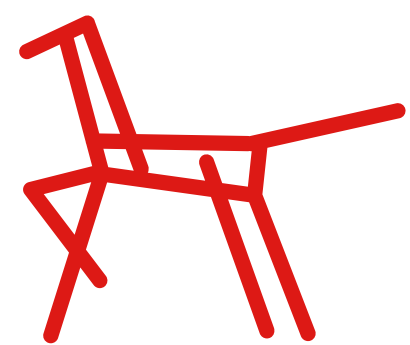
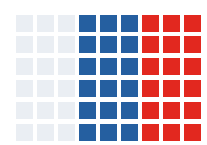




ИНСТИТУТ ИЗУЧЕНИЯ
ДЕТСТВА, СЕМЬИ
И ВОСПИТАНИЯ



ПРОФИЛАКТИКА
федеральный центр



МОСКОВСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПСИХОЛОГО-
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ

ФКЦ МГППУ



АЛГОРИТМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ В СИТУАЦИЯХ: СУИЦИДАЛЬНЫХ МЫСЛЕЙ И НАМЕРЕНИЙ, ТЕКУЩЕГО СУИЦИДА, СОСТОЯНИЯ ПОСЛЕ СУИЦИДАЛЬНОЙ ПОПЫТКИ

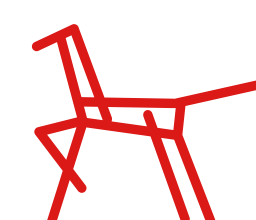


Ермолаева Анна Валериевна

- заместитель руководителя Федерального координационного центра по обеспечению психологической службы в системе образования Российской Федерации МГППУ

2 РАЗДЕЛ

АЛГОРИТМ КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ ПОСТРАДАВШЕГО ПОСЛЕ СУИЦИДАЛЬНОЙ ПОПЫТКИ



Обращение после суицидальной попытки

Соберите информацию о проблеме: (способ попытки, давность, количество попыток, кто знает о последней попытке, знают ли родители, отношение окружающих к попытке суицида)

Проработайте эмоциональное состояние на начало консультации. Делайте акцент на установление контакта

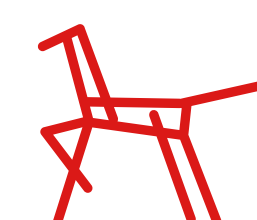
Выделите совместно предмет работы

Запрос на проработку проблемы, связанной с попыткой суицида

Проработайте проблему, приведшую к суицидальной попытке и/или актуальную в настоящее время

Запрос на проработку актуального эмоционального состояния

Проработайте текущее эмоциональное (кризисное) состояние после суицидальной попытки и определите ближайшие перспективы



Соберите значимую информацию (причины суицидальной попытки; отношения с окружением; ситуация, спровоцировавшая попытку)

Проработайте суицидальные переживания, способы совладания с проблемой. Обсудите сложности коммуникации, тему доверия к другим людям. На кого из близких людей могла повлиять попытка суицида обратившегося?

Эмоциональная поддержка. Проработка чувств по отношению к проблеме (вина, обида, агрессия, страх, тревога и пр.)

Определите мотивы совершения суицида *

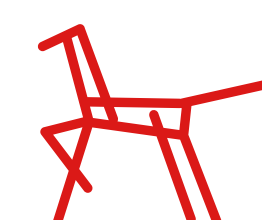
Протест
(мечь)

