

В последнее время саморазрушающее поведение захватывает детское население

Ребенок скорее фантазирует по поводу смерти, плохо понимая различие между живущим и умершим. Суицидом ребенок стремится изменить свои обстоятельства: избавиться от невыносимых переживаний, уйти от травмирующих условий, вызвать жалость и сострадание,

обратить на себя внимание!

Увлечение детей *компьютерными играми способствует ложному* впечатлению, что у человека есть возможность использовать еще одну «жизнь».

Средства массовой информации

Большое количество сцен жестокости, убийств на экране внушают мысли о низкой цене жизни. Беспощадные «супергерои» служат образцом для подражания. Подростки копируют поведения, которые они видят вокруг себя с экрана телевизора, читая желтую прессу.

«Самоубийство за компанию»,

наиболее характерно для подростково-юношеского возраста, когда ребята считают, что будущее от них не зависит или, что их мечты вряд ли сбудутся.

ПРИЗНАКИ ОПАСНОСТИ СОВЕРШЕНИЯ ПОДРОСТКОМ САМОУБИЙСТВА

- Непосредственные заявления типа «Я подумываю о самоубийстве», или «Было бы лучше умереть», или «Я не хочу больше жить!»
- Косвенные высказывания, например «Вам не придется, больше обо мне беспокоится» или «Мне все надоело», или «Они пожалеют, когда я уйду».
- Намек на смерть или шутки по этому поводу.
- Неоднократное обращение к теме смерти в литературе и живописи.
- Стойкая тяга к прослушиванию грустной музыки и песен.
- Изолирование себя от семьи и любимых людей.
- Вялость и безразличие. Замкнутость
- Неспособность принимать решения.
- Стремление к рискованным действиям.
- Чувство вины, упреки в свой адрес, ощущение бесполезности и низкая самооценка.
- Потеря интереса к увлечениям, спорту, работе и школе.
- Несоблюдение правил личной гигиены и ухода за внешностью.
- Отсутствие планов на будущее.
- Стремление к тому, чтобы все «оставили в покое».

Следует помнить, что наличие данных признаков у Вашего ребенка необязательно должно привести к трагедии или попыткам с его стороны совершить опасный шаг. Но в любом случае это – серьезный повод задуматься «Что же не так?»

КАК ВЕСТИ СЕБЯ С «СУИЦИДООПАСНЫМ» ПОДРОСТКОМ

К любому разговору на тему самоубийства и соответствующим действиям необходимо относиться серьезно и обращать на них внимание.

Если подросток находится в депрессии (расстройства настроения встречаются у 15% подростков и юношей), не игнорируйте его состояние, не преуменьшайте и не отрицайте, а поддержите его эмоционально и похвалите за недавние успехи. Если возникает впечатление, что подросток готовится к самоубийству, постарайтесь выяснить, есть ли у него конкретный план действий, и чем острее ситуация, тем важнее:

- постараться добиться от подростка обещания, что он не будет действовать под влиянием нахлынувших чувств, не поговорив с Вами или по «телефону доверия» (839422)-4-88-22 (круглосуточно);
- спрятать средства суицида (таблетки, уксус, бритвы, ножи, веревки и т.п.), которые могут быть использованы для реализации попытки самоубийства
- Не морализируйте, а посочувствуйте ребенку, подставьте «дружеское плечо»

в случае устойчивого желания умереть **обязательно обратиться за медицинской помощью адрес детского психиатра**

О.Курседи 157,а

тел. С 08.00 до 16.00: 3-88-18 (регистратура)

С 16.00 до 08.00: 5-38-30 (приемный покой)

!

РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР
ПСИХОЛОГО-МЕДИКО-
СОЦИАЛЬНОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ
«САЙЗЫРАЛ»

У психологов есть совет, который должен стать законом для родителей: подросток заговорил с вами о своем – бросайте мыть посуду, положите телефонную трубку, отложите ВСЕ свои дела, садитесь напротив – и слушайте, вникайте, сопереживайте, думайте вместе. Знайте, что второй раз за помощью он может к вам и не обратиться и без вашей поддержки может уйти от вас навсегда. Ребенок, подросток должен быть уверен, что ВСЕГДА получит поддержку и помощь в своей семье.

"Я не хочу жить!"
Безумство или крик о помощи?

**Памятка для родителей
о проблеме детского и подросткового
суицида**

РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР
ПСИХОЛОГО-МЕДИКО-
СОЦИАЛЬНОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ
«САЙЗЫРАЛ»

г. Кызыл, ул. Салчак Тока, д. 14/1
тел. 5-33-20

КЫЗЫЛ, 2016