




ПРОФИЛАКТИКА СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ

Материалы для родительского собрания

Составила: А.Е. Фомина – зам. директора по ВР

ГБОУ гимназия № 114 Выборгского района Санкт-Петербурга

A close-up, low-angle shot of a person's legs in blue denim jeans, standing on a brick ledge. The person is looking down, and their feet are visible. The background shows a cityscape at night with illuminated buildings and streets, suggesting a high-rise location. The overall mood is somber and contemplative.

**Самоубийство –
это реакция человека на
проблему, кажущуюся
непреодолимой...**

**ДЕТСКИЙ СУИЦИД
ВСЕГДА
МОЖНО ПРЕДОТВРАТИТЬ.**

**Главное вовремя заметить
изменения, которые проходят с
ребенком.**

**Никто не может решиться
умереть за считанные минуты.**

**Как правило, это
спланированные и
продуманные действия.**





Причинами суицида в детском и подростковом возрасте могут быть следующее:

1. Несформированное понимание смерти
2. Отсутствие идеологии в обществе
3. Ранняя половая жизнь, приводящая к ранним разочарованиям.
4. **Дисгармония в семье**
5. Саморазрушаемое поведение
6. **Протест в связи с нарушением внутрисемейных, внутришкольных или внутригрупповых взаимоотношений.**
7. Депрессия
8. **Мода и подражание**

С особой бдительностью следует принять во внимание сочетание опасных сигналов, если они сохраняются в течение определенного времени.



Цели суицидального поведения детей и подростков

- Протест, месть
- Призыв
- Избегание (наказания, страдания)
- Самонаказание
- Отказ





Факторы, препятствующие возникновению суицидального поведения у подростков:

- **эмоциональная привязанность к значимым родным и близким, степень значимости отношений с ними;**
- **выраженное чувство долга, обязательность;**
- **концентрация внимания на состоянии собственного здоровья, боязнь причинения себе физического ущерба;**
- **учет общественного мнения и избегание осуждения со стороны окружающих, представления о позорности самоубийства и неприятие (осуждение) суицидальных моделей поведения;**
- **убеждения о неиспользованных жизненных возможностях;**
- **наличие жизненных, творческих, семейных и других планов, замыслов, целей;**



Факторы, препятствующие возникновению суицидального поведения у подростков (продолжение):

- наличие духовных, нравственных и эстетических критериев в мышлении;
- психологическая гибкость и адаптированность, умение компенсировать негативные личные переживания, использовать методы снятия психической напряженности.
- проявление интереса к жизни;
- уровень религиозности и боязнь греха самоубийства;
- **планирование своего ближайшего будущего и перспектив жизни;**
- **негативная проекция своего внешнего вида после самоубийства**

**На что необходимо обратить
внимание**





Признаки поведения подростка, намеревающегося совершить суицид

1. Изменяется отношение к учёбе.
2. Подросток перестаёт строить планы на будущее, интересоваться новыми возможностями.
3. Нередко происходит потеря интересов, хобби.
4. Изоляция, уход в себя. Отсутствие поддержки сверстников.
5. Состояние депрессии
6. Беспокойное поведение.
7. Безразличие к внешнему виду, небрежность в одежде. Возможна резкая смена имиджа.
8. Подросток проявляет постоянный интерес к музыке и книгам на тему смерти.
9. **Как правило, будущий суицидент сообщает о своём состоянии, как минимум, одному человеку.**



Ряд признаков характерных для готовящегося ухода из жизни:

- **Приведение своих дел в порядок, раздаривание предметов увлечений, личных ценных вещей «на память».**
- **Прощание, которое может принять форму выражения благодарности различным людям.**
- **Внешняя удовлетворенность — прилив энергии.**
- **Словесные указания или угрозы: открытые заявления - «ненавижу жизнь», «не могу этого больше выносить», «жить не хочется», «никому я не нужен».**
- **Письменные указания - в письмах, записках, дневнике, блоге, соцсетях.**
- **Размещение объявлений о знакомстве для группового и ассистированного самоубийства.**



Влияние Интернета на настроения подростков

Опасность интернета для подростков, имеющих склонность к суицидальным настроениям, в том, что:



- предлагается очень много доступных способов самоубийства;
- легко можно найти компанию единомышленников;
- возникает и укрепляется убеждение, что «это и есть выход»;
- создается ореол романтики вокруг смерти и всего, что с ней связано.

