

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)

Работа консультанта как в кризисном обращении. Алгоритм работы с горем

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

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. Информировать об особенностях эмоционального состояния суицидентов и возможных предпосылках повторных суицидальных действий

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

Обсудите способы поддержки суицидента при его взаимодействии с обратившимся

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...»*

