***Основные мотивы суицидального поведения у детей и подростков:***

• Переживание обиды, одиночества, отчужденности и непонимания.

• Действительная или мнимая утрата любви родителей, неразделенное чувство и ревность.

• Переживания, связанные со смертью, разводом или уходом родителей из семьи.

• Чувства вины, стыда, оскорбленного самолюбия, самообвинения.

• Боязнь позора, насмешек или унижения.

• Страх наказания, нежелание извиниться.

• Любовные неудачи, сексуальные эксцессы, беременность.

• Чувство мести, злобы, протеста; угроза или вымогательство.

• Желание привлечь к себе внимание, вызвать сочувствие, избежать неприятных последствий, уйти от трудной ситуации.

• Сочувствие или подражание товарищам, героям книг или фильмов («эффект Вертера»).

**Косвенные признаки суицидальной готовности:**

• утрата интереса к любимым занятиям;

• необычное снижение активности, апатия, безволие;

• пренебрежение собственным видом, неряшливость;

• появление тяги к уединению, отдаление от близких людей;

• резкие перепады настроения, неадекватная реакция на слова и поступки других людей, беспричинные слезы;

• внезапное снижение успеваемости;

• рассеянность;

• плохое поведение в школе, нарушение дисциплины, частые и необъяснимые прогулы;

• проблемы со сном, ночные кошмары либо бессонница;

• склонность к риску, опрометчивым поступкам;

• потеря аппетита, жалобы на плохое самочувствие, головную боль и т.д.;

• безразличное расставание с дорогими вещами или деньгами;

• стремление «привести дела в порядок», подвести какие-то итоги, попросить прощения «за все плохое, что было»;

• самообвинения либо, наоборот, признания в беспомощности, зависимости от других людей;

• медленная, маловыразительная речь;

• шутки и иронические высказывания либо «философские» размышления на тему смерти;

• фразы типа «как все надоело», «устал жить», «когда же это все кончится».

**Необходимо:**

• побеседовать с подростком в первые минуты или часы после выявления суицидальных намерений, выслушать его, внимательно воспринять каждую жалобу, не пренебрегать тем, что может показаться несерьезным;

• прямо спросить о суицидальных мыслях, намерениях, планах, попытках самоубийства в прошлом;

• определить, чего ожидает ребенок от своего поступка, что хочет изменить в себе, окружающих, сложившейся ситуации;

• обеспечить консультации детского психиатра или психотерапевта.

******

***Памятка родителям:***

\* Установите заботливые взаимоотношения с ребенком

\* Будьте внимательным слушателем

\* Будьте искренними в общении

\* Вселяйте надежду, что все проблемы можно решить

\*Ни при каких обстоятельствах не применяйте физические наказания

\* Открыто обсуждайте семейные и внутренние проблемы детей.

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

\* Принимайте своих детей такими, какие они есть

\* Больше любите своих детей, будьте внимательными и деликатными с ними

**Ребёнок – это дар любви.**

**Храни его и с ним живи**

**В единстве и созвучье тонком.**

**Ты отвечаешь за ребёнка.**

**За дар родившейся души,**

**В твоих руках начавшей жить,**

**За свет ее и за полет,**

**За счастье, что она найдет.**

**За веру, за её мечту,**

**За внутреннюю красоту,**

**За взмах волшебного крыла,**

**За звездные её дела.**

***За помощью в кризисных состояниях можно обратиться:***

- к психиатру, психотерапевту, наркологу;

- задать вопросы врачам и получить консультацию на сайте ЦРБ;

- по телефону службы доверия круглосуточно с 08.00. до 20.00.

тел. 88-00-101-12-12, с 20.00. до 08.00. тел. 88-00-10-112-00;

- вбюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Комплексный центр социального обслуживания населения «Забота»

Отделение психолого-педагогической помощи

***Специалисты ждут Вас***

***по адресу: 1 мкр, д. 33 – г***

***тел. 255721***

Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Комплексный центр социального обслуживания населения «Забота»

Отделение психолого-педагогической помощи

**Суицид – геройство**

**или слабость?**







2017 год