Во многом, поэтому **Интернет стал одной из причин волны массовых самоубийств.**

Могут ли социальные сети привести к суициду?





Одним из маркеров, свидетельствующих о суицидальной направленности сообщества в соцсети, являются изображения китов

В КОНТАКТО

Телефон или email

Зарегистрируйтесь



Как заметить симптомы?

- **ребенок встает в нестандартное время**
- врет
- замыкается
- **на теле имеются порезы**
- изменяются поведенческие реакции
- наблюдается заторможенность
- смена интересов



Если заметили, что-то из перечисленного - надо срочно выключить компьютер, отобрать смартфон, обратиться в правоохранительные органы, общественные организации и к психологам.



«Беги или умри»

Суть заключается в том, что ребенок перебегает дорогу в минимальной близости от автомобиля, чем опаснее, тем круче..



**Смысл игры
"Исчезновение на
24 часа"
заключается в
том, что дети
должны
спрятаться от
родителей и
сверстников
ровно на сутки.**

Выяснить, играет ли ваша дочка или сын в игру "Исчезновение на 24 часа", времени нет.

Если ребенок не вернулся вовремя, не пришёл в оговоренное время, нет связи и никто не может подтвердить его местонахождение — незамедлительно обращайтесь в полицию.



Поможет ли блокировка групп в социальных сетях и жесткий контроль?


Если вы встретили в интернете или социальной сети подозрительную активность подростков: сообщества, группы, отдельные аккаунты

Вы можете:

- 1) обратиться к администрации социальной сети или ресурса с просьбой заблокировать данный контент (ссылка на ст.5 Закона о защите детей от информации, способной нанести вред их здоровью и развитию);
- 2) обратиться в компетентные органы для блокировки вредной информации через специальную форму для оперативной обработки информации на сайте Роскомнадзора <http://eais.rkn.gov.ru/feedback/>

Прогностическая таблица риска суицида у детей и подростков

<i>№</i>	<i>Проблема</i>	<i>Балл</i>
1	Утрата обоих родителей	5
2	Утрата одного из родителей или развод в семье	4
3	Тяжелая психологическая атмосфера в семье	4
4	Изоляция в детском коллективе	4
5	Несправедливые методы воспитания, подавление	4
6	Тяжелые соматические болезни, инвалидность	3
7	Отсутствие опоры на любящего взрослого	3
8	Неудачи в учебе, низкие школьные успехи	3
9	Акцентуации характера	3
10	Употребление алкоголя и наркотиков	2
11	Нарушение контроля, импульсивность	2
12	Низкая самооценка	1
13	Тяжело протекающий подростковый возраст	1
14	Пассивность, робость, несамостоятельность	1



**Памятка для родителей по
профилактике суицида среди
подростков**

НЕЛЬЗЯ	МОЖНО
Стыдить и ругать ребенка за его намерения	Следует подбирать ключ к загадке суицида, помочь разобраться в причинах
Недооценивать вероятность суицида, даже если ребенок внешне легко обсуждает свои намерения	Необходимо всесторонне оценивать степень риска суицида
Предлагать неоправданные утешения, общие слова, банальные решения, не учитывающие конкретную жизненную ситуацию	Выслушать подростка, используя слова: «Я слышу тебя». Помочь самому или выяснить, кто конкретно может помочь в создавшейся ситуации
Оставлять ребенка одного в ситуации риска	Если есть такая возможность, нужно привлечь родных и близких, друзей и т. п.
Чрезмерно контролировать и ограничивать ребенка	Главное – дружеская поддержка и опора, которые помогут ему справиться с возникшими затруднениями



8-800-2000-122

ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ ДЛЯ ПОДРОСТКОВ

АНОНИМНО | БЕСПЛАТНО

**Телефон доверия для взрослых,
детей и подростков**

(812) 476-71-04

Кризисный центр для подростков

(анонимно) (812) 371-61-10

Дорогие родители!