Избегание
наказания

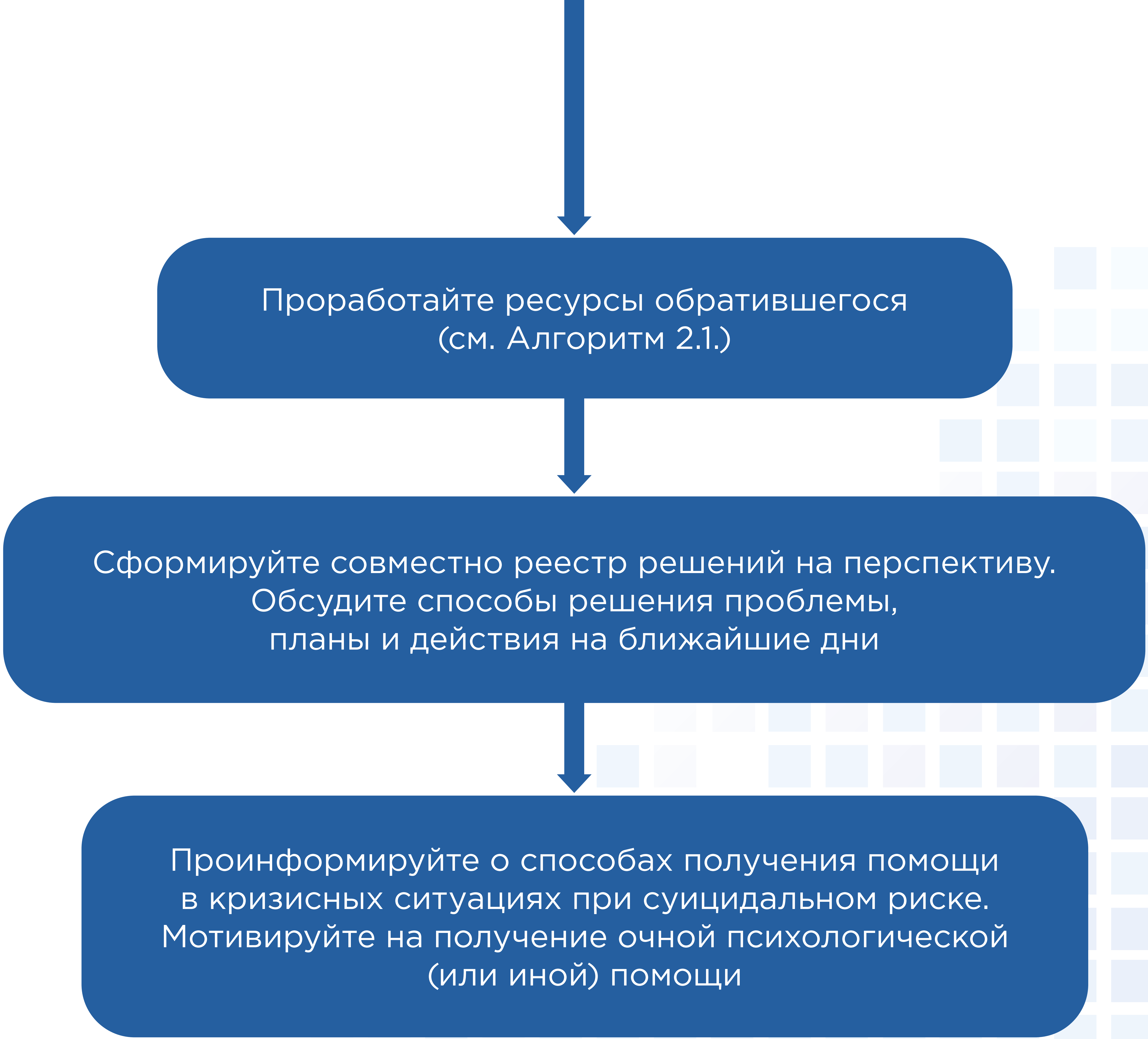
Самонаказание

Рациональное
подведение итогов
жизни

Призыв («решите за
меня проблему»)







Проработайте ресурсы обратившегося
(см. Алгоритм 2.1.)

Сформируйте совместно реестр решений на перспективу.
Обсудите способы решения проблемы,
планы и действия на ближайшие дни

Проинформируйте о способах получения помощи
в кризисных ситуациях при суицидальном риске.
Мотивируйте на получение очной психологической
(или иной) помощи

ПРИМЕР ОБРАЩЕНИЯ

София, 16 лет, проживает с матерью. Родители развелись два года назад, с отцом контакт не поддерживает. Мать работает в нескольких местах, чтобы обеспечить будущее девочке, с Софией дома встречаются только поздно вечером и рано утром. София обижена на мать, что не имеет возможности общаться с отцом, нарушен контакт с матерью. Чтобы «позлить» мать, привела домой толпу друзей, с друзьями распивали спиртные напитки. София выпила большое количество алкоголя, у нее началась истерика, она взяла кухонный нож и начала резать себе руки при друзьях и кричала, что хочет умереть.

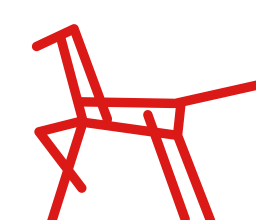
Друзья снимали все происходящее на видео и демонстрировали его в прямом эфире соцсетей.

Друзья вызвали скорую помощь, сообщили матери о случившемся.

Девочку отвезли в больницу. После выписки из больницы девочка обратилась в Центр.

