



Подросток и  
самоубийство

# В ситуации, когда подросток совершает суицид, – он не виноват!

~~Подросток = первопричина~~

Виновата – окружающая среда

Родители! Вам может не хочется это слушать – но  
потом **будет поздно...**

# Самоубийство...

Одна из ведущих причин смерти:  
возраста 10-24 года...

*- несчастный случай*  
*- убийство*  
*- самоубийство*

**Причина самоубийства?** – у подростка возникли проблемы (неразрешимы!). **Главное – с этой проблемой некуда идти...**

- Недиагностированное психическое расстройство, лежащее в основе этих проблем
- Взрослому проблема кажется несущественной

# У ребенка 2 сообщества, где он общается

1. Школа (коллектив)
2. Семья

Если нигде нет поддержки, то:

**Проблема имеет один выход – уйти от проблемы!**

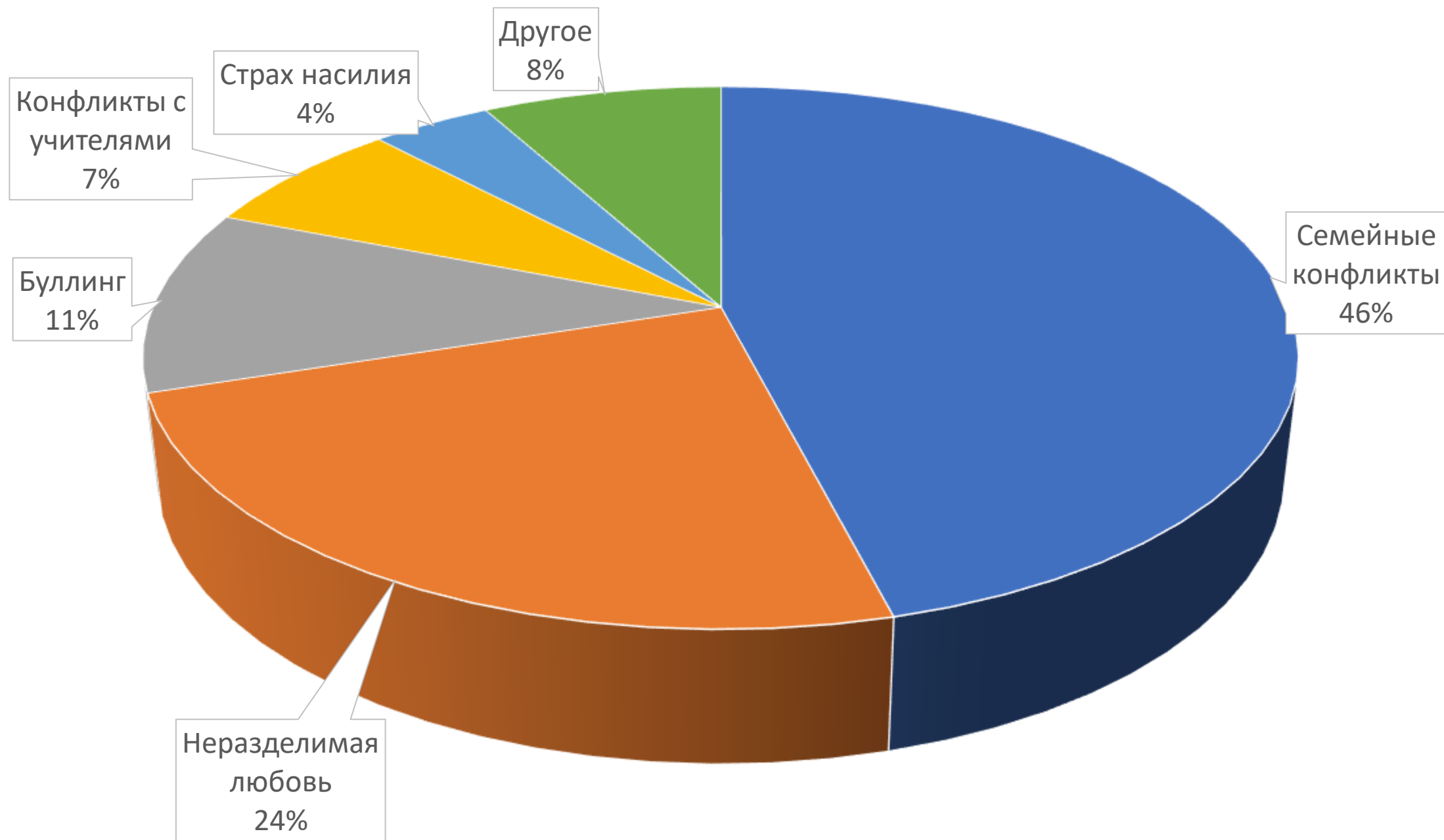
А есть другие сообщества (помимо семьи и школы – спорт, условный кружок) – всё это уменьшает риск! *(но доступ к этим сообществам зачастую ограничен)*

