



**Мы выбираем
жизнь!**





Мы выбираем жизнь, они – смерть.

Мы пишем письма, они – предсмертные записки.

*Мы строим планы на будущее, у них...
.....у них – нет будущего.*

Кажется, что мы и они – из разных миров.

*Но как велика пропасть между нами,
.....читающими эти строки,
и теми, кто решился на самоубийство?*

*Как сильно нужно измениться человеку,
.....чтобы сделать этот шаг?
Всего лишь – шаг.*

*Они не были рождены самоубийцами,
.....но умерли с этим клеймом.
Они продолжают умирать*

- По данным Международной организации здравоохранения, если в год суицид совершают около миллиона людей, то восемь тысяч из них - казахстанцы. Если во всем мире каждые 40 секунд происходит одно самоубийство, то почти каждый час в Казахстане кто-то добровольно расстаётся с жизнью.



*Каждый год кончают жизнь
самоубийством **1 000 000** человек.
Среди них:*

- - 280 тысяч китайцев,
- - 30 тысяч американцев,
- - 25 тысяч японцев,
- - 20 тысяч французов,
- - 50 тысяч русских

- число самоубийств среди молодежи выросло в 3 раза.
- каждый двенадцатый подросток в возрасте 15-19 лет пытается совершить попытку самоубийства
- Число законченных суицидов среди юношей в среднем в 3 раза больше, чем среди девушек.
- девушки пытаются покончить с собой в 4 раза чаще, чем юноши

Причины самоубийств:

- ✓ 19% - страх перед наказанием
- ✓ 18% – душевная болезнь
- ✓ 18% - домашние огорчения
- ✓ 6% - страсти
- ✓ 3% денежные потери
- ✓ 1,4% - пресыщенность жизнью
- ✓ 1,2% - физические болезни.
- ✓ 41% - другие

*Всё плохо
и жутко
в жизни
моей.
И вопрос есть
один:
"А зачем же я
в ней?!"*



Информация к размышлению.

- Наиболее частой причиной попытки самоубийств среди подростков - семейные конфликты с родителями.
- На втором месте – угроза потери близкого человека (неразделимая любовь)
- На третьем месте – несправедливое отношение, обвинение
- 15% суицидов предпринимали повторные попытки самоубийств.

A dramatic landscape featuring a golden field in the foreground and a dark, stormy sky above. The sky is filled with heavy, dark clouds, with a patch of blue sky visible on the left side. The field is a mix of yellow and green grass, with a few scattered trees in the distance.

Не зря пословица гласит,

Что жизнь пройти - не поле перейти...







IMAGINE
BY DORIS WILSON

Словесные признаки:

1. Разговоры о смерти: “Я собираюсь покончить с собой”; “Я не могу так дальше жить”.
2. Намёки о своем намерении: “Я больше не буду ни для кого проблемой”; “Тебе больше не придется обо мне волноваться”.
3. Много шутят на тему самоубийства.
4. Заинтересованность вопросами смерти.



Поведенческие признаки:

1. Раздают другим вещи, имеющие большую личную значимость, приводят в порядок дела, мирятся с давними врагами.
2. Демонстрируют радикальные перемены в поведении,
3. Проявляют признаки беспомощности, безнадежности и отчаяния.



Ситуационные признаки

1. Социально изолирован (не имеет друзей или имеет только одного друга), чувствует себя отверженным.
2. Живет в нестабильном окружении
3. Ощущает себя жертвой насилия
4. Предпринимал раньше попытки суицида.
5. Имеет склонность к самоубийству
6. Перенес тяжелую потерю (смерть кого-то из близких, развод родителей).
7. Слишком критически настроен по отношению к себе.



Советы

1. Внимательно выслушайте решившегося на самоубийство подростка.
2. Оцените серьезность намерений и чувств решившегося на самоубийство человека.
3. Оцените глубину эмоционального кризиса.
4. Внимательно отнеситесь ко всем, даже самым незначительным обидам и жалобам.
5. Не бойтесь прямо спросить, не думают ли он или она о самоубийстве.

Мифы и Факты о суициде

- Миф: Все приводящие к самоубийству действия являются импульсивными.
- Факт: Большинство людей обдумывают свои планы, сообщая о них окружающим.
- Миф: Самоубийство невозможно предотвратить.
- Факт: Знания о том, куда следует обратиться за помощью, могут предотвратить много самоубийств.

- **Миф: Самоубийцы редко обращаются за помощью.**
- **Факт: В течение последнего полугода жизни 50% совершивших самоубийства людей обращались к врачам.**
- **Миф: Самоубийства и суицидальные попытки – явления одного порядка.**
- **Факт: Суицидальная попытка представляет собой крик о помощи в невыносимой ситуации, а не по каким-то причинам неудавшееся самоубийство.**

- Миф: Помочь самоубийцам могут только профессионалы.
- Факт: Профилактика самоубийства является делом каждого человека.
- Миф: Злоупотребление алкоголем и наркотиками не имеет отношение к самоубийству.
- Факт: Зависимость от алкоголя и наркотиков является фактором риска суицидального поведения.

- Миф: Суицид характерен для людей, относящихся к группе риска.
- Факт: Принадлежность к группе риска не означает фатальной неизбежности самоубийства.
- Миф: Если не оставлена предсмертная записка, то случившееся нельзя считать самоубийством.
- Факт: Только четвертая часть из всех лиц, совершивших самоубийство, оставляют предсмертные записки.



PHOTOGRAPHY





Послушайте, ведь если звёзды зажигают, -



Значит это кому-нибудь нужно?