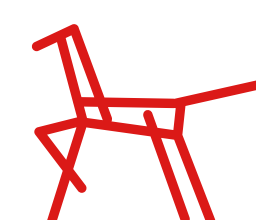
Вопросы для анализа:

1. Является ли произошедшее резонансным событием?
2. Кто и какие действия должен был предпринять?
3. Какая помощь требовалась девочке первоначально?
4. Есть ли риск суицида?
5. Как психолог Центра должен построить дальнейшую работу по данному случаю?



3 РАЗДЕЛ

АЛГОРИТМ КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ ТРЕТЬИХ ЛИЦ (РОДИТЕЛИ, БЛИЗКИЕ) ПО СУИЦИДАЛЬНОЙ ТЕМАТИКЕ



Обращение по суицидальной тематике от третьих лиц

Соберите информацию о проблеме, сформулируйте предмет работы. Проработайте текущее эмоциональное состояние

Выяснить информацию об обратившемся. В каких отношениях с человеком, совершившим /планирующим суицидальную попытку. Какую помощь хочет получить он сам.

Реализованная попытка суицида (без летальности)

Нереализованная попытка суицида (есть опасения и угрозы за жизнь потенциального суицидента)

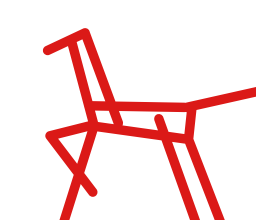
Реализованная попытка суицида (с летальностью)

Проанализируйте возможные причины, мотивы совершения суицидальной попытки по мнению обратившегося, наблюдаемые проявления эмоционального состояния суицидента

Работа консультанта как с кризисным обращением.

Алгоритм работы с горем

Обратившемуся важно понимать, что не всегда те причины совершения суицидальной попытки, которые он предполагает, совпадают с реальными. **Чаще всего они решают вопрос «Почему?», «Почему он сделал это? Что толкнуло его? Как я мог не заметить? Где я был раньше?».** Мог ли обратившийся повлиять на ситуацию?



Проработайте возможные чувства собственной тревоги, страха, вины и ответственности за совершенный / планируемый суицид третьего лица



Обсудите способы психологической поддержки пострадавшего от суицидальных действий. Информируйте об особенностях эмоционального состояния суицидентов и возможных предпосылках повторных суицидальных действий



Обсудите способы поддержки суицидента при его взаимодействии с обратившимся

Информируйте о потенциальной опасности возможного совершения самоубийства, о возможных мотивах совершения самоубийства



Обсудите включение обратившегося в интересы потенциального суицидента, способы эмоциональной поддержки

Проговорите о том, как лучше разговаривать о суициде с суицидентом. Проработайте диалог предложения помощи

Продумайте вместе с обратившимся, как можно помочь суициденту (в том числе в организации жизнедеятельности)

Обсудите способы саморегуляции обратившегося в ситуации его помощи и поддержки другого лица. Определите его позицию «спасатель-жертва»

Мотивируйте обратившегося на организацию помощи для потенциального суицидента (очная медико-психологическая помощь и пр.)

Например:

«...В последнее время ты кажешься подавленной, и ты стала грустной. Я за тебя очень переживаю, и я боюсь, что ты с собой можешь что-то сделать...»

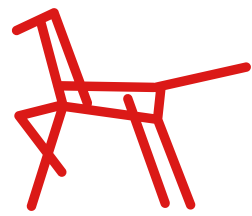
«...ты сказал что-то о том, что хочешь причинить себе вред. Если ты думаешь о суициде, пожалуйста, поговори со мной об этом или поговори с тем, с кем ты доверяешь...»



Содержание		1
Введение		2
1	Что вы можете чувствовать	3
	Как люди скорбят	4
	После самоубийства	4
	Как вы себя чувствуете?	5
	Что может (не может) помочь	13
	Поговорите с кем-то сейчас	14
2	Что может случиться	15
	Позвольте людям знать	16
	Люди, которых вы можете встретить в первые несколько дней	17
	Дни и недели после смерти близкого человека	19
	Что еще может случиться	25
	Взаимодействие с прессой	28
	Контактная информация	32
3	Близкие люди человека, который умер	34
	Партнеры	35
	Родители	36
	Дети и молодые люди	38
	Сиблинги	41
	Друзья	43
	Пожилые люди	44
	Люди с ограниченными интеллектуальными возможностями	44
	Если на вас повлияло самоубийство знакомого или незнакомца	46
	Роль культуры и веры	47
4	Помогите тому, кто пострадал из-за суицида	49
	Родственник или друг	50
	Коллеги или подчиненные	51
	Ученик/студент	52
5	Преодоление и построение перспективы	53