**Почему именно сейчас суицидов стало больше?!**

В 2022 году в Новосибирской области зафиксирован 21 **суицид** несовершеннолетних, из них 14 юношей и 7 девушек, 2 человека в возрасте до 14-ти лет, 11 жителей города Новосибирска.

#### КОЛИЧЕСТВО **СУИЦИДОВ** НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ





# Принципиально изменился образ жизни

- Дети и родители стали говорить **на разных языках** и родители не рассматриваются детьми как те люди, к которым можно (и нужно!) обратиться за решением проблемы
- Коронавирусная инфекция (**25%...**)
- Перекладывание всей ответственности в суицидах на **социальные сети** (*единичные случаи! попытка снять с себя ответственность, мол, мы не виноваты, виноваты соц. Сети!*). А в них, действительно, ребенка могут выслушать!

# Факторы риска суицида

- ✓ предыдущие попытки суицида
- ✓ депрессии
- ✓ психические заболевания (голоса) – **абсолютно излечимо!**
- ✓ употребление (или имевшее место употребление) ПАВ
- ✓ потери близких
- ✓ переживания из-за «не получается»
- ✓ семья (равнодушная/трудная)
- ✓ буллинг (кибербуллинг)
- ✓ травмы (физические, половые, эмоциональные)
- ✓ финансы

**Родители! Будьте более бдительные!**



# Защитные факторы суицида

## «хорошо»

- ✓ высокая самооценка (не обижать/хвалить/поощрять)
- ✓ положительная оценка ребенка окружающими (это фактически профилактика проблем)
- ✓ понятные и радужные перспективы (когда подросток понимает, что с ним будет дальше – от ближайшего воскресенья до окончания школы/вуза)
- ✓ наличие собеседников (традиции доброжелательного общения)
- ✓ любой опыт успеха

# Признаки, требующие повышенного внимания взрослых = повышение риска суицида!\_ часть 1

изменения в поведении (нечто новое!!)

- замкнутость
- агрессия
- отказ отвечать на вопросы – отсутствие реакции, общая тревожность
- многочисленные страхи,
- жалобы на боли (всё болит, а болезни конкретной нет)
- отсутствие желаний и заинтересованности
- проблемы с вниманием
- новые пищевые предпочтения (особенно проявление интереса к тому, от чего раньше ребенок отказывался)
- утрата интереса к предыдущим увлечениям (принципиальные изменения)
- самобичевание
- любые самоповреждения (царапины, прижигания)

Признаки, требующие повышенного внимания взрослых =  
повышение риска суицида!\_часть 2

