

**«Эмоциональное  
благополучие детей»  
или что надо знать  
родителям о суициде**

Педагог-психолог:  
Войтенко Е.И.

# Суицид

(В узком, медико-биологическом смысле) – **умышленное самоповреждение со смертельным исходом, (лишение себя жизни).**

# Статистика случаев суицида по России

- В настоящее время Российская Федерация занимает 2-е место, по уровню завершённых самоубийств.
- За последнее десятилетие в России частота суицидов среди подростков возросла почти в 3 раза.
- В нашей стране каждый день совершают самоубийство с летальным исходом 17 детей от 5 до 19 лет,
- У 30% лиц в возрасте 14 – 24 лет бывают суицидальные мысли.

**Причины  
суицидального  
поведения в  
подростковом  
возрасте:**

Ранняя половая жизнь, приводящая к  
ранним разочарованиям

Дисгармония в семье

Реакция протеста

Депрессия

«Группы смерти» в социальных сетях

**Признаки  
готовности  
ребенка к  
суициду:**

Утрата интереса к любимым занятиям, снижение активности, апатия, безволие

Пренебрежение собственным видом, неряшливость

Появление тяги к уединению, отдаление от близких людей

Резкие перепады настроения, неадекватная реакция на слова, беспричинные слезы, медленная и маловыразительная речь

Внезапное снижение успеваемости и рассеянность

Плохое поведение в школе, прогулы, нарушения дисциплины

**Признаки  
ГОТОВНОСТИ  
ребенка к  
суициду:**

Склонность к риску и неоправданным и опрометчивым поступкам

Потеря аппетита, плохое самочувствие, бессонница, кошмары во сне

Безразличное расставание с вещами или деньгами, раздаривание их

Стремление привести дела в порядок, подвести итоги, просить прощение за все, что было

Самообвинения

Шутки и иронические высказывания либо философские размышления на тему смерти

Аутоагрессивное поведение

За любое суицидальное поведение ребёнка в ответе  
взрослые!

Необходимо разговаривать с  
ребенком, задавать ему  
вопросы о его состоянии, вести  
беседы о будущем, строить  
планы

Заняться с ребенком новыми  
делами

Следить за соблюдением  
режима дня

Обратиться за консультацией к  
специалисту – психологу,  
психотерапевту

# Что может удержать ребенка от суицидальных проявлений:

Установите заботливые взаимоотношения с ребенком



Будьте внимательным слушателем




Будьте искренними в общении, спокойно и доходчиво спрашивайте о тревожащей ситуации



Помогите определить источник психического дискомфорта



Вселяйте надежду, что все проблемы можно решить конструктивно



Помогите подростку осознать его личные ресурсы



# Что может удержать ребенка от суицидальных проявлений:

Окажите поддержку в успешной реализации ребенка в настоящем и помогите определить перспективу на будущее

Создайте комфортную обстановку в семье, чтобы ребенок чувствовал себя **нужным**

Организовывайте в семье совместные праздники, труд, культурный отдых и др.

Общайтесь с друзьями своего ребенка, организовывайте дома встречи с друзьями вашего ребенка

Научитесь понимать и принимать своего ребенка таким, какой он есть

# Что говорить, если Вы слышите...

Если Вы слышите	Обязательно скажите	Запрещено говорить
«Ненавижу всех...»	«Чувствую, что что-то происходит. Давай поговорим об этом»	«Когда я был в твоём возрасте...да ты просто несешь чушь!»
«Все безнадежно и бессмысленно»	«Чувствую, что ты подавлен. Иногда мы все так чувствуем себя. Давай обсудим, какие у нас проблемы, как их можно разрешить»	«Подумай о тех, кому хуже, чем тебе»
«Всем было бы лучше без меня!»	«Ты много значишь для меня, для нас. Меня беспокоит твоё настроение. Поговорим об этом»	«Не говори глупостей. Поговорим о другом.»
«Вы не понимаете меня!»	«Расскажи мне, что ты чувствуешь. Я действительно хочу тебя понять»	«Где уж мне тебя понять!»
«Я совершил ужасный поступок»	«Я чувствую, что ты ощущаешь вину. Давай поговорим об этом»	«И что ты теперь хочешь? Выкладывай немедленно!»
«У меня никогда ничего не получается»	«Ты сейчас ощущаешь недостаток сил. Давай обсудим, как это изменить»	«Не получается – значит, не старался!»

**Спасибо за внимание!**