

ПРОФИЛАКТИКА СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ СРЕДИ ПОДРОСТКОВ

Самоубийства являются одной из ведущих причин смертности в возрастной группе 15–19 лет. Нарушения психического здоровья у взрослых людей в половине случаев начинаются уже в 14-летнем возрасте.

Для многих подростковый возраст — не только время освоения новых возможностей и обретения самостоятельности, но и период повышенной тревоги по поводу успехов в учебе, отношений с людьми и дальнейших перспектив. Возникающий время от времени эмоциональный дискомфорт является нормальным явлением в подростковом возрасте, однако иногда он затягивается и становится настолько невыносимым, что может затруднять повседневное функционирование, а в наиболее трагических случаях приводить к суициду.

Признаки, которые следует выявлять у подростка:

- демонстрация суицидальных мыслей и чувств или намерения лишиться себя жизни, в том числе в образной форме (рассказы, изображения);
- внезапное или резкое снижение успеваемости;
- перепады настроения, например, частые слезы, плач или симптомы тяжелых психологических переживаний;
- пессимистическая оценка будущего;
- изменения в поведении, в частности, отстраненность от людей, потеря интереса к любимым занятиям или повышенная гневливость, недоброжелательность, возбужденность, раздражительность и импульсивность;
- несоблюдение дисциплины, в том числе конфликты с другими учащимися или персоналом школы;
- участвовавший пропуск занятий или невнимательность на уроках;
- употребление алкоголя или наркотиков;
- агрессивное поведение или разрыв отношений со сверстниками.