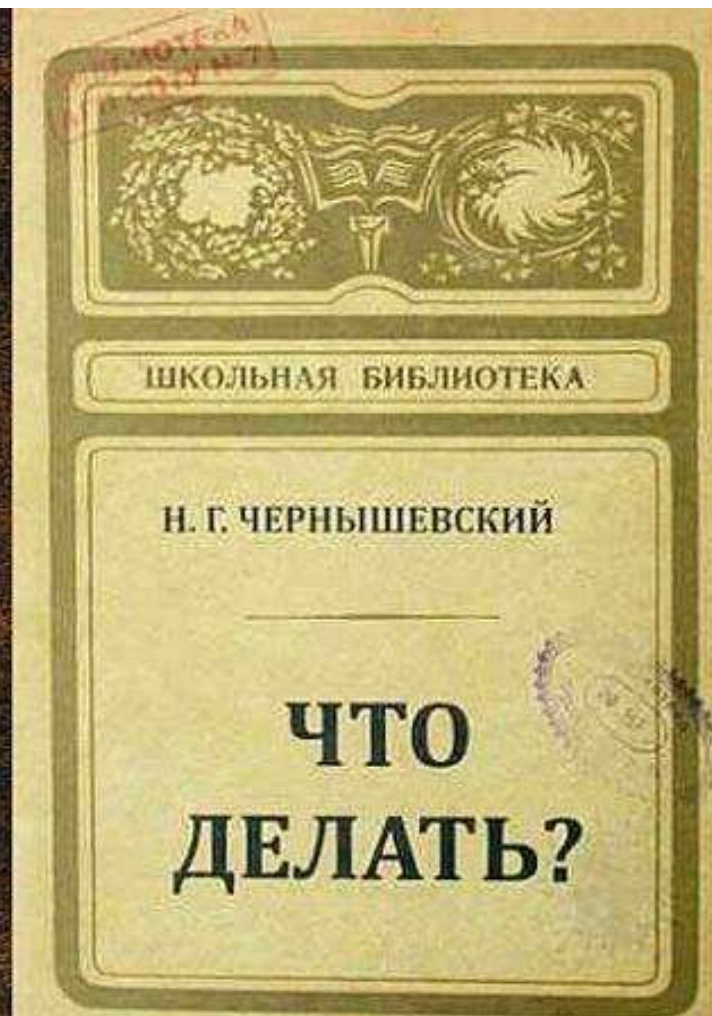
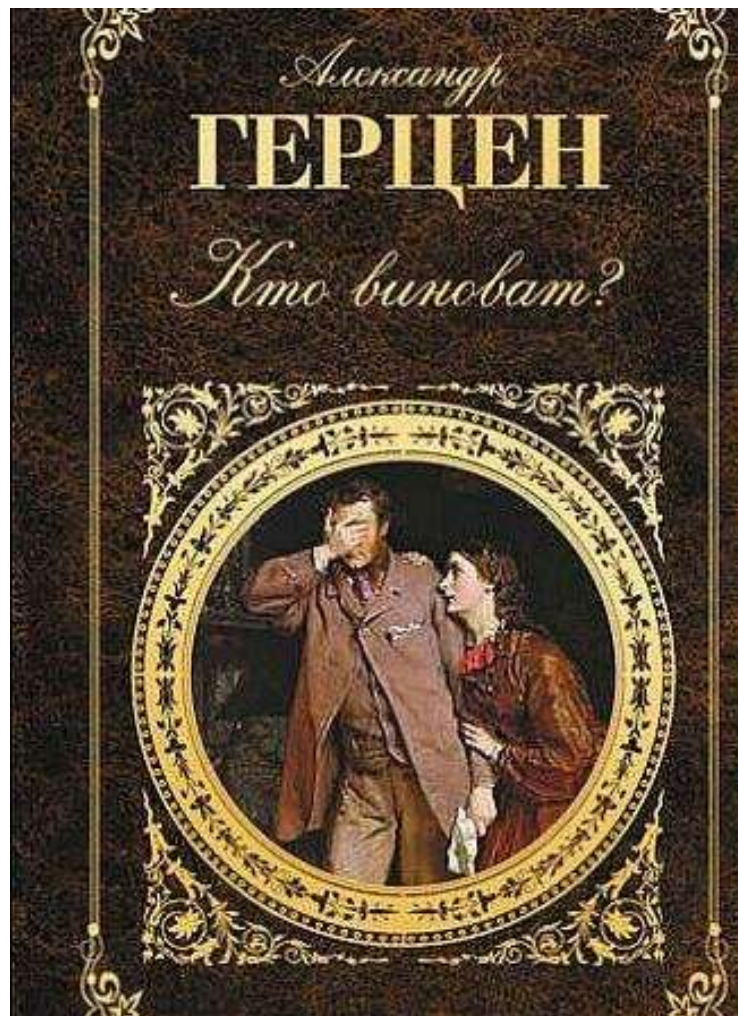
- нарушение сна
- подведение итогов, начало новой жизни (раздавать вещи, просить прощение)
- в жизни ребенка появляется тема смерти и суицида (разговоры, истории, шутки, анекдоты, книги, фильмы). Может быть озвучено намерение суицида
- клинические признаки депрессии (психическое расстройство: всё плохо, ничего не нравится, зачем я живу), но взрослые смотрят на «несчастливого/грустного/плохого» - но он же - «сытый/обутый/красивый/здоровый/хорошая школа/» - почему ВСЁ НЕ ТАК?!
- рискованное поведение
- ПАВ

Что с этим делать?! Кто это может сделать?!

