для педагогов и социальных педагогов по работе с несовершеннолетними в случае выявления суицидального риска

Маркеры суицидального состояния

Условием эффективной работы по выявлению детей с высоким уровнем суицидального риска является своевременное обращение классного руководителя или учителя к специалистам в случаях:

- склонность к быстрой перемене настроения, необычные вспышки раздражительности или любвеобильности;
- высказывания о нежелании жить: «Было бы лучше умереть», «Не хочу больше жить», «Я больше не буду ни для кого проблемой», «Тебе больше не придётся обо мне волноваться», «Мне нельзя помочь»;
- заметная перемена в обычных манерах поведения, наличия у ребенка серьезных поведенческих проблем (отказ от соблюдения установленных норм и правил, агрессивное поведение и т.п.);
- попытка уединиться: закрыться в комнате, убежать и скрыться от друзей (при наличии другихстораживающих признаков);
- появление у ребенка проявлений депрессивного состояния (замкнутость, «уход в себя», эмоциональные «всплески», отдаление от семьи и друзей и др.);
- пропуск обучающимися уроков и учебных дней без уважительных причин;
- употребления или предполагаемого употребления ими спиртных напитков и других наркотических веществ;
- резкое ухудшение состояния здоровья, недостаток сна или повышенная сонливость, ухудшение или улучшение аппетита, усиление жалоб на физическое недомогание;
- признаки беспокойства, усиленное чувство тревоги;
- неряшливый внешний вид или педантичное отношение к внешнему виду;
- упадок энергии, признаки вечной усталости;
- излишний риск в поступках;
- поглощенность мыслями о смерти или загробной жизни;
- выражение безнадежности;
- раздача в дар любимых вещей и предметов, приведение в порядок всех дел;
- разговоры о собственных похоронах;
- в других случаях, когда ухудшение социальных условий представляет угрозу эмоциональному благополучию подростка.

Не все из перечисленных симптомов могут присутствовать одновременно. Однако наличие двух или трех поведенческих признаков указывает, что у ребенка может быть депрессия и ему нужна помощь специалиста.

Вопросы, которые следует задать педагогу ребенку, который может совершить самоубийство и обратился к Вам за помощью:

- Как дела? Как ты себя чувствуешь?
- Ты выглядишь, словно в воду опущенный, что-то случилось?
- Что ты собираешься делать?
- А что, если ты причинишь себе боль?
- Ты когда-нибудь причинял себе боль раньше? Когда это было? Что случилось? На какой отметке шкалы ты был в то время?
- Если б я попросил бы тебя пообещать мне не причинять себе боль, то ты бы смог это сделать? Что бы помешало тебе дать обещание?
- Что помогло тебе справиться с трудностями в прошлом? Что могло бы помочь сейчас?
- От кого ты бы хотел эту помощь получить?

- Знают ли твои родители, что ты испытываешь такие трудности, сложности, душевные муки?
 - Хочешь ли ты посоветоваться со специалистом (психотерапевтом, неврологом)?

Очень важно всегда серьезно относиться к любым угрозам, поэтому необходимо:

- * не разглашать полученную от ребенка информацию лицам, не имеющим отношения к происходящему, разговаривать с ребенком конфиденциально.
- * говорить с ребенком открыто и прямо;
- * дать ребенку почувствовать, что вам не все равно, что с ним происходит;
- * слушать с чувством искренности и понимания;
- * отстаивать свою точку зрения, что самоубийство – это неэффективное решение всех проблем;
- * прибегнуть к помощи «авторитетных людей» для оказания поддержки ребенку, нуждающемуся в помощи;
- * заключить «соглашение о несовершении самоубийства», условием которого будет обещание ребенка не причинять себе боль никоим образом;
- * подумать, кто может помочь ребенку: пригласить родителей, школьного воспитателя или психолога, человека, которому ребенок доверяет;
- * при необходимости пригласить психотерапевта, который может вывести ребенка из кризисного состояния; при осложненных или критических ситуациях доставить его в ближайший психоневрологический центр или больницу;
- * просто остаться с ребенком рядом; если необходимо уйти, оставить его на попечение другого взрослого;
- * попытаться установить, насколько произошедшая ситуация стала кризисной и суицидоопасной;
- * попытаться выявить не только те моральные структуры личности, которые подверглись психотравматизации, но и «зоны сохранной моральной мотивации», которые могут выступить в качестве антисуицидальных факторов (такowymi могут быть чувство долга и ответственности, достоинство, гордость, совесть, стыдливость, стремление избежать негативных санкций и мнений, стремление поддержать собственный престиж и т.д.).

В случае выявления высокого риска потенциального суицида у одного или нескольких учащихся педагог ОУ:

1. Информировать о суицидальных намерениях учащегося узкий круг лиц, которые могут повлиять на принятие мер по снижению риска (администрацию, психолога, медицинского работника, родителей). Согласовывает с ними дальнейшие действия.
2. Поддерживать визуальный и эмоциональный контакт с ребенком, имеющим высокий уровень суицидального риска, до прибытия специалистов.