Родительское собрание по профилактики суцидального поведения среди подростков.

Цель: Повышение психолого-просветительского уровня родителей.

Задачи:

- Раскрыть проблемы возникновения суицида среди детей. Познакомить родителей с      причинами суицида.

- Пропагандировать среди подростков и родителей нравственные устои семьи, общества.

- Предложить рекомендации родителям по профилактике суицида.

Виды деятельности: Мозговой штурм, групповая работа

Ход родительского собрания:
«Самоубийство—это сознательное, намеренное и быстрое лишение себя жизни».

Социологи рассматривают самоубийство как барометр социального напряжения. Психологи интерпретируют его как реакцию давления на личность. Однако и те, и другие согласны, что самоубийство возникает, если у человека появляется чувство отсутствия приемлемого пути к достойному существованию. Вместе с тем, согласитесь, далеко не каждый, у кого нарушены связи с обществом или возникли неудачи в школе, на работе, становится жертвой самоубийства. Не существует какой-либо одной причины, из-за которой человек лишает себя жизни. Предрасполагающие факторы также различаются от человека к человеку, и не выявлено какого-то единого причинного фактора суицида. Как происходит, с кем, почему срабатывает суицид?

- А как Вы думаете по какой причине человек лишает себя жизни?

(Мозговой штурм: родителям предлагается высказать свое мнение и наиболее распространенные ответы записать на доске.)

А вот, что об этом думают психологи:
Все мы родом из детства… И не секрет, что самое важное, самое главное закладывается в ребенка в детстве, и от этого во многом зависит дальнейшая жизнь и судьба человека. Именно здесь мне видится самая первичная профилактика суицидальной настроенности и поведения ребенка, подростка, взрослого в дальнейшем. То, что происходит дальше, уже в школе, весьма условно я называю профилактикой, скорее, это уже все-таки коррекция, так как мы имеем дело с программами на уровне не только сознания детей, но, что еще важней – подсознания.
Душевная жизнь человека чрезвычайно сложна, так как психика состоит из двух взаимоопределяющих составных: осознаваемое и неосознаваемое – сознание и подсознание. В неосознаваемой сфере важное значение имеет фиксированное отношение к себе, к другим и к жизни в целом. Определяют это установки и психологическая защита. Особенно важно понять, какую роль в эмоционально-личностном развитии ребенка играют родительские установки. Бесспорно, родители – самые важные, значимые и любимые для ребенка люди. Авторитет их, особенно на ранних этапах психоэмоционального развития, непререкаем и абсолютен. Если бы родители только знали, как они способны «причинять» добро своим детям, я бы даже сказала – «догонять и причинять». Родителям особенно стоит осторожно и внимательно относиться к своим словесным обращениям к ребенку, оценкам их поступков и избегать установок, которые впоследствии могут отрицательно проявиться в поведении ребенка.
«Если бы я только знал, что он замышлял самоубийство! Я просто не мог и подумать, что произойдет такое несчастье!» — восклицают близкие. А могли бы вы подумать, что именно случайно оброненные и неслучайные фразы из далекого детства ребенка начинают запуск программы самоуничтожения, именуемой впоследствии суицид.
Как часто слышат дети?:
- Я сейчас занят (а), отстань от меня…
- Посмотри, что ты натворил, ты - придурок?!..
- Это надо делать не так, что ты как не знаю кто?!…
- Неправильно! Ну когда же ты научишься?!..
- Сколько раз тебе говорить, совсем идиот?!
- Ты сведешь меня с ума!
- Вечно ты во все лезешь!
- Уйди от меня! Встань в угол!
- Прибью тебя! (на языке и в понятии ребенка это звучит как «Убью» и никак иначе!)
Все эти «словечки» крепко зацепляются в подсознании ребенка, и сначала ребенок отдаляется, становится скрытен, ленив, недоверчив, неуверен в себе, и в самом худшем варианте подсознание ребенка выводит простую формулу:
Не живи! (я не нужен миру, я мешаю, я недостоин существовать).

- Сейчас бы мне хотелось представить Вам анализ обращений к педагогам-психологам образовательных учреждений по итогам 2011-2012 учебного года, которые выявили следующую иерархию причин обращений, и мы сравним её с нашими ответами:

1. Негативные эмоциональные состояния обучающихся.

2. Проблемы адаптации.

3. Нарушения познавательной сферы.

4. Межличностные отношения, конфликты с участниками образовательного процесса.

5. Трудности в обучении.

6. Подготовка к ЕГЭ и итоговой аттестации.

7. Нарушение взаимоотношений с родителями.

8. Суицидальные намерения.

И даже если на последней 8-й позиции выявляется несколько случаев обращений, следует помнить, что речь идет о жизни детей, поэтому решение проблемы становится приоритетной задачей специалистов.