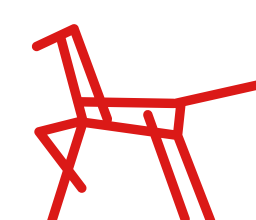
Помощь рядом:
практическое руководство
для переживших
самоубийство близкого
человека



ПРИМЕР ОБРАЩЕНИЯ

ЗАПРОС: Н. в тревожном состоянии. Ее **старшая сестра** 26 лет очень часто заводит разговоры о суициде. А вчера она пришла домой поздно вечером в состоянии алкогольного опьянения, накричала на родителей и Н., что ее никто не любит и **вскочила на подоконник**. Всю ночь Н. и родители дежурили возле нее, такая двигательная и вербальная активность продолжалась до самого утра. В данный момент Н. интересуется, **как уберечь сестру от суицида**.

СТРАТЕГИЯ РАБОТЫ ПСИХОЛОГА: Н. была оказана эмоциональная психологическая поддержка. Прояснение показало, что старшая сестра считает, что **ее не любят родители**, что жизнь из-за этого у нее не удалась, а вот младшую сестру, Н. любят, поэтому у нее все хорошо. Н. **испытывает вину и ответственность за судьбу старшей**. Проработали чувство вины Н. и **ответственность за ситуацию с сестрой**. Объяснено, что то состояние, в котором находилась старшая сестра Н. с прыганьем на подоконнике, называется острый психоз и что в этот момент надо вызывать скорую и максимально изолировать человека, чтобы на самом деле не случилось непоправимое. Далее рекомендовано поговорить с сестрой (когда она придет в норму) и сказать ей о своих чувствах и переживаниях, сказать о любви и принятии ее Н. и посоветовать обратиться к психологу за проработкой своих чувств и проблем. Проработали диалог с сестрой. Работа с чувством вины Н. и завышенными ожиданиями.

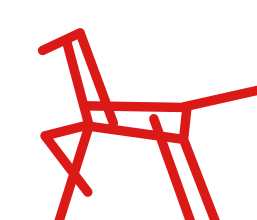




Вроно Е. М. «Поймите своего ребенка»

В книге детского психиатра анализируются многие жизненные ситуации, возникающие в семьях при воспитании «трудных» детей. Страхи, боязнь одиночества, темноты, чужих людей, детские депрессии, подростковые попытки самоубийства, неудовлетворенность собой — вот далеко не полный перечень вопросов, которые рассматривает автор.

Для родителей



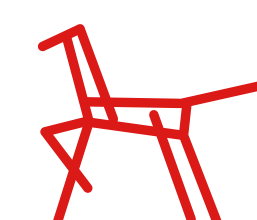


Для родителей



Казанская В. Г. «Суицидальное поведение подростка: своевременная помощь»

В книге показаны проблемы, приводящие к суицидальным мыслям и намерениям, раскрываются суицидальные проявления подростков. Важна идея ценности психического здоровья подростка и развития у него ценностного отношения к жизни. Показывается альтернатива суицидам и описывается характер помощи подростку, психологические механизмы преодоления кризисов в его жизни.





Вихристюк О. В.

«Что нужно знать родителям о подростковых суицидах?»

Книга содержит рекомендации родителям, на что в поведении ребенка стоит особо обращать внимание, как подготовиться и побеседовать с подростком на тему жизни и смерти, смысла жизни, куда в случае необходимости стоит обратиться за помощью специалистов.

Для родителей





Сердце отдаю детям

А.В. Петрушин

Советы психиатра



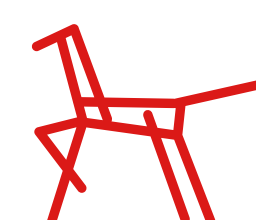
РОДИТЕЛИ *vs* ДЕТИ

Петрушин А.В.

«Родители vs дети. Советы психиатра»

На основе многочисленных бесед детского психиатра с родителями и детьми показывается, как взаимоотношения в семье и вне её могут повлиять на развитие психологических патологий у ребенка, причину которых не могут найти годами. Даны рекомендации родителям по предупреждению развития заболеваний и советы при уже развившихся отклонениях.

Для родителей



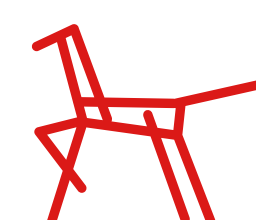
ПРОФИЛАКТИКА
федеральный центр



Карл Меннингер «Война с самим собой»

Книга целиком посвящена проблемам суицида. Автор подробно рассматривает все составляющие саморазрушительных тенденций и на богатом клиническом материале делает интересные выводы о причинах, толкающих людей на самоубийство.

