

Детский суицид – это то, чего практически всегда можно избежать. Главное, что для этого необходимо – это вовремя заметить тревожные сигналы. Ни один ребенок не решит уйти из жизни и воплотит свое решение в жизнь за считанные часы. Как правило, подобное решение зреет в голове у ребенка не один день, и даже не неделю. И все это время ребенок отчаянно взывает к взрослым, различными способами давая понять родителям, что ему очень плохо. Внимательные родители ни за что не оставят без внимания изменившееся поведение их чата.

ВОЗРАСТ ДЕТЕЙ, СОВЕРШАЮЩИХ ПОПЫТКУ СУИЦИДА

Как правило, попытки суицида не совершают дети младше 11 лет. Но не стоит обольщаться и считать, что у маленьких деток не бывает тяжелого психического состояния. Просто малыши еще до конца не осознают, что такое смерть. Однако зачастую в их разговорах и мыслях любящие и внимательные мама и папа могут заметить повод для тревоги.

На возраст 13 – 16 лет, приходится пик подростковых самоубийств. Многие детские психологи склоняются к мысли, что желание смерти – это достаточно распространенная реакция подростковой психики на возникновение стрессовой ситуации.

ПРИЧИНЫ СУИЦИДА

Как правило, причинами суициды становятся сугубо личные причины и переживания, проблемы, которые подростку зачастую кажутся глобальными и абсолютно неразрешимыми:

✓ *ссора с друзьями.* Причем ссора может быть из-за абсолютного пустяка.

✓ *расставание с любимым человеком или его измена.* В подростковом возрасте дети уверены, что первая любовь – это навсегда и относится к ней крайне серьезно.

✓ *смерть кого-либо из близких родственников.*

✓ *частое попадание ребенка в стрессовые ситуации.*

✓ *сложная психологическая обстановка в семье* – ссоры с родителями, скандалы родителей между собой, их развод.

✓ *затяжное депрессивное состояние подростка.*

✓ *проблемы ребенка с наркотиками.* Как правило, наркотическая зависимость влечет за собой финансовые проблемы и проблемы с правоохранительными органами.

✓ *игровая зависимость и зависимость от интернета.*

✓ *насилие в семье.* Зачастую подросток считает себя виноватым в происходящем и боится рассказать взрослым о происходящем.

✓ *подростковая беременность.* Беременность девочки подростка становится поводом для суицида примерно в 21% всех случаев.

ПРОФИЛАКТИКА

Следует обратить пристальное внимание на следующие факторы, свидетельствующие о том, что возможен детский и подростковый суицид:

➤ Разговоры ребенка о самоубийстве, нездоровые фантазии на эту тему, акцентирование внимания на эпизодах суицидов в фильмах, новостях.

➤ Появление у ребенка литературы о суицидах, просмотр соответствующей информации в интернете.

➤ Попытки ребенка уединиться. Стремление к одиночеству, отказ от общения не всегда свидетельствует о предрасположенности к самоубийству, но всегда говорит о моральном дискомфорте ребенка.

➤ Разговоры и размышления ребенка о том, что он абсолютно никому не нужен, что в том случае, если он исчезнет, его никто не будет искать, и даже не заметит его отсутствия. Ни в коем случае не оставляйте такие заявления без внимания и не подшучивайте над ними. Постарайтесь выяснить причину подобного настроения и убедить ребенка в обратном.

➤ Музыка или живопись могут послужить симптомами для родителей о том, что что-то не так. Обращайте внимание на то, какую музыку слушает ваш ребенок.

➤ Тщательно маскируемые попытки ребенка попрощаться с вами – непривычные разговоры о любви к вам, попытки закончить все свои дела как можно быстрее.

➤ Дарение своих любимых и наиболее ценных вещей, с которыми он раньше не расставался, друзьям.

В том случае, если хоть что-то в поведении вашего ребенка вам показалось странным, либо тревожным, немедленно бросайте все свои дела и старайтесь практически все время проводить рядом с ребенком до тех пор, пока не будете твердо уверены в том, что суицидальное настроение вашего ребенка ушло без следа. Если же вы не в состоянии самостоятельно справиться с существующей проблемой, не стесняйтесь и немедленно обращайтесь за помощью к детским психологам или даже психиатрам.

НАШ АДРЕС:

**КАЗАНЬ,
УЛ. АКАДЕМИКА КОРОЛЁВА, 4 «Б»
тел.: 543-58-19**

cpprkrostok@mail.ru



**Министерство образования
и науки РТ**

ПРИЧИНЫ ДЕТСКОГО СУИЦИДА. ЕГО ПРОФИЛАКТИКА



Приемы предупреждения суицидов

ВОСПРИНИМАЙТЕ РЕБЕНКА
ВСЕРЬЕЗ. Относиться снисходительно
нельзя

ВЫСЛУШИВАЙТЕ - «Я слышу тебя».
Дайте ему возможность высказаться.
Задавайте вопросы и внимательно
слушайте.

БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ к косвен-
ным показателям при предполагаемом
самоубийстве. Каждое шутливое упо-
минание или угрозу следует восприни-
мать всерьез.

ПОДЧЕРКИВАЙТЕ ВРЕМЕННЫЙ
ХАРАКТЕР проблем — признайте, что
его чувства очень сильны, проблемы
сложны — узнайте, чем вы можете по-
мочь, поскольку вам он уже доверяет.

**Спасти ребенка можно
только любовью!**

**За поддержкой вы можете
обратиться:**

**Всероссийский телефон доверия
8-800-2000-122**

**Молодежный центр доверия
(круглосуточно):**
на русском языке – 52-96-96
на татарском языке – 52-55-52

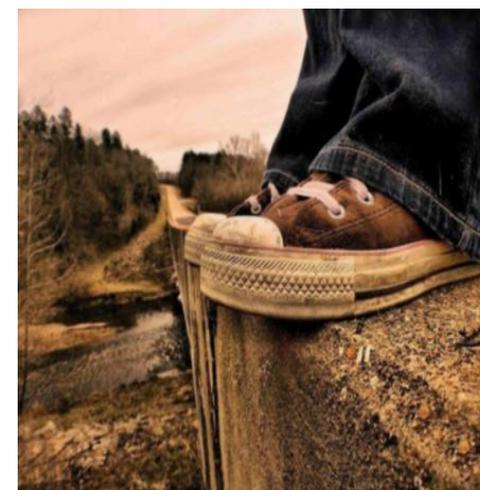
**Социально - психологический
центр «Диалог» 51-57-90**

**Центр социального обслуживания
населения «Доверие» 46-97-17**



Составители: творческая группа педагогов-
психологов,
МБУ «Информационно-методический центр»

Как уберечь ребенка от рокового шага?



(рекомендации родителям)

Суицид - умышленное самоповреждение со смертельным исходом (лишение себя жизни).

Причины подросткового суицида

- + Недостаток внимания со стороны родителей
- + Отсутствие эмоциональной поддержки
- + Алкоголизм и насилие в семье
- + Информационная доступность сети интернет и телевидения
- + Материальное неблагополучие семьи
- + Низкий уровень духовно-нравственного воспитания
- + Семейное неблагополучие (ссоры, развод родителей, потеря близкого человека)
- + Переживание подростком одиночества, беспомощности, безнадежности, собственной незначительности
- + Безответная любовь
- + Влияние молодежных субкультур и сект.

Суицид - это то, чего практически всегда можно избежать.

Главное, что для этого необходимо вовремя заметить тревожные сигналы.

Если вы слышите:

- . Ненавижу жизнь, ненавижу всех;
- . Всем будет легче без меня;
- . Мне нечего ждать от жизни, все безнадежно и бессмысленно;
- . Вы пожалеете о том, что вы мне сделали;
- . Не могу этого вынести, это выше моих сил;
- Я стал обузой для всех;
- . Никому я не нужен.

Не следует говорить

- . «Когда я был в твоём возрасте...да ты просто несешь чушь!»;
- . «Подумай о тех, кому хуже, чем тебе»;
- . «Не говори глупостей. Поговорим о другом»;
- . «Где уж мне тебя понять!»;
- . «И что ты теперь хочешь? Выкладывай немедленно!»;
- . «Не получается - значит, не старался!».

Обязательно скажите:

- . «Чувствую, что что-то происходит. Давай поговорим об этом»;
- . «Чувствую, что ты подавлен. Иногда мы все так чувствуем себя. Давай обсудим, какие у нас проблемы, как их можно разрешить»;
- . «Ты много значишь для меня, для нас. Меня беспокоит твоё настроение. Поговорим об этом»;
- . «Расскажи мне, что ты чувствуешь. Я действительно хочу тебя понять».

Риск суицида выше в семьях, отношения в которых строятся на зависимости.

Четыре основные причины самоубийства:

- . изоляция (чувство, что тебя никто не понимает, тобой никто не интересуется);
- . беспомощность (ощущение, что ты не можешь контролировать жизнь, все зависит не от тебя);
- . безнадежность (когда будущее не предвещает ничего хорошего);
- . чувство собственной незначимости (уязвленное чувство собственного достоинства, низкая самооценка, переживание некомпетентности, стыд за себя).