

ТРЕВОЖНИ СИГНАЛИ В ПОВЕДЕНИЕТО НА ПОДРАСТВАЩИ И ЮНОШИ

Всяка неочаквана и драматична промяна, влияеща върху поведението на подрастващия или детето, всяко внезапно и значително изменение в успеваемостта, посещенията в училище или поведението, следва да се приемат сериозно. Към тях се отнасят:

- Загуба на интерес към традиционни дейности;
- Внезапен спад в нивото на успеваемост;
- Необичайно снижение на активността, безволие, апатия;
- Влошаване поведението в училище, нарушения на дисциплината;
- Необясними или чести напускания на дома, пропускане на занятия;
- Увеличаване употребата на алкохол, наркотици, тютюнопушене;
- Инциденти, водещи до използване на правоохранителните органи, участие в конфликти и видим хаос в живота.

Изброените признаци са характерни за учащите се, които видимо преживяват психологически или социален стрес. Именно при тях е възможно да възникнат мисли за самоубийство, които са способни да доведат до суицидни действия.

АКО УЧИТЕЛ ИЛИ УЧИЛИЩНИЯТ ПСИХОЛОГ ЗАБЕЛЕЖАТ НЯКОЙ ОТ ПОСОЧЕНИТЕ ПРИЗНАЦИ, СЛЕДВА НЕЗАБАВНО ДА БЪДАТ ВЗЕТИ МЕРКИ ЗА СУИЦИДНА ПРЕВЕНЦИЯ, ВКЛЮЧВАЩА ЦЯЛОСТНА ОЦЕНКА ВЪРХУ СЪСТОЯНИЕТО НА УЧЕНИКА.

ДЕПРЕСИЯТА

Съчетанието между симптомите на депресия и проявите на асоциално поведение се описват като най-чест предвестник на самоубийствата при подрастващите. Множество изследвания показват, че приблизително при всяко трето-четвърто лице, което прибегва към самоубийство, е наблюдаван най-малко един от симптомите на депресия, а при много от случаите симптомите са повече и много ясно изразени.

Момчетата в състояние на депресия обикновено се затварят в себе си, стават мълчаливи, тъжни и пасивни. За разлика от тях, момчетата често проявяват склонност към разрушително и агресивно поведение.

ТРЕВОЖНИТЕ РАЗСТРОЙСТВА

Изследванията показват достоверна и много ясна корелация между тревожните разстройства и суицидните опити при мъжете. При жените тази връзка е по-слабо изразена.

Тревожността като личностна черта (друг вид тревожност е ситуативната – предизвикана от конкретна външна причина) е относително независима от депресията – тя повишава значително риска от суицидно поведение. Поради тази причина при подрастващите риска от суицид следва да се оценява тясно обвързан с тревожността им. При младите хора с тревожни мисли често се наблюдават психосоматични симптоми:

- Главоболие;
- Стомашни разстройства;
- Внезапни силни болки в краката (ставите) или гърдите;
- Кожни проблеми;
- Алергични реакции.

ПРЕВЕНЦИЯ НА СУИЦИДНИ ДЕЙСТВИЯ ПРИ ПОДРАСТВАЩИ

▪ Установяване на детето или подрастващия дали е преживял стрес и/или е предразположен към повишен суициден риск С тест за установяване ниво на тревожност – ситуативна и личностна, може да служи като индикатор на степента му;

▪ Осигуряване на психологическото благополучие на училищния персонал – обстановката в работата им може да бъде психологически неблагоприятна, да носи в себе си заряд агресия, дори