

ДИНАМИКА РАЗВИТИЯ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ

При истинном суициде намерение покончить с жизнью может развиваться на протяжении длительного времени – от нескольких дней до нескольких лет. Проследим динамику развития суицидального поведения. Выделяют несколько стадий развития суицида.

1. Стадия вопросов о смерти и смысле жизни. В большинстве случаев перед совершением суицидального действия наблюдается период, характеризующийся снижением адаптационных способностей (то есть наблюдается снижение уровня интересов, успеваемости, повышенная раздражительность, эмоциональная неустойчивость, ограничение общения и т.д.). В это время формируются собственно суицидальные мысли. Человек может говорить, что-то типа «надоела такая жизнь», «вот бы уснуть и не проснуться». У него обостряется интерес к проблемам жизни и смерти. В этот период у человека возникают пассивные мысли о самоубийстве. У него отмечаются размышления и фантазии о своей смерти. К сожалению часто рассуждения подростков на эту тему недооцениваются взрослыми или воспринимаются в демонстративно-шантажном аспекте. Поэтому следует знать, что почти каждый задумывающийся о самоубийстве так или иначе даёт понять о своём намерении окружающим. Большинство из тех, кто решается на суицид, тем или иным образом раскрывают свои замыслы. Такие люди ищут возможности высказаться, но не находят подходящего человека, готового их выслушать.

2. Стадия суицидальных замыслов. Человек в активной форме проявляет желание покончить с жизнью: разрабатывает план реализации своих суицидальных замыслов, продумывает способы, определяет место и время совершения суицида. Можно услышать высказывания о своих намерениях.

3. Стадия собственно суицидальной попытки. К замыслу о суициде присоединяются сформированное решение и волевой компонент, побуждающий к непосредственному осуществлению суицидального акта.

Период от появления мыслей о самоубийстве до попыток их осуществления называют пресуицидом. Его длительность может исчисляться минутами (острый пресуицид) или месяцами (хронический пресуицид). Острый пресуицид отличается моментальным проявлением суицидальных замыслов без предшествующих ступеней.

Следует отметить, что после попытки ребёнка или подростка совершить самоубийство относиться к нему начинают с повышенным вниманием и заботой. В это время повторение суицидальных действий маловероятно. По истечении относительно небольшого времени (примерно трёх месяцев) взрослые отмечают, что ребёнок не высказывает мыслей о суициде и внешне спокоен, и начинают вести прежний образ жизни, решив, что ребёнок преодолел кризис. Однако при отсутствии проработки ситуации, приведшей к суицидальным действиям, существует угроза совершения повторной суицидальной попытки. Следовательно, за ребёнком, предпринявшим суицидальные действия, необходимо длительное время наблюдать, беседовать с ним, оказывать ему поддержку, проводить иные профилактические действия.