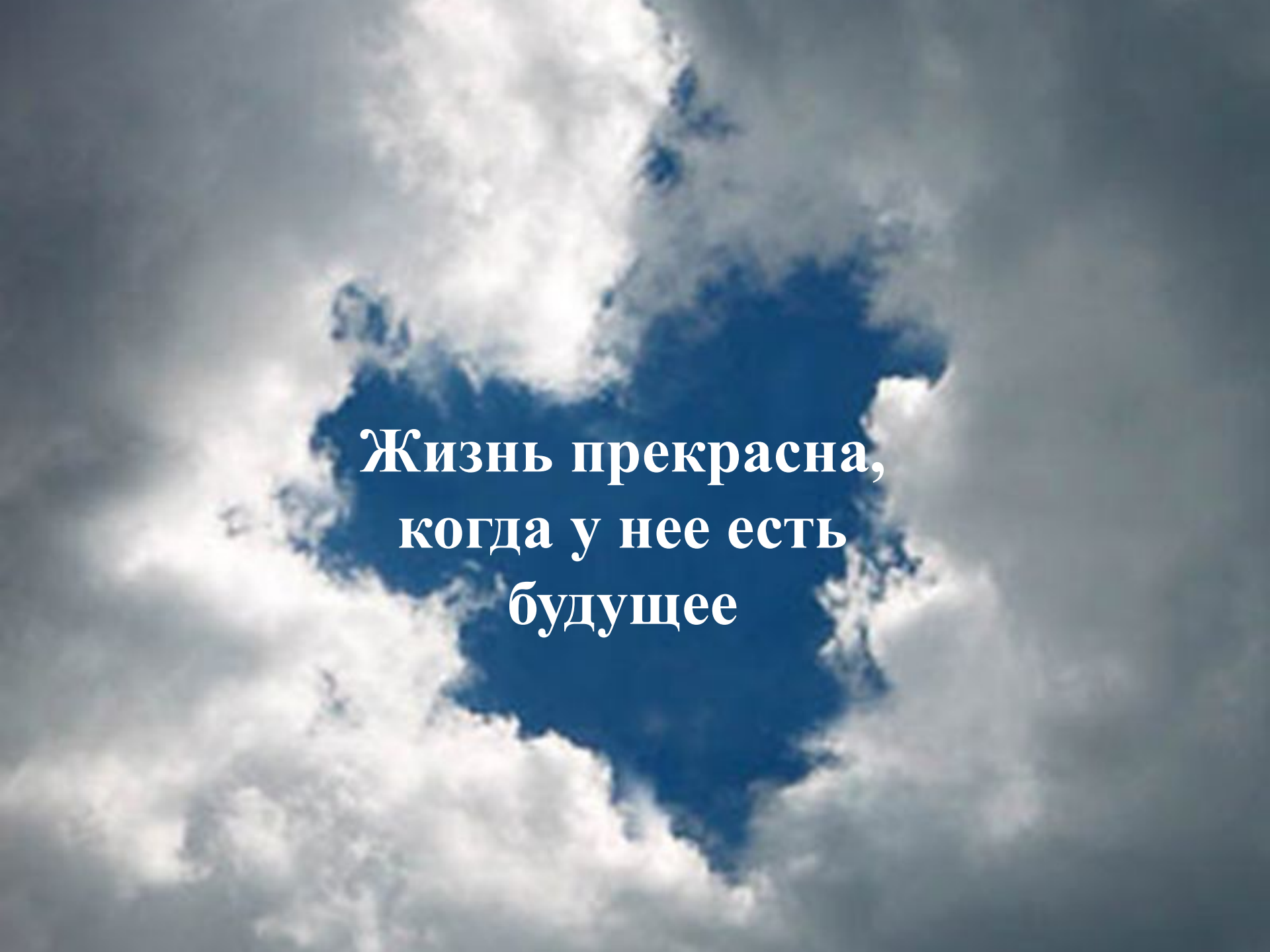
**Любите своих детей и
будьте к ним внимательны!
Ваши отношения должны
быть тем местом, куда
ребенок может
возвращаться в любое
время и отдохнуть.
Быть там столько, сколько
ему нужно, и только
набравшись сил, снова
выходить в «большой мир».**





**В нашу жизнь приходит радость,
когда у нас есть чем заняться,
есть кого любить,
и есть на что надеяться**

В. Франклин



**Жизнь прекрасна,
когда у нее есть
будущее**