Также мне хотелось бы представить Вам анализ материалов уголовных дел и проверок обстоятельств причин самоубийств несовершеннолетних, проведенный Генеральной Прокуратурой России, которая показывает, что более 60% всех самоубийств несовершеннолетних связано с семейными конфликтами и неблагополучием, боязнью насилия со стороны взрослых, бестактным поведением отдельных взрослых, конфликтами с учителями, одноклассниками, друзьями, черствостью и безразличием окружающих. Изучение проблемы суицида среди молодежи показывает, что в целом ряде случаев подростки решались на самоубийство в целях обратить внимание родителей, педагогов на свои проблемы и протестовали таким страшным образом против бездушия, безразличия, цинизма и жестокости взрослых. Решаются на такой шаг, как правило, замкнутые, ранимые по характеру подростки от ощущения одиночества, собственной ненужности, стрессов и утраты смыслов жизни.  За каждым таким случаем стоит личная трагедия, катастрофа, безысходность, когда страх перед жизнью побеждает страх смерти.

По мнению доктора психологических наук А.К.Колеченко самой важной мотивационной причиной возросшего числа самоубийств среди подростков – отсутствие целей в жизни.

К 12-14 летнему возрасту понятие «концепции смерти» у детей приближается к взрослому. По мере формирования данной концепции повышается суицидальный риск.

Выделяют 3 основных типа подростковых самоубийств:

1.Истинные - мотив лишить себя жизни. никогда не бывает спонтанным - хоть иногда и выглядит довольно неожиданным. Такому суициду всегда предшествуют угнетенное настроение, депрессивное состояние, или просто мысли об уходе из жизни. Причем окружающие, даже самые близкие люди, нередко такого состояния человека не замечают (особенно если откровенно не хотят этого). И своеобразный тест на готовность к истинному суициду - размышления человека о смысле жизни. Поэтому в своего рода "группу риска" по суицидам составляют подростки и старики.

2. Скрытый суицид - удел тех, кто понимает, что самоубийство - не самый достойный путь решения проблемы, но тем не менее другого пути опять же найти не может.

3.Демонстративно-шантажные - путем имитации самоубийства решить свои проблемы, получить выгоду.

Наличие неблагоприятного социального окружения, как правило, основная причина, побуждающая подростка к совершению суицидальной попытки. Именно в ближайшем окружении он может найти или потерять опору, поддерживающую его в жизни. Выделяют группы риска подростков:

- из семей с низкими доходами;

- из семей, употребляющих алкоголь, наркотики;

- из семей, имеющий низкий образовательный уровень;

-из семей с неправильным типом воспитания.

Среди типов неправильного воспитания преобладает авторитарный, характеризующийся требованиями беспрекословного подчинения старшим, системой запретов и наказаний, и гипоопека.

Также можно выделить 3 фактора суицидального поведения:

-проблемы во взаимоотношениях с родителями, которые зависят от степени понимания ими своих детей, сопереживания, нормативности отношений;

-проблемы в школе, с социометрическим статусом подростка в классе (лидер, изгой), личностными отношениями к успеваемости, фактором жизненных перспектив;

-проблемы во взаимоотношениях со сверстниками - общение с друзьями (наличие близкого друга, принадлежность к неформальному объединению), межполовое общение.

Ведущим фактором подростковых суицидов является преобладание чувств:

- безнадежность, когда будущее не предвещает ничего хорошего;

- беспомощность - ощущение, что ты не можешь контролировать жизнь, от тебя ничего не зависит;

- изоляция - чувство, что тебя никто не понимает, тобой никто не интересуется;

- чувство собственной незначительности - уязвленное чувство собственного достоинства, низкая самооценка.

Подросток не имеет достаточно четкого представления о жизни и смерти. Сознание подростка нередко остается инфантильным. Отсюда и глупая угроза, которая может не произносится вслух, но всегда подразумевается: вот умру, тогда узнаете, как без меня плохо. В детском и подростковом возрасте суицидальное поведение носит характер ситуационно-личностных реакций - реакций личности на какую-нибудь ситуацию. Это связано со стремлением избежать стрессовых ситуаций или наказания. Подростки редко хотят умереть, они желают уйти от обстоятельств, которые считают невыносимыми. Это чувство одиночества, конфликты, жестокость, непонимание в семье. Может появиться чувство своей нежеланности, уверенности в том, что родители не хотели их появления на свет, феномен «отвергнутого ребенка».

Самоубийства среди подростков нередко носят подражательный характер. Подрастающему поколению весьма свойственны впечатлительность и порой некритичное отношение к предмету своего обожания. В наше время самоубийства и суицидальные попытки могут провоцировать средства массовой информации, когда подают самоубийство, как эффектный романтический поступок или как импульсивный ответ на жизненные стрессы, не проводят адекватного анализа психических заболеваний и психосоциальных проблем, лежавших в основе случившегося.

Подросток, находящийся в кризисном состоянии, может отождествлять себя с людьми, совершившими сенсационное самоубийство, и может выбрать выход в виде саморазрушения. Также в интернете много сайтов, которые обучают как правильно уйти из жизни.

Значительно увеличивается суицидальный риск у детей и подростков с девиантными формами поведения. Причем суицидальный риск возрастает по мере увеличения количества поведенческих проблем.

Одним из самых важных факторов суицидального риска у молодежи является диагностируемое психическое заболевание. Аффективное расстройство, особенно депрессия, является единственным психиатрическим диагнозом, наиболее тесно связанным с самоубийством.

Для детей более старшего возраста (10-14 лет) характерен вариант депрессии, замаскированной девиантным поведением. Характерно обилие несвойственных ранее подростку нарушений поведения широкого спектра: от грубости, конфликтности с домашними и пропусков школьных занятий до бродяжничества, противоправных поступков, алкоголизации, наркотизации, сексуальных эксцессов. Аффект тоски выражен незначительно.

Суицидальные попытки совершаются на высоте аффекта, в момент наивысшего напряжения конфликтной ситуации, часто на глазах «обидчиков». Пресуицид бывает предельно коротким: от нескольких минут до часа, без детального планирования своих действий. Такая «атипичность» является как раз типичным признаком депрессий детско-подросткового возраста.

 Психотравмирующая ситуация не является причиной депрессии, а играет лишь роль пускового фактора.

Сейчас мне хотелось бы представить Вашему вниманию ранние маркеры-предвестники, свидетельствующие о риске совершения суицида:

1.Изменение эмоций - постоянно пониженное настроение. Для ребенка характерна тоскливость. Он считает, что у него ничего не получится, он ни на что не способен. Ребенок подавлен, безразличен, ощущает вину перед окружающими.

2.Изменение поведения - самоизоляция от семьи и близких. Наблюдается снижение повседневной активности, потеря интереса к ранее существовавшим привычкам, хобби, изменение привычек: несоблюдение правил личной гигиены, наплевательское отношение  к внешнему виду. Появляется стремление к тому, чтобы все  оставили его в покое, нарушение сна, аппетита. Подросток слушает грустную музыку, предпочитает темы разговора и чтения, связанные со смертью и самоубийствами. Явно настораживает приведение в порядок своих вещей, раздаривание их или уничтожение.

3.Характерны высказывания: «лучше уже не будет», «хочу умереть», «скоро все закончится», «хорошо бы заснуть и не проснуться».

Давайте сейчас подумаем, чем же мы с Вами можем помочь нашим детям и составим для себя рекомендации. (Родителям предлагается разбиться на группы и написать на листке бумаге свои рекомендации, которые потом обсуждаются и составляются буклеты)

Своевременная психологическая поддержка, доброе участие, оказанное подросткам в трудной жизненной ситуации, могут помочь избежать трагедии.

Профилактика суицидального поведение, это  -  развитие личности подростка:

- помогите ребенку осознать собственную ценность и смысл существования;

- развивайте уверенность в себе;

- развивайте навыки  успешного взаимодействия с окружающими;

- развивайте навыки постановки и умений, необходимых для достижения поставленных целей, и как итог – формирование созидательной и активной жизненной позиции;

- развивайте внутренний потенциал подростка.

Каждый человек – сам кузнец своего счастья. Взамен одной программы можно запустить другую, гораздо более позитивную.
Помните: Эти слова ласкают душу ребенка:
- Ты самый любимый!
- Ты очень многое можешь!
- Спасибо! Что бы мы без тебя делали?!
- Иди ко мне! Садись рядом, мы можем поговорить…
- Расскажи мне, что с тобой…
- Могу я с тобой посоветоваться…
- Я готов помочь тебе, если совсем что-то не получается у тебя…
- Я радуюсь твоим успехам! Я горжусь, какой ты талантливый!
- Что бы ни случилось, помни: я с тобой и готов помочь!
Душевная копилка ребенка работает день и ночь. Ценность ее зависит от того, что мы туда бросаем. Чувства отчуждённости, покинутости, вины и стыда ни в коей мере не помогут ребенку стать здоровым и счастливым. Не стоит делать его жизнь унылой. Иногда ребенку вовсе не нужна оценка его поведения и поступков, его просто надо успокоить и поддержать. Сам ребенок – не беспомощная «соломинка на ветру», которая боится, что на нее наступят. Дети от природы наделены огромным запасом инстинктов, чувств и форм поведения, которые помогут им быть активными, энергичными и жизнестойкими. Многое в процессе воспитания детей зависит не столько от опыта и знаний взрослых, но и от их умения чувствовать и догадываться. Так давайте чувствовать, догадываться и любить! Для любви человек рождается, и она побеждает всё. Любовь у человека есть всегда, пока он жив.