

«Причины суицида и способы его предупреждения».

Красина Виктория Дмитриевна и Демидова Елизавета Олеговна - студентки группы 820501 1 курса естественно-научного факультета « ТГПУ им. Л.Н.Толстого»

Каждый день на планете добровольно из жизни уходят десятки тысяч людей. По данным официальной статистики от самоубийства ежегодно погибает около 2800 детей и подростков. У 30% лиц в возрасте 14 – 24 лет бывают суицидальные мысли, 6% юношей и 10% девушек совершают суицидальные действия. Некоторые специалисты пишут о том, что в 10% суицидальное поведение имеет цель покончить собой, и в 90% – это привлечение к себе внимания. Слово « суицид» стало чем-то обыденным, привычным для нас.

Так что же такое суицид?

Суицид (самоубийство)-это умышленное самоповреждение со смертельным исходом , лишение себя жизни. Психологи связывают этот шаг с депрессиями, родственники и знакомые ищут объяснения в бытовых проблемах, обвиняют конкретных лиц. Существует даже отдельный раздел науки – Суицидология, которая изучает суицидальное поведение и способы предотвращения самоубийств. Ведущие психологические, биохимические и генетические центры каждой страны детально разбирают и изучают суицидальное поведение. Взяв за основу само происхождение человека, его роль в обществе, а также мировоззрение. Несмотря на это количество случаев суицида с каждым годом растет, а попыток самоубийства предотвращается ещё больше.

У подростков попытки совершения акта лишения себя жизни, бывают нескольких типов:

- Демонстративное поведение-это тип поведения, обусловленный стремлением подростка обратить внимание на себя и свои проблемы. Кажется, что это своего рода просьба о помощи. Они преследуют цель напугать окружающих, а не лишиться себя жизни. В этом случае подростки выбирают способы, как порезы вен, изображение повешения, отравление неядовитыми лекарствами.
- Аффективное поведение-это действие, совершенное под влиянием ярких эмоции. Подростками движут сильные негативные эмоции-обида, гнев. Они чаще всего прибегают к попыткам повешения, отравление токсичными и сильнодействующими препаратами.
- Истинное поведение-это продуманный план действий. В этом случае подростки оставляют записки родителям и друзьям, в которых они прощаются со всеми и объясняют причины своих действий. Они прибегают к повешению или к прыгиванию с высоты.

Решение на совершение самоубийства не происходит мгновенно. Подростки задаются вопросами о смерти и смысле жизни, они не видят другого решения своих проблем. Продумывают свои действия и составляют разработанный план. Далее возникают суицидальные намерения, которые ведут к попытке или самому самоубийству.

В основном совершают самоубийства люди от 14 до 24 лет. Именно в этом возрасте люди более импульсивны, больше подвержены внешним воздействиям, тонко ощущают мир и остро реагируют на чужое мнение. Им свойственен юношеский максимализм.

Что же может сподвигнуть подростка на умышленное лишение себя жизни?

Для человека, который близко все принимает к сердцу, причина может быть незначительной. Мелкая ссора или обида, малейшее слово могут спровоцировать суицидальные мысли.

Главной причиной может быть дисгармония в семье. Бывает, что происходит недопонимание со стороны родственников, частые ссоры и конфликты между членами семьи. Казалось бы, семья это опора и поддержка человека, и очень жаль, что из-за банального отсутствия взаимопонимания, человек готов расстаться с собственной жизнью.

Нередко подростки сталкиваются с безответной любовью, ранней половой жизнью, приводящей к разочарованиям и нежелательной беременности. Задаются вопросом: « Как жить дальше?». Это все доставляет большую душевную боль, с которой не каждый в силах справиться. И поэтому из-за боли человек находит такой выход, как суицид.

Еще одной причиной может стать буллинг. В наше время подросткам очень важно знать мнение окружения, но зачастую многие сталкиваются с травлей. Именно эта сложная и неприятная тема, оказывает сильное влияние на душевное равновесие человека.

Депрессия, наркотическая, алкогольная зависимости и реакция протеста, финансовые проблемы, одиночество, так же могут привести к самоубийству.

Сохранение жизни является одной из главных задач нашего общества. Ко всем намекам на суицид следует относиться со всей серьезностью. Если человек кричит о помощи, значит, он нуждается в ответной реакции.

В настоящее время проводятся различные профилактические работы в борьбе с суицидом. К примеру: борьба с интернет-ресурсами, пропагандирующими суицид; создание добровольных благотворительных организаций с целью предупреждения самоубийств.

При высоком суицидальном риске требуется индивидуальное психологическое консультирование, основным результатом которого для индивида является понимание, что он услышан и появления чувства, что он не одинок. Не нужно оставлять одного человека в ситуации высокого риска

совершения попытки ухода из жизни. С индивидом, решившимся на суицид, рекомендуется проводить все время, пока не минует кризис, либо не прибудет профессиональная помощь. Человек, который собирается встать на путь самоуничтожения, нуждается во внимании. Он хочет, чтобы его выслушали, не осуждая, обсудили с ним его боль или проблему. Сталкиваясь с угрозой попытки суицида, не нужно спорить с потенциальным самоубийцей и проявлять агрессивность.

Подводя итоги, мы можем сказать, что при возникновении каких-либо трудностей в жизни необходимо разобраться с самой сутью проблемы, посмотреть с другой стороны, попробовать разобраться в причинах. Какой бы сложной не казалась ситуация, всегда найдется выход. Людям нужно быть более чуткими по отношению друг к другу и не допускать ситуаций, где человек будет чувствовать себя ненужным и одиноким.

При углубленном изучении данной темы, мы поняли насколько страшна проблема суицида в современном обществе. Это позволило не только узнать, насколько страшен и распространен суицид в наше время, но и не оставило неосвященными вопросы, связанные с предотвращением самоубийств и других суицидальных действий.

Литература:

- Профилактика суицида подростков (Авторы: Молодцова Т. Д., Русинова М. М., Шалова С. Ю.).
- Самоубийство (Авторы: Эмиль Дюркгейм).
- Суицидальное поведение: психологические аспекты. Учебное пособие (Авторы:Игорь Погодин).