

# ПСИХОЛОГИЯ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ

По данным ВОЗ число суицидов возрастёт к 2020 году до 1500000 человек в мире



# Суицидальное поведение

- ▣ Это аутоагрессивные действия человека, сознательно и преднамеренно направленные на лишение себя жизни из-за столкновения с невыносимыми жизненными обстоятельствами.
- ▣ ВОЗ насчитывает 800 причин самоубийств, среди которых:
  - ▣ 19% - страх перед наказанием;
  - ▣ 18% - душевная болезнь (в т. ч. Депрессия)
  - ▣ 18% - домашние огорчения;
  - ▣ 6% - страсти;
  - ▣ 3% - денежные проблемы;
  - ▣ 1,5 % - пресыщенность жизнью;
  - ▣ 1,2% - физические болезни;
  - ▣ 41% - причина не установлена.

# Психический статус самоубийц

- ▣ 25% - психически больные люди (шизофрения 10%, деменция и делирий 5%, депрессия – 77% )
- ▣ 50% - лица, находящиеся в пограничном состоянии (нервные, тревожные, не умеющие управлять эмоциями)
- ▣ 25% - абсолютно психически нормальные лица, но на момент совершения суицида не сумевшие справиться с тяжёлыми жизненными обстоятельствами.

# Прогностические критерии риска

признаки	санкционирующие	лимитирующие
Возраст	Кризисные биологические периоды (пубертатный и инволюционный, становление менопаузы)	Детский, до 40 лет
Пол	Мужской (4 к 1)	женский
Семейное положение	Разведенные, вдовы, одинокие (после 40 лет)	Семейные, женатые
Профессия	Врачи, военные, полицейские, музыканты, юристы	другие
Образование	Неполное среднее	высшее
Физическое здоровье	Наличие хронических заболеваний и уродств	удовлетворительное

# ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ КРИТЕРИИ РИСКА

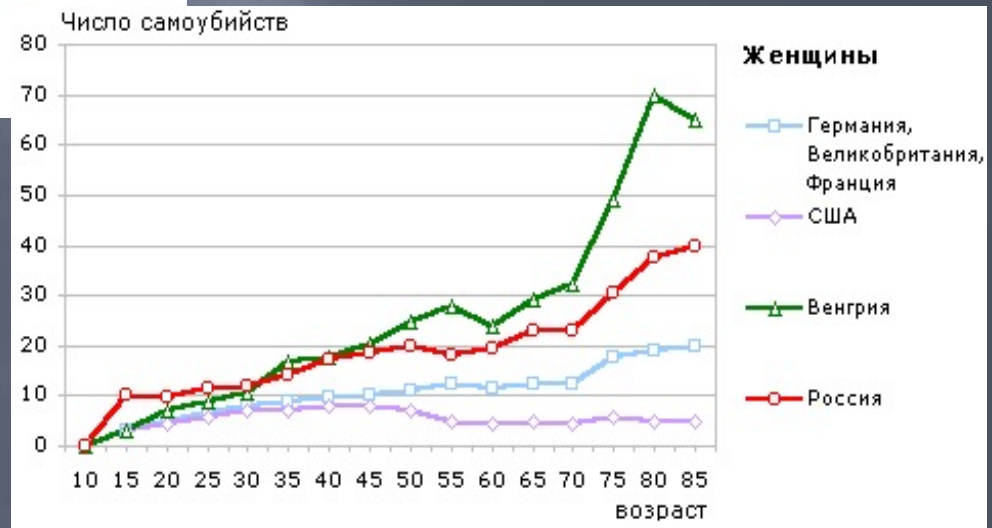
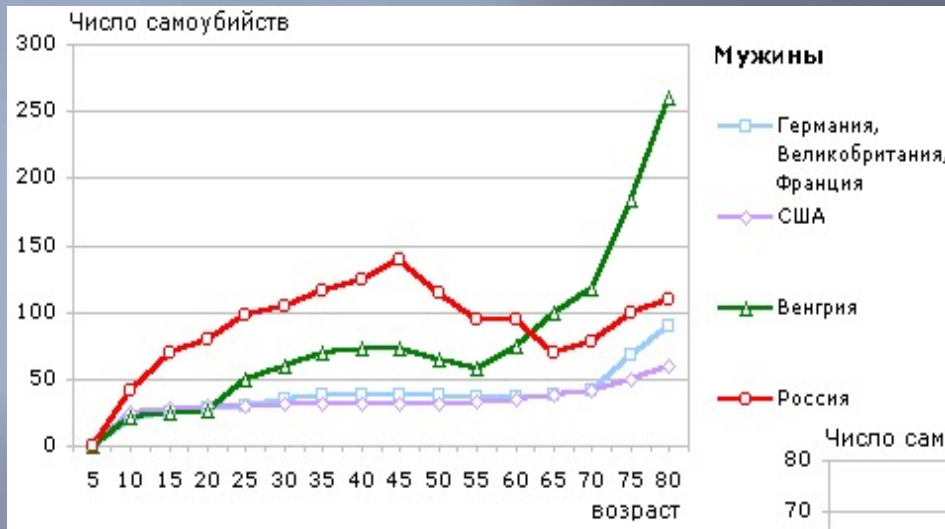
**Сексуальная ориентация.** По данным исследований, которые проводились в США, геи совершают попытки самоубийства в 7 раз чаще, чем натуралы.