Школа???

Семья???

Государство???





# Положение подростка в семье и отношения с родителями

## Подростковый возраст

— время проверки всех  
членов семьи на:

- социальную
- личностную
- семейную зрелость



# ВМЕСТЕ!

- **Совместное** планирование мероприятий
- **Совместная** еда (ужин, вся семья, ждём папу). НО!!! Выключен телевизор и гаджеты!
- 30-40 мин в день для **совместного** общения = СЕМЬЯ

# Что может сделать семья + школа

*«я самый несчастный...»*

Показать «настоящих несчастных», показать кому сложнее!

И развить сострадание!

Волонтерство (помощь другим!). Как пример - помощь в коронавирусе.

*«Тимур и его команда»*

Банально: домашние животные..

**ИТОГ: ТЫ КОМУ-ТО НУЖЕН!**

## Было

**Коллектив** (от лат. collectivus — собирательный) — группа лиц, объединённых какой-либо общей деятельностью, работой, учёбой, решением определённой общественной задачи

*Мы потеряли принцип коллективизма!!!*

*Парад/демонстраций/песни\_пляски*

*Шёл весь класс: терпимость друг к другу, чувство коллективизма, как пример — отсутствие **sui caedere** (гимназия — 8-й класс)*

## ~~Будет (надеемся и верим)~~

Совместные мероприятия!

Семья + образовательная организация (М/П/Сп)

Работа глаза в глаза!

Тем самым — компенсация проблемы!



# И В ШКОЛЕ, И ДОМА

**НАДО ЧТОБЫ С ДЕТЬМИ ДЕЛИЛИСЬ НЕГАТИВНЫМ ОПЫТОМ!**

Не ангелы в мире живут!

Но зачастую взрослые показывают, что они лучше, чем есть на самом деле.

Взрослые также проходят путь ошибок! Но из ошибок произвели позитивный опыт.

**Поэтому все проблемы мы решим вместе!!**

# Помните!

- ✓ Какие бы продуманные суицидальные планы ни вынашивал ребёнок, на самом деле умирать он не хочет.
- ✓ Он хочет, чтобы кто-то сказал ему, что жить не так уж и плохо.

И этим «кем-то» ОБЯЗАНЫ стать **ВЫ!**

## Суицид не происходит без предупреждения!

Большинство подростков, пытавшихся покончить с собой, почти всегда **предупреждали о своем намерении**: говорили, делали что-то такое, что служило намеком, предупреждением о том, что они оказались в безвыходной ситуации и думают о смерти.

# Ваши взаимоотношения

1. Рождение вашего ребёнка было желанным?
2. Вы каждый день его целуете, говорите ласковые слова или шутите с ним?
3. Вы с ним каждый вечер разговариваете по душам и обсуждаете прожитый им день?
4. Раз в неделю проводите с ним досуг (кино, посещение родственников и т.д.)?
5. Вы обсуждаете с ним создавшиеся семейные проблемы, ситуации, планы?
6. Вы обсуждаете с ним его имидж, моду, манеру одеваться?
7. Вы знаете его друзей (чем они занимаются, где живут)?
8. Вы в курсе его влюблённости, симпатиях?
9. Вы знаете о его недругах, недоброжелателях, врагах?
10. Вы знаете, какой его любимый предмет в школе?
14. Вы знаете, кто у него любимый учитель в школе?
11. Вы в курсе о его время проведении, хобби, занятиях?
12. Вы первым идёте на примирение, разговор?
13. Вы не оскорбляете и не унижаете своего ребёнка?

Если на все вопросы вы ответили "ДА", значит, вы находитесь на верном родительском пути, держите ситуацию под контролем и сможете в трудную минуту прийти на помощь своему ребёнку.

А если у вас большинство "НЕТ", то необходимо немедленно измениться, повернуться лицом к своему ребёнку, услышать его, пока не случилась беда!