



**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*



*Каждый год совершают самоубийства более 1,5 тысячи детей. Покушений на самоубийство – в 3-4 раза больше.*

*По абсолютному количеству подростковых самоубийств Россия занимает 1-ое место.*

- Число самоубийств среди молодежи выросло в 2 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

# 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.

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



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...*

# 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.



# Рекомендации (как поддержать друга в трудную для него минуту)

1. Будь внимательным слушателем! Внимательно выслушай своего друга. Попытайся понять, в чём заключается его проблема. Для этого задавай как можно больше уточняющих вопросов.
2. Будь заботлив! Дай понять своему другу, что он нужен тебе и окружающим его людям.
3. Не спорь, старайся не проявлять агрессии.
4. Внимательно отнеситесь ко всем, даже самым незначительным обидам и жалобам.
5. Предложи конструктивные способы решения его проблемы.
6. Если ты видишь, что ситуация намного серьёзнее, чем ты думал до этого, и то, чем ты пытался помочь – оказалось не подходящим, то убедил своего друга обратиться за помощью взрослых (родителей, классного руководителя, психолога)

*Послушайте, ведь если звёзды зажигают, -*



*Значит это кому-нибудь нужно?*



Я выбираю жизнь,  
ПОТОМУ ЧТО...