## **Взаимоотношения:**

- Общались с широким кругом людей – 24%
- С несколькими людьми – 60%
- Были замкнуты и избегали общения – 16%

**Общественные катаклизмы** оказывают непосредственное влияние на число суицидов. Например, после возведения Берлинской стены уровень самоубийств в восточном секторе увеличился в 25 (!!!) раз. Экономические кризисы влияют не только на материальное, но и на психическое состояние. В этой ситуации будущее кажется крайне неопределенным, а самоубийство - единственным приемлемым решением.

# Суициды мужчин и женщин в разном возрасте



# Этапы суицидального поведения

- ▣ 1. Пресуицид:
  - ▣ пассивные суицидальные мысли – представления и фантазии о суициде,
  - ▣ суицидальные замыслы – обдумывание плана суицида и суицидальные намерения – включение воли , подготовка к самоубийству.
- ▣ 2. Суицидальный акт.
- ▣ 3. Постсуицидальный период. Его типы: критический, манипулятивный, аналитический, фиксированный.



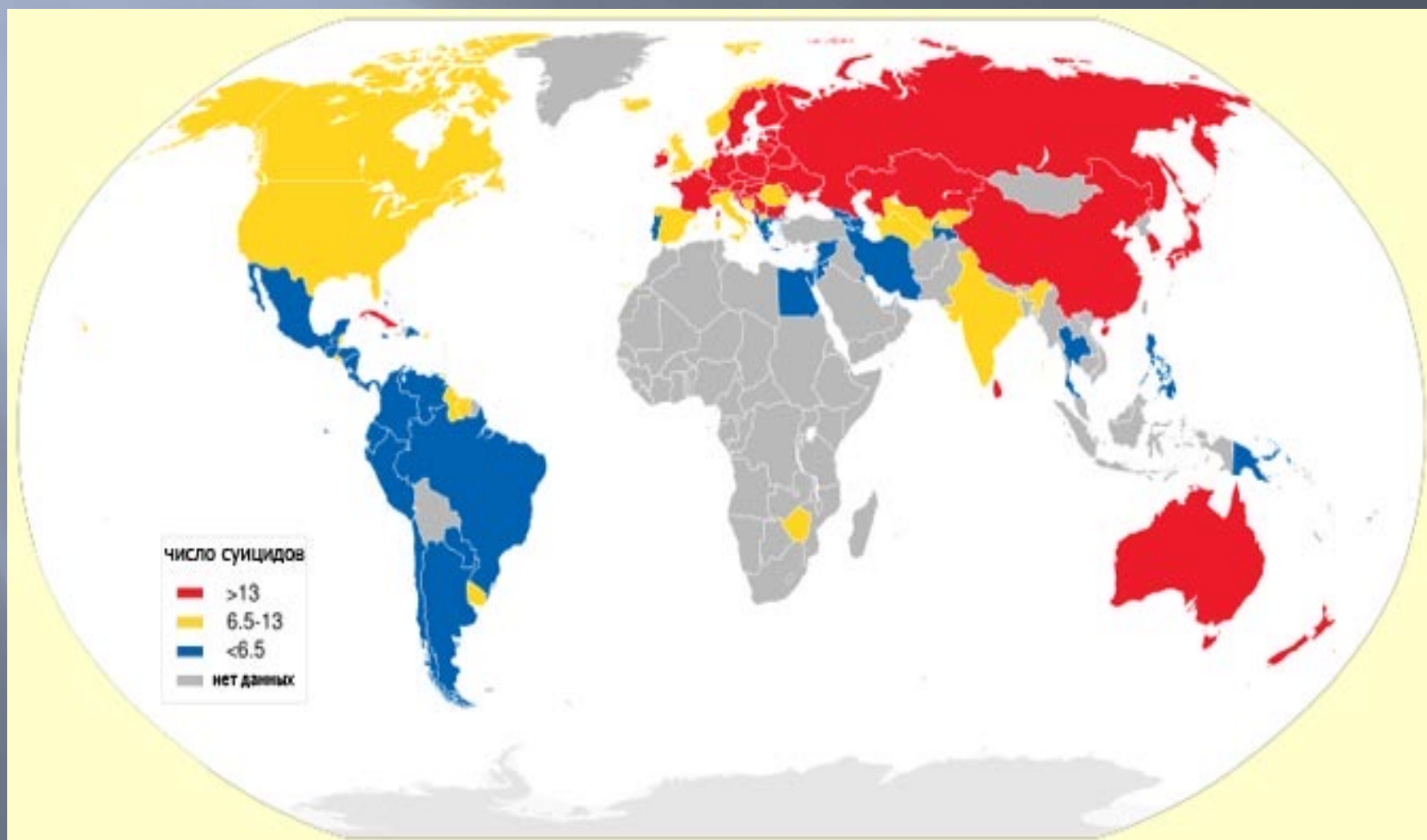
# Общие черты суицидального поведения

- ▣ Цель – поиск решения;
- ▣ Задача – прекращение сознания;
- ▣ Стимул – невыносимая психическая боль;
- ▣ Эмоции – беспомощность, безнадежность;
- ▣ Отношение к суициду – амбивалентное;
- ▣ Состояние психики – сужение когнитивной сферы (тоннельное сознание);
- ▣ Коммуникация – 75% людей сообщают о своих намерениях явно или косвенно.

# Психологические предпосылки суицида

- ▣ 1. Воспитание по типу гиперопеки (незрелость личности, низкий уровень социальной адаптации);
- ▣ 2. Высокая значимость эмоциональных связей, чувство вины;
- ▣ 3. Доминирующее значение личной жизни;
- ▣ 4. Ригидность целевых установок;
- ▣ 5. Неспособность к принятию компромиссных решений;
- ▣ 6. Напряжённость потребностей;
- ▣ 7. Склонность к импульсивным реакциям;
- ▣ 8. Внешний локус контроля (в профессиях с личной ответственностью.);
- ▣ 9. Наличие суицидов в семейной истории;
- ▣ 10. Воспитание по типу гипоопеки (безнадзорность), приводящее к низкой самооценке и отсутствию жизненных ориентиров.

