***Прежде чем совершить суицидальное действие в большинстве случаев наблюдается подготовительный период (предсуицид).***

**Вы можете заметить признаки готовящегося самоубийства у детей:**

**По словам:**

* + ***Часто говорит о своем душевном состоянии;***
	+ ***Прямые высказывания – «Нет смысла жить дальше»;***
	+ ***Косвенные высказывания –***

***« Ничего, скоро вы от меня отдохнете»;***

 **По поведению:**

* + ***подавленное настроение;***
	+ ***проявление раздражительности, угрюмости;***
	+ ***потеря аппетита или чрезмерное обжорство;***
	+ ***бессонница;***
	+ ***интерес к возможным способам самоубийства;***
	+ ***приведение своих дел в порядок;***
	+ ***прощание с друзьями и выражение благодарности.***

***ПРИЧИНЫ ПРОЯВЛЕНИЯ СУИЦИДА***

• **Отсутствие доброжелательного внимания со стороны взрослых**

**• Резкое повышение общего ритма жизни**

**• Социально-экономическая дестабилизация**

**• Алкоголизм и наркомания среди родителей**

**• Жестокое обращение с подростком, психологическое, физическое и сексуальное насилие**

**• Алкоголизм и наркомания среди подростков**

**• Неуверенность в завтрашнем дне**

**• Отсутствие морально-этических ценностей**

**• Потеря смысла жизни**

**• Низкая самооценка, трудности в самоопределении**

**• Бедность эмоциональной и интеллектуальной жизни**

**• Безответная влюбленность**



***ЧТО МОЖЕТ УДЕРЖАТЬ ПОДРОСТКА ОТ СУИЦИДА:***

**• 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 ребенку осознать его личностные ресурсы**

**• Окажите поддержку в успешной реализации ребенка в настоящем и помогите определить**

**перспективу на будущее**

**• Внимательно выслушайте подростка!**



***Всякое поведение имеет цель***

**Суицидальные подростки не могут сказать: « У меня неприятности. Одному мне не справиться. Я веду себя так, словно собираюсь убить себя, потому что хочу, чтобы кто-то вмешался в мои планы»**

**Если считать, что во всяком поведении прослеживается какая-то цель, то цель суицидальной попытки – дать сигнал бедствия, объявить во всеуслышание, что мне плохо, у меня беда.**

**Большинство суицидентов словно выставляют перед собой «предупреждающие знаки»**