

Признаки суицидального поведения и его профилактика

1. Понятие суицидального поведения, типы, предсуицидальный синдром
2. Выявление повышенного суицидального риска
3. Специфика проведения беседы
4. Оценка выраженности суицидальных рисков
5. Психологическая культура как профилактика СП

Суицидальное поведение -

это проявление суицидальной активности (намерения, высказывания, угрозы, попытки, покушения).

Суицидальное поведение встречается как в норме (без психопатологии), так и при психопатиях, и при акцентуациях характера.

Типы суицидального поведения:

- «Демонстративно - шантажное»
- Аффективное суицидальное поведение
- Истинное суицидальное поведение

Предсуицидальный синдром -

это психологический симптомокомплекс, который характеризуется формированием психологических установок, ведущих к суицидальному акту. Динамически этот процесс протекает от возникновения суицидальных мыслей до попыток их реализации: суицид или парасуицид

ВЫЯВЛЕНИЕ ПОВЫШЕННОГО СУИЦИДАЛЬНОГО РИСКА

- Психические расстройства (особенно депрессия, алкоголизм и расстройства личности);
- Соматические заболевания (особенно неизлечимые, сопровождающиеся болевым синдромом, инвалидизирующие; СПИД);
- Предыдущие суицидальные попытки;
- История самоубийств, алкоголизма и/или других психических расстройств в семье;

ВЫЯВЛЕНИЕ ПОВЫШЕННОГО СУИЦИДАЛЬНОГО РИСКА

- Семейное положение: состоит в разводе, вдова (вдовец), холост (не замужем);
- Одинокое проживание (социальная изоляция);
- Безработный или пенсионер;
- Тяжелая утрата, перенесенная в детстве

Стресс – состояние сильного психо-эмоционального напряжения организма человека

Суицидальные риски:

- Разлука и отдельное проживание с супругом;
- Утраты;
- Семейные неурядицы;
- Изменения рода деятельности или материальной обеспеченности;
- Отвержение значимым человеком;
- Стыд и боязнь обвинения.
- Профессиональная карьера (проблема статуса, несбывшиеся надежды)

Последовательность вопросов при беседе:

- Вы чувствуете тоску и беспомощность?
- Вы чувствуете отчаяние?
- Вы чувствуете, что Вам трудно встречать каждый новый день?
- Вы чувствуете, что Ваша жизнь стала обременительной?
- Чувствуете ли Вы, что никому до Вас нет дела?
- Есть ли у Вас ощущение, что жизнь не стоит того, чтобы ее продолжать?

Последующие вопросы:

- ◆ Есть ли у Вас определенный план самоубийства?
- ◆ Каким образом вы планируете это сделать?
- ◆ У Вас уже есть (таблетки/ оружие/ другие средства)?
- ◆ Решили ли Вы, когда именно намерены осуществить свой план?

Внимание !

- ◆ Вводящее в заблуждение ложное улучшение состояния. Если пациент, ранее проявлявший тревогу, внезапно успокоился, то на самом деле это может свидетельствовать о том, что он принял решение совершить самоубийство.
- ◆ Отрицание. Пациенты, имеющие серьезные намерения покончить с собой, могут намеренно отрицать у себя подобные мысли.

Суицидальный риск (0-6): выявление, оценка выраженности и план действий

Симптом	Оценка	Действия
Признаков дистресса нет	-	-
Беспокойство	Спросите о наличии мыслей о самоубийстве	Выслушайте, проявляя сочувствие
Мысли о смерти	Спросите о наличии мыслей о самоубийстве	Выслушайте, проявляя сочувствие
Мысли о самоубийстве	Оцените намеренность (план и метод)	Изучите возможности заручиться поддержкой
Мысли о самоубийстве, психическое расстройство отсутствует	Оцените намеренность (план и метод)	Изучите возможности заручиться поддержкой
Серьезные суицидальные тенденции, имеется психическое расстройство или серьезные стрессовые события	Оцените намеренность (план и метод). Заключите контракт	Направьте к психиатру
Серьезные суицидальные тенденции, имеется психическое расстройство, или серьезные стрессовые события, или сильное беспокойство, или суицидальная попытка в анамнезе	Оставайтесь с пациентом (отнимите средства самоубийства)	Госпитализация

Психологическая культура

совокупность знаний, норм, правил, обеспечивающих эффективную самореализацию личности: отношение к себе, другим людям, к значимым сферам своей жизни.