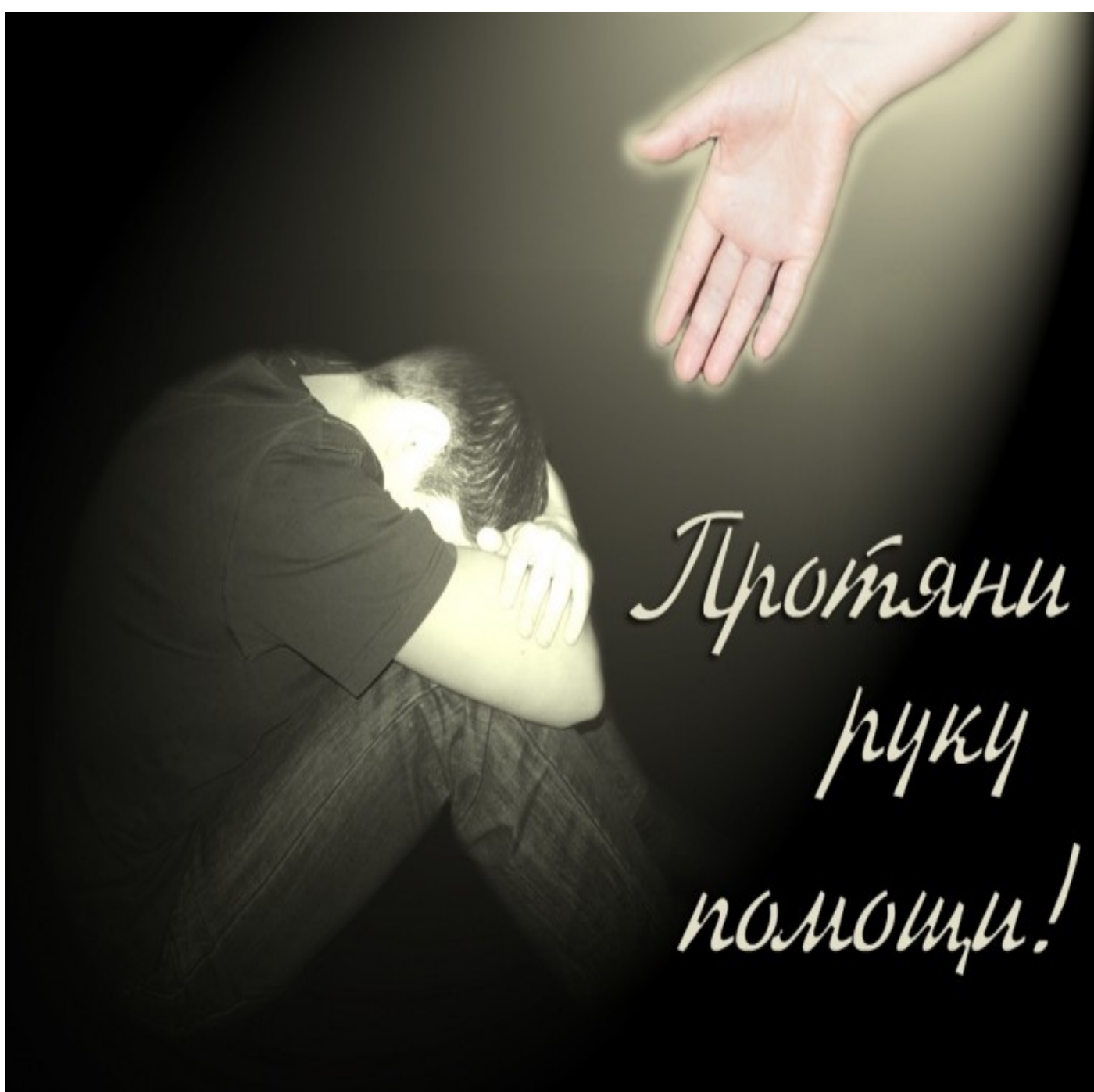


Родителям полезно знать  
о  
подростковом суициде!



*Протяни  
руку  
помощи!*

**Подростковый суицид**—это  
умышленное лишение себя  
жизни, которое некоторые  
подростки совершают при  
попадании в тяжелые  
жизненные ситуации.

**Причины суицида:**

Конфликты с родителями, а т.  
ж. друзьями;

Унижение со стороны  
подростков;

Возникшее одиночество;

Влияние массовой культуры;

Депрессия;

Злоупотребление ПАВ;

Неуспеваемость в школе;

Повышенная ранимость,  
ощущение себя изгоями;

Неразделенная любовь.

*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, ЖЖ. Размещение объявлений о знакомстве для группового и ассистированного самоубийства.*



## Факторы, препятствующие возникновению суицидального поведения у детей и подростков:

Эмоциональная привязанность к значимым родным и близким;

Выраженное чувство долга, обязательности;

Концентрация внимания на состоянии собственного здоровья, боязнь причинения себе физического ущерба;

Учет общественного мнения и избегание осуждения со стороны окружающих, неприятие суицидальных моделей поведения;

Убеждения о неиспользованных жизненных возможностях;

Наличие жизненных, творческих, семейных и других планов, замыслов;

Наличие духовных, нравственных критериев в мышлении;

Психологическая гибкость и адаптивность, умение компенсировать негативные личностные переживания;

Наличие актуальных жизненных ценностей, целей;

Проявление интереса к жизни;

Уровень религиозности и боязни греха самоубийства;

Планирование своего ближайшего будущего и перспектив жизни;

Привязанность к родственникам, близким людям, степень значимости отношений с ними.

# **ПАМЯТКА РОДИТЕЛЯМ!!!**

*Обращайте внимание на изменения, происходящие в поведении ребенка;*

*Формируйте позитивную самооценку у своего ребенка (старайтесь подчеркнуть все хорошее и успешное, что присуще Вашему ребенку; не оказывайте постоянное давление на подростка, не предъявляйте чрезмерных требований в достижении все лучших и лучших результатов (в учебе, в жизни и т.д.) и т. п.*

*Принимайте детей такими, какие они есть.*

*Поддерживайте самостоятельные устремления ребенка.*

*Открыто обсуждайте семейные и внутренние проблемы своих детей.*

*Расспрашивайте и говорите с ребенком о его жизни, уважительно относитесь к тому, что кажется ему важным и значимым.*

*Дайте понять ребенку, что опыт поражения также важен, как и опыт достижения успеха.*

*Придя домой после работы, не начинайте общение с претензий, даже если ребенок сделал что-нибудь не так.*

*Помните, что авторитарный стиль воспитания для подростков малоэффективен, а порой и опасен. .*

*Помогайте детям строить реальные цели в жизни и стремиться к ним.*

*Обязательно содействуйте в преодолении жизненных препятствий.*

*Любые стоящие положительные начинания молодых людей одобряйте, словом и делом.*

*Ни при каких обстоятельствах не применяйте физические наказания.*

*Будьте внимательны к своим детям и деликатны с ними.*

# УЛЫБНЕМСЯ ЖИЗНИ ВМЕСТЕ!!!



Буклет разработала  
педагог-психолог ЦСПСиД  
Сморкалова Мария