|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| • Ребенок прямо или косвенно говорит о желании умереть или убить себя или  о нежелании продолжать жизнь. Разговоры о нежелании жить – попытка привлечь внимание взрослого к себе и своим проблемам.  Бытует миф, что если человек говорит об этом, то значит, этого не сделает. Однако это не так!  Отчаявшийся подросток, на которого не обращают внимания, вполне может довести свое намерение до конца.  • Рискованное поведение, в котором высока вероятность причинения вреда своей жизни и здоровью.  **Опасные ситуации, на которые надо обратить особое внимание**  • Отвержение сверстников, травля (в том числе в социальных сетях).  • Ссора или острый конфликт со значимыми взрослыми.  • Несчастная любовь или разрыв романтических отношений.  • Объективно тяжелая жизненная ситуация (потеря близкого человека, резкое  общественное отвержение, тяжелое заболевание).  • Личная неудача подростка на фоне высокой значимости и ценности социального успеха.  • Резкое изменение социального окружения (например, в результате смены места жительства).  • Нестабильная семейная ситуация (развод родителей, конфликты, ситуации насилия). | Что делать учителю, если он обнаружил опасность?  • Если вы увидели хоть один из перечисленных признаков – это уже  достаточный повод для того, чтобы уделить внимание ученику и поговорить с ним. Спросите, можете ли вы ему помочь и как, с его точки зрения, это сделать лучше.  **Не игнорируйте ситуацию. Не проходите мимо!**  • Обратитесь к школьному психологу или к другим специалистам за помощью.  • Если вы классный руководитель, свяжитесь с родителями ребенка и поделитесь своими наблюдениями.  **Подросток оценит вашу помощь и дружеское участи, это ему поможет выстоять в трудной жизненной ситуации!**  Информируйте детей о службе Детского телефона доверия (круглосуточно, анонимно и бесплатно)  http://xn----7sbaf1bgshaimqe2e5g.xn--p1ai/images/981464_c4e8f62a689841da871a62283abf6e8f.gif?crc=4159564603 | **БОУ «Центр образования и комплексного сопровождения детей»**  **Минобразования Чувашии**  г.Чебоксары,Семашко,1  Тел. (8352) 51-31-99  (8352) 52-70-77  E-mail: [kriz121@yandex.ru](mailto:kriz121@yandex.ru)  **Профилактика суицидального поведения несовершеннолетних**  **РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ**  https://st2.ning.com/topology/rest/1.0/file/get/3246588813?profile=RESIZE_1024x1024  **Чебоксары**  **2020** |
| Прежде чем оказать помощь человеку, который собирается совершить суицид, важно располагать основной информацией о суициде и о суицидентах:  Кто совершает самоубийства? Почему? Каким образом?  Суицид – акт самоубийства, совершаемый человеком в состоянии сильного душевного расстройства либо под влиянием психического заболевания.  **Основные мотивы суицидального поведения у подростков:**  1. Суицидальная попытка как способ попросить помощи (получить внимание, любовь);  2. Переживание обиды, одиночества, непонимания;  3. Любовные неудачи, неразделенные чувства или ревность;  4. Чувство мести, злобы, протеста;  5. Подражание героям книг, фильмов, эстрадным кумирам;  6. Страх наказания;  7. Избежание трудных ситуаций;  8. Способ решения проблемы.  Некоторые подростки считают самоубийство проявлением мужества и силы духа, на самом деле это слабость (незнание как отреагировать на проблему).  **К группе риска относят:**  1. Трудных подростков. В их среде остро стоит вопрос самореализации и  самоутверждения, а употребление алкоголя и наркотиков повышают вероятность | внезапных импульсов.  2. Наследственные суициды. Дети из такой семьи могут пойти по жизненному сценарию  своих близких;  3. Дети – инвалиды, страдающие от своей физической неполноценности;  4. Дети, с низкой самооценкой, обидчивые, легко впадающие в депрессивные состояния.  **За любое суицидальное поведение ребёнка в ответе взрослые!**  Ко всем намекам на суицид следует относиться со всей серьезностью. Не может быть никаких сомнений в том, что крик о помощи нуждается в ответной реакции помогающего человека, обладающего уникальной возможностью вмешаться в кризис одиночества.  Во-первых, необходимо разговаривать с ребенком, задавать ему вопросы о его состоянии, вести беседы о будущем, строить планы. Эти беседы обязательно должны быть позитивными. Нужно «внушить» ребенку оптимистический настрой, вселить уверенность, показать, что он способен добиваться поставленных целей. Не обвинять ребенка, лучше показать ему позитивные стороны и ресурсы его личности. Не надо сравнивать его с другими ребятами – более успешными, бодрыми, добродушными. Эти сравнения усугубят и без того низкую самооценку подростка. Можно сравнить только подростка сегодняшнего с подростком вчерашним и настроить на позитивный образ подростка завтрашнего. | Во-вторых, заняться с ребенком новыми делами. Каждый день узнавать что-нибудь новое, делать то, что никогда раньше не делали. Внести разнообразие в обыденную жизнь.  В-третьих, подростку необходимо соблюдать режим дня. Необходимо проследить за тем, чтобы он хорошо высыпался, нормально питался, достаточно времени находился на свежем воздухе, занимался подвижными видами спорта.  Депрессия – психофизиологическое состояние. Необходимо поддерживать физическое состояние подростка в этот период.  В-четвертых, обратиться за консультацией к специалисту – психологу, психотерапевту.  **Что в поведении ребенка должно насторожить педагога?**  • Резкое снижение успеваемости, проявление безразличия к учебе и оценкам.  • У подростка длительное время, подавленное настроение, пониженный эмоциональный фон, раздражительность.  • Резкое изменение поведения. Например, подросток стал неряшливым, не хочет разговаривать с близкими ему людьми, начал раздаривать дорогие ему вещи, теряет интерес к тому, чем раньше любил заниматься, отдаляется от друзей.  • Наличие примера суицида в ближайшем окружении, а также среди значимых взрослых или сверстников. |