

Памятка «Детское самоубийство»

(памятка для воспитателей)

Что же заставляет детей делать именно такой выбор? Какие *причины*?

- Тяжелая психологическая атмосфера в семье
- Утрата обоих родителей
- Утрата одного из родителей или развод в семье
- Изоляция в детском коллективе
- Несправедливые методы воспитания, подавление
- Тяжелые соматические болезни, инвалидность
- Отсутствие опоры на любящего взрослого
- Неудачи в учебе, низкие школьные успехи
- Акцентуации характера
- Употребление алкоголя и наркотиков
- Нарушение контроля, импульсивность
- Низкая самооценка
- Тяжело протекающий подростковый возраст
- Пассивность, робость, несамостоятельность

К общепризнанным *факторам риска* относятся:

- Психические нарушения, такие как поведенческие расстройства, антисоциальная личность.
- Депрессия или психические расстройства, вызванные лекарственными препаратами.
- Глубокие чувства безнадежности или беспомощности.
- Влияние деструктивных сект и субкультур.
- Аффективные реакции, то есть импульсивный, спонтанный поступок в ответ на какой-то сильный внешний раздражитель.
- Протест или обида на кого-то или из желания привлечь к себе внимание.
- непонимание того, что шутить со смертью нельзя, обратной дороги не будет.
- Доступность и использование огнестрельного оружия.

Признаки самоуничтожения.

Уход в себя. Будьте начеку, когда замкнутость, обособление становятся глубокими и длительными, когда человек уходит в себя, сторонится вчерашних друзей и товарищей.

Капризность, привередливость. Когда настроение человека чуть ли не ежедневно колеблется между возбуждением и упадком, налицо причины для тревоги.

Депрессия. Глубокий эмоциональный упадок, который у каждого человека проявляется по-своему.

Агрессивность. Многим актам самоубийства предшествуют вспышки раздражения, гнева, ярости, жестокости к окружающим. Нередко подобные явления оказываются призывом суицидента обратить на него внимание, помочь ему.

Нарушения аппетита. Отсутствие или, наоборот, ненормально повышенный аппетит тесно связаны с саморазрушающими мыслями и должны всегда рассматриваться как критерий потенциальной опасности.

Раздача подарков окружающим. Как показывает опыт, эта зловещая акция — прямой предвестник грядущего несчастья.

Психологическая травма. Каждый человек имеет свой индивидуальный эмоциональный порог.

Перемены в поведении. Внезапные, неожиданные изменения в поведении человека должны стать предметом внимательного наблюдения. Когда сдержанный, немногословный, замкнутый человек неожиданно для окружающих начинает много шутить, смеяться, болтать, стоит присмотреться к нему. Другим тревожным симптомом является снижение энергетического уровня, усиление пассивности, безразличие к общению, жизни.

Угроза. Любое высказанное стремление уйти из жизни должно восприниматься серьезно. Эти заявления можно интерпретировать как прямое предупреждение о готовящемся самоубийстве.

Активная предварительная подготовка: собирание отравляющих веществ и лекарств, оставление боевых патронов, рисунки с гробами и крестами, разговоры о суициде как о легкой смерти, посещение кладбищ и красочные о них рассказы, частые разговоры о загробной жизни.

Большинство людей, думающих о самоубийстве, не хотят умирать. Самоубийство рассматривается, как способ получить что-либо (внимание, любовь, освобождение от проблем).

Поскольку причинами суицидов среди подростков являются также и нарушения межличностных отношений, необходимо принять меры по формированию:

- детского коллектива;
- нормализации стиля общения воспитателей и воспитанников;
- оптимизации деятельности воспитанников;
- вовлечению воспитанников в социально-значимые виды деятельности;
- формирование установок у воспитанников на самореализацию в социально-одобряемых сферах жизнедеятельности (культуре, спорте, искусстве, науке и др.).

Взаимоотношения с воспитанниками должны строиться на основе уважения, убеждения, спокойном, доброжелательном тоне общения.

Для предотвращения суицидов у детей воспитатели могут сделать следующее:

- вселять в детей уверенность в свои силы и возможности;
- внушать им оптимизм и надежду;
- проявлять сочувствие и понимание;
- осуществлять «контроль» за поведением ребенка, анализировать его отношения со сверстниками.

Главное – дружеская поддержка и опора, которые помогут ребенку справиться с возникшими затруднениями.