# Суицидальная карта мира



# СТАТИСТИКА

- ▣ Ежегодно в результате суицида погибает 1 млн ч
- ▣ Среди них:
- ▣ 280 тысяч китайцев,
- ▣ 51 тысяча россиян,
- ▣ 30 тысяч американцев,
- ▣ 25 тысяч японцев,
- ▣ 20 тысяч французов.
- ▣ Следует иметь ввиду, что статистика может быть в несколько раз меньше, чем реальность, т.к...

# Статистика 2

- ▣ Ежегодно погибают 1100000 человек на планете
- ▣ 300 тысяч китайцев,
- ▣ 160 тысяч индийцев,
- ▣ 37 тысяч американцев
- ▣ 30 тысяч русских
- ▣ 30 тысяч японцев
- ▣ 16 тысяч французов...
- ▣ 10 тысяч украинцев

# Уровень самоубийств в разных странах (на 100 тысяч населения)

- ▣ Страны с низким уровнем самоубийств (до 10 в год): Египет (0,03), Греция, Италия, Гватемала, Филиппины (0,5), Албания (1,4), Доминиканская республика (2,1), Армения (2,3)
- ▣ Страны со средним уровнем самоубийств (от 10 до 20 чел): Австралия и США
- ▣ Страны с высоким уровнем самоубийств (выше 20 человек): Венгрия (35,9), Эстония (38,2), Россия (39), Литва (42,1), Латвия (42,5)

# Динамика суицидальной кривой в бывшем Советском Союзе

- Вся цифра по самоубийствам в Советском Союзе были засекречены - Госкомстат опубликовал их только в 1989 году. Ему действительно было что скрывать - если царскую Россию можно было отнести к странам с невысоким уровнем самоубийств, то после октябрьской революции и гражданской войны число суицидов резко возросло. Так, в 1926 году в Москве и Питере уровень самоубийств на 100 тысяч составлял 42 среди мужчин и 20 среди женщин (и это только по официальной статистике). Далее - высокий уровень самоубийств был отмечен в 1937-м и в 1947-м. Затем последовал некоторый спад во время хрущевской "оттепели", с последующим ростом вплоть до 1984 года (39 человека на 100 тысяч), когда страна занимала по числу самоубийств второе место, уступая только Венгрии. Во время перестройки уровень самоубийств резко упал (до 23 человек на 100 тыс.), но, начиная с 1988 года, вновь стал расти, и в 1994-м количество самоубийств возросло чуть ли не вдвое.

