

Мотивы и причины суицидального поведения у детей и подростков.

- Конфликты в семье. Непонимание, агрессия, обида, разочарование в себе и близких, сильное давление со стороны старших членов семьи, отсутствие поддержки
- Проблемы в школе. Трудности в учёбе, завышенные ожидания со стороны педагогов и родителей, и невозможность их оправдать. Травля в школе.
- Личные причины - неразделённая любовь; разочарование в личных отношениях, в друзьях; уход близкого человека.
- Конфликты, связанные с поведением личности в обществе и переживанием социального неприятия.

На что стоит обратить внимание!

Вербальные признаки:

- косвенно намекает о своём намерении: «Я больше не буду ни для кого проблемой», «Тебе больше не придётся обо мне волноваться»;
- много шутит на тему самоубийства;
- проявляет нездоровую заинтересованность вопросами смерти.
- демонстрирует радикальные перемены в поведении, такие как:

Поведенческие признаки:

- в еде - есть слишком мало или слишком много;
- во сне - спать слишком мало или слишком много;
- во внешнем виде - стать неряшливым;
- в школьных привычках - пропускает занятия, не выполняет домашние задания, избегает общения с одноклассниками, проявляет раздражительность, угрюмость, находится в подавленном настроении;

Ситуационные признаки:

- социально изолирован, чувствует себя отверженным;
- живёт в нестабильном окружении (серьёзный кризис в семье; алкоголизм или другая «зависимость» близких; личная или семейная проблема);
- ощущает себя жертвой насилия - физического, сексуального или эмоционального;
- предпринимал раньше попытки самоубийства;
- переживал потерю близких или друзей, которые совершили суицид;
- перенёс тяжёлую потерю (смерть кого-то из родных, развод родителей).

Для подростков, характерны: высокая внушаемость и стремление к подражанию. Поэтому, когда случается одно самоубийство, оно может стать сигналом к действию для других, предрасположенных к этому подростков.

Запомните!

Почему ребенок решается на самоубийство?

- нуждается в любви и помощи;
- чувствует себя никому не нужным;
- не может сам разрешить сложную ситуацию;
- накопилось множество нерешенных проблем;
- боится наказания;
- хочет отомстить обидчикам;
- хочет получить кого-то или что-то;

Что делать НЕЛЬЗЯ!

- нельзя читать нотации;
- нельзя игнорировать подростка, его желание получить внимание;
- избегайте фраз: «Разве это проблема?», «Ты живешь лучше других»
- не спорьте;
- не предлагайте неоправданных утешений;
- не смейтесь над подростком.

КАК ОТВЕСТИ БЕДУ?

- будьте внимательны к своему ребенку;
- умейте показывать свою любовь к нему;
- откровенно разговаривайте с ним;
- во всех случаях, когда ребенок расстроен, обижен, потерпел неудачу, когда ему больно, стыдно, страшно, когда с ним обошлись грубо или несправедливо и даже когда он очень устал, первое, что нужно сделать — это дать ему понять, что вы знаете о его переживании (или состоянии), «слышите» его;
- не оставляйте ребенка один на один с проблемой;
- предлагайте конструктивные подходы к решению проблемы;
- вселяйте надежду, что любая ситуация может разрешиться конструктивно;
- привлеките к оказанию поддержки значимых для ребенка лиц;
- обратитесь за помощью к специалистам;

Любите своего ребёнка, любите его безусловно не за то, что он красивый, умный, способный, отличник, помощник и так далее, а просто так, просто за то, что он есть!

Ему это очень нужно!

Памятка для любящих родителей.

Взаимодействие родителей с подростком. Признаки суицидальной угрозы. Как помочь ребёнку и не допустить беды?

ППМС-центр "Развитие",
Санкт-Петербург,
Лиговский проспект, дом 21 Б,
телефон 272-44-62



Не замыкайтесь в себе!

Поделитесь тревогой и Вам помогут!

8-800-2000-122(круглосуточно) – Всероссийская служба детского телефона доверия

004(круглосуточно, анонимно) – Городской мониторинговый центр (психолог для детей и подростков)

251-00-33(круглосуточно, анонимно) – телефон доверия консультативно-диагностического центра репродуктивного здоровья подростков «Ювента»

8-800-25-000-15 (по будням с 9:00 до 18:00, обеденный перерыв с 13:00 до 14:00) – линия помощи «Дети онлайн» (любые виды помощи и консультаций для детей, которые столкнулись с опасностью или негативной ситуацией во время пользования Интернетом или мобильной связью: виртуальное преследование, домогательство, грубость, шантаж, мошенничество, несанкционированный доступ к ПК, нежелательный контент и т. д.)

708-40-41(круглосуточно, анонимно) – экстренная психологическая помощь для детей, подростков и их родителей института психотерапии «Гармония»

344-08-06 – телефон доверия экстренной психологической помощи семьям в трудных жизненных ситуациях

234-43-84 - отделение кризисной профилактической помощи детям и подросткам ЦВЛ "Детская психиатрия".