

Закирьянова Марина Викторовна,

педагог-психолог,

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Средняя общеобразовательная школа № 1 города Бирска

Муниципального района Бирский район Республики Башкортостан

ПРОФИЛАКТИКА СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ СРЕДИ ШКОЛЬНИКОВ

Антисуицидальные факторы – факторы, препятствующие формированию намерения и непосредственной реализации суицидального замысла или обесценивающие целесообразность суицидального акта, как способа разрешения психотравмирующей ситуации.

К ним относятся: эмоциональная привязанность к значимым родным и близким; выраженное чувство долга, обязательность; страх боли и физических страданий; боязнь остаться инвалидом; наличие жизненных, творческих и других планов, замыслов; психологическая гибкость и адаптированность, умение компенсировать негативные личные переживания; наличие актуальных жизненных ценностей, целей; проявление интереса к жизни; уровень религиозности и боязнь греха самоубийства.

Профилактика суицидального поведения – это система мероприятий, направленных на предупреждение различных проявлений суицидального поведения, в том числе и суицидальных действий, а также предупреждение повторных суицидальных актов. Задачи профилактических мероприятий: 1. снятие психологического напряжения в психотравмирующей ситуации; 2. уменьшение психологической зависимости от причины, повлекшей суицидальное поведение; 3. формирование компенсаторных механизмов поведения; 4. формирование адекватного отношения к жизни и смерти.

Виды профилактики суицидального поведения различаются по содержанию и последовательности.

1. По содержанию:

- Специализированные психиатрические (собственно суицидологические) - медикаментозные и психотерапевтические методы воздействия, направленные на лечение психических и поведенческих расстройств, потенцирующих суицидогенез и на профилактику формирования и рецидивирования суицидальной активности.

- Психологические - психокоррекционные программы, направленные на формирование антисуицидальных копинг-стратегий поведения, изменение личностных установок, самооценки, уровня притязаний, на формирование «антисуицидального барьера».

- Общемедицинские – лечебные мероприятия, направленные на устранение сомато-неврологических последствий совершенной суицидальной попытки и на профилактику инвалидности.

- Социальные – меры, направленные на изменение социально-экономического статуса потенциальных и реализовавшихся суицидентов путем привлечения социальной службы.

- Информационно-образовательные – мероприятия, направленные на информирование всех групп населения о необходимости и способах укрепления психического здоровья, о первых признаках суицидоопасных состояний и стратегиях поведения в этой ситуации. Кроме того, это образовательные программы по диагностике суицидоопасных состояний и неотложных мерах по его предотвращению для врачей общей практики и врачей других специальностей, преподавателей школ и других учебных заведений, работников детских домов.

2. По последовательности:

- Первичная профилактика - вмешательства, направленные на предупреждение суицидальных действий среди всех категорий населения.

К ним относятся: формирование здорового образа жизни; обращение должного внимания на развитие личности; информационные и образовательные программы, направленные на обучение продуктивным

поведенческим стратегиям в кризисных ситуациях; ограничение доступа к веществам и средствам самоубийства; работа специалистов со средствами массовой информации (снижение привлекательности сообщений о суицидах); идентификация групп повышенного риска.

- Вторичная профилактика – мероприятия, проводимые с суицидентами, совершившими суицидальную попытку, с целью предотвращения рецидивирования суицидального поведения.

- Третичная профилактика – вмешательства, направленные на предотвращение инвалидизирующих последствий суицида и на предотвращение повторных суицидальных попыток, а также мероприятия, проводимые с близким окружением (родственниками, друзьями и т.д.) суицидентов с целью предотвращения рецидивирования аутоагрессивного поведения, а также направленные на превенцию формирования суицидального поведения имитационного характера в таком окружении.