

Самоубийство, суицид — преднамеренное лишение себя жизни

В повседневной жизни самоубийство чаще всего - просто реакция слабой натуры на сложности жизни, и ничего героического и тем более, романтического в нем нет.

Каждый имеет формальное право распоряжаться своей жизнью, как ему хочется. А в реальности он связан с окружающими его людьми и, добровольно покидать их не может и не должен.



Телефон доверия г.
Советский: 30-077

Телефон: 47-595
schzel86.ucoz.org/

МБОУСОШ П. ЗЕЛЕНОБОРСК

Памятка для подростков и их
родителей

«Жить дальше»
Подростковый суицид



КАК ОКАЗАТЬ ПОМОЩЬ ПОДРОСТКУ

Признаки суицидального риска

1. Признаки замысливаемого суицида. К ним относятся: разговоры на темы самоубийств, смерти, сны с сюжетами катастроф, сны с гибелью людей или собственной гибелью, повышенный интерес к орудиям лишения себя жизни, рассуждения об утрате



смысла жизни, письма или разговоры прощального характера.

2. Наличие опыта самоубийства в прошлом, наличие примера самоубийств в близком окружении, особенно родителей и друзей; максималистические черты характера.

3. Объективная тяжесть жизненных обстоятельств: детство, прошедшее в неблагополучной семье; плохие отношения с близкими в данный период; потеря дорогого человека, общественное отвержение; тяжелое заболевание и т.д.

4. Снижение ресурсов личности, позволяющих противостоять трудностям.

Группа риска

Несмотря на то, что самоубийства подростков встречаются достаточно часто, не все группы детей склонны к такому способу привлечения внимания. Наибольшее число суицидов наблюдается у детей, у которых отмечаются следующие события в жизни:

- ребенок из неблагополучной семьи (малоимущие, с пьющими родителями);
- он уже лично видел попытку суицида у кого-либо из ближайшего окружения;
- длительное употребление алкоголя, наркотиков, токсических веществ;
- тяжелые нарушения психики (психопатический синдром);
- хроническое заболевание, смертельная болезнь;
- смерть близкого человека, одного из родителей;
- развод.



Как помочь?

Педагогам, родителям, друзьям надо внимательнее следить за поведением молодого поколения. Ведь первые звоночки можно распознать уже по тому, как подросток себя ведет.

Чтобы помочь ребенку избежать столь негативного опыта нужно, прежде всего, начинать с самих себя. Стараться не только слушать его, но и услышать то, о чем он говорит, пытаться достучаться до мамы с папой. Принятие подростка таким, какой он есть, одобрение, поддержка, активное участие в его жизни способствуют здоровому развитию личности.

К сожалению, не всегда молодые люди получают такую поддержку в семье. В такой ситуации на помощь подросткам может прийти психолог, который поможет разобраться в себе и своих чувствах, окажет моральную поддержку, будет сопереживать и принимать.

Только совместными усилиями всех членов семьи и квалифицированного психотерапевта можно предотвратить суицидальное поведение у подростков.

Телефон: 47-5-95

Эл. почта: schzel86.ucoz.org/