Для специалистов
Для родителей
Для взрослых



Рабочая тетрадь консультанта детского телефона доверия: основные алгоритмы работы. Информационно-методический сборник. Часть 1. / Ермолаева А.В., под ред. Вихристюк О.В. – Москва: Фонд поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, 2019. – 45 с.



Рабочая тетрадь консультанта детского телефона доверия: основные алгоритмы работы. Информационно-методический сборник. Часть 2. / Ермолаева А.В. – Москва: Фонд поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, 2020



1. Алгоритм консультирования абонента с суицидальными мыслями, намерениями
2. Алгоритм работы с абонентом, находящемся в текущем суициде
3. Алгоритм консультирования абонента после суицидальной попытки
4. Алгоритм консультирования третьих лиц (родители, близкие ребенка) по суицидальной тематике

Для специалистов

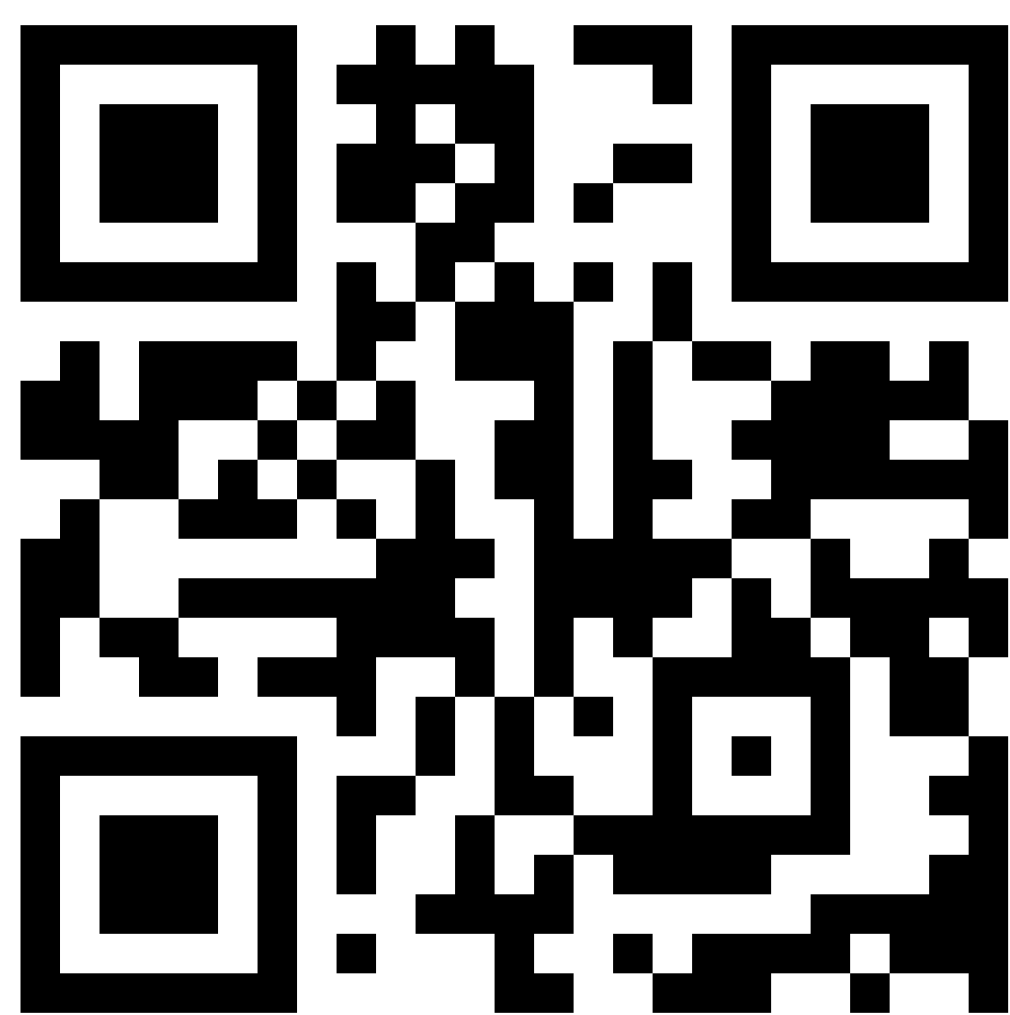


КОНТАКТЫ



МОСКОВСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПСИХОЛОГО-
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ

ermolaevaav@mgppu.ru
8 (926) 595-05-45



ФКЦ МГППУ