# Данные по России

- ▣ В России за последние 20 лет покончили жизнь самоубийством 830 тысяч человек. За это время уровень самоубийств снизился практически вдвое (с 39.2 - в 1990 до 21.4 - в 2011). В Москве суицидальный показатель составляет 11, в Питере - 18. В некоторых районах России (Волго-Вятском, Западно-Сибирском, Восточно-Сибирском, Дальневосточном, Уральском) этот показатель достигает 65-80, в Корякии - 133, Коми - 110, на Алтае - 102, в Удмуртии — 101 на 100 тыс. населения.



# Графики динамики суицидов по России за 1990-2010 годы



# Самоубийства среди молодежи

- ▣ За последнее десятилетие число самоубийств среди молодежи выросло в 3 раза. Основные причины суицида: неразделенная любовь, конфликты с родителями и сверстниками, страх перед будущим, одиночество. Ежегодно, каждый двенадцатый подросток в возрасте 15-19 лет пытается совершить попытку самоубийства. В России показатель суицида среди молодежи на 100 тыс. составляет 20, что превышает средний мировой показатель в 2,7 раза.

## 60% всех суицидов приходится на лето и весну

Может быть потому, что именно в этот период особенно заметен контраст между расцветом природы и неизменностью внутреннего состояния.



# Общие статистические выводы

- Около 80% самоубийц предварительно дают знать о своих намерениях окружающим, хотя способы сообщения об этом могут быть завуалированы.
- У 6% покончивших с собой, один из родителей был самоубийцей.
- 12% после неудачной попытки суицида в течение двух лет повторяют ее и достигают желаемого. 80% покончивших с собой, пытались сделать это в прошлом по крайней мере однажды.
- В окружении каждого человека, покончившего с собой, в среднем остается 6 человек, для которых его самоубийство является тяжелой душевной травмой.
- С начала 19 века наблюдается постоянное и равномерное возрастание статистики самоубийств во всех странах мира.

# Этапы оказания помощи суицидентам

- ▣ 1) В реанимации надо сохранить жизнь, установить контакт и оказать эмоциональную поддержку;
- ▣ 2) В кризисном стационаре выявить причины суицида, провести индивидуальную и групповую психотерапию, направленную на коррекцию характерологических особенностей, самооценки, микросоциальных отношений;
- ▣ 3) В амбулаторной консультации – наблюдение и психологическая поддержка (от 6 мес. до года), обеспечение «эффекта присутствия».

# Коммуникативные приёмы в работе психологической службы на телефоне доверия (495) 205-05-50

1. Выслушивание «вентиляция мозгов»,
2. Банализация (снятие синдрома исключительности),
3. Эстетическая визуализация,
4. Напоминание о родителях, детях,
5. Взгляд из будущего (обесценивание ситуации в масштабах жизни),
6. Взвешивание хорошего и плохого,

7. Контрастирование с другими людьми, у которых ещё хуже,
8. Предложить свой опыт решения подобных проблем,
9. Уверить человека в его силах, возможностях,
10. Довести до абсурда,
11. Провокационный метод,
12. Позитивное будущее (терапия надеждой),
13. Структурирование (обдумывание действий по решению проблемы),
14. Помощь другим,
15. Расширение круга интересов (фильмы героического содержания)

# Что делать, если чёрные тараканы завелись в твоей голове?

- ▣ Дайте совет себе и другу, как побороть чёрные мысли и не допускать их в свою жизнь!



# Делирий

Синдром помрачённого сознания, который характеризуется нарушением ориентировки в собственной личности, наплывом устрашающих зрительных галлюцинаций. Больные не понимают где находятся, не различают день и ночь, видят угрозу в действиях окружающих, убегают от «преследователей», обороняются от фантастических животных. Делирий развивается поэтапно и длится от нескольких часов до 3 – 5 суток. Причиной могут быть травмы, интоксикации, инфекции.