

# **Особенности работы с обучающимся (предсуицид) при острой стрессовой реакции**

*педагог-психолог МБОУ СШ «№16»  
Орсини Мария-Аминта Викторовна*

# ЭТАПЫ ПОМОЩИ



**Составление плана работы с обучающимся и его окружением**



**Раскрытие причины суицидального кризиса**



**Нормализация реакций семьи на предсуицид подростка, снижение тревоги и напряжения**



**Активация привычных стратегий преодоления трудностей**



**Обучение навыкам самопомощи. Поиск ресурсов**

**Поощрение выражения гнева и других отрицательных эмоций**

## **Особенности работы (беседы) с обучающимся в период предсуицида**

- Определите состояние подростка исходя из его эмоциональных реакций
- Помните о важности установления доверительного контакта!
- При выборе методов установления контакта руководствуйтесь реакцией подростка на стресс и особенностями помощи в каждом конкретном случае

## **Особенности работы (беседы) с обучающимся после предсуйцида**

- Только после установления продуктивного контакта вы можете выяснить причины поведения ребенка
- После выяснения причин побудивших подростка, вы можете планировать дальнейшую работу и вносить коррективы в первоначальный план

# МЕТОДЫ ПОМОЩИ ЛЮДЯМ С СУИЦИДАЛЬНЫМ ПОВЕДЕНИЕМ И ИХ РОДНЫМ: эффективные техники когнитивной терапии

## • Разработка «плана безопасности»

1. Описание сигналов (триггеров), предупреждающих об опасности суицида;
2. Совладающие приемы, которые может использовать подросток сам;
3. Список людей, с которыми он может связаться для открытого обсуждения своего кризиса;
4. Список людей, которые могут ему помочь без сообщения им деталей происходящего;
5. Информация о контактах для неотложной помощи (лечащий врач, психолог, горячая линия и т.п.);
6. План переключения – отказ от установки на уход из жизни.

Подростки и родители получают инструкцию сверяться с этим планом , как только они заметят предупреждающие сигналы, двигаться от одного пункта к другому, если выполнение предшествующего не дало результата.

# МЕТОДЫ ПОМОЩИ ЛЮДЯМ С СУИЦИДАЛЬНЫМ ПОВЕДЕНИЕМ И ИХ РОДНЫМ: эффективные техники когнитивной терапии

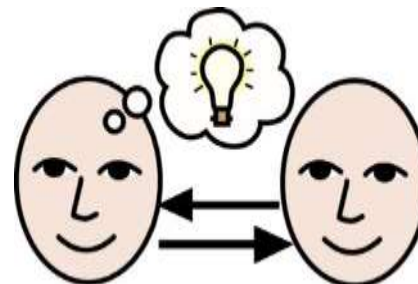
- **Составление «комплекта надежды» - осязаемые доказательства ценности жизни, наполняющие желанием жить, в виде тактильных и визуальных стимулов:** Фотографии близких, письма, подарки друзей, стихи, музыкальные диски, листочки с молитвами

Подростки и родители указывали, что именно «комплект надежды» оказывался особенно мощным средством опоры в ситуации суицидального кризиса

# «Мой ребенок не хочет жить...» ЭТАПЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ СЕМЬЕ



Особого внимания заслуживают члены семьи суицидента, после незавершенного подросткового суицида

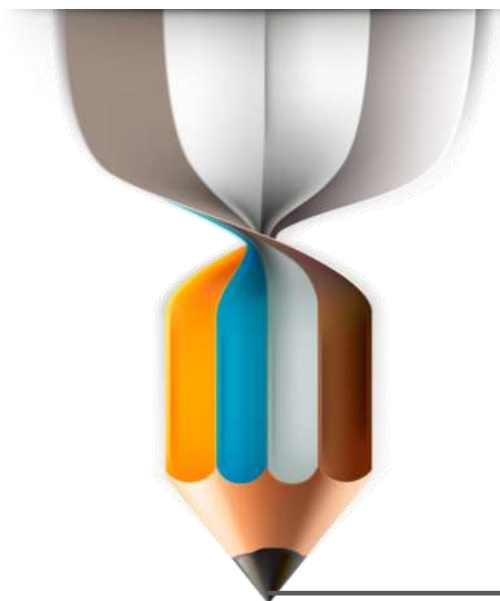


Активизация  
ресурсов семьи



Понимание,  
принятие  
ситуации,  
интеграция

Освобождение от  
деструктивных  
эмоций



***Не падай духом  
где попало!***

**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!**

**Берегите себя и своих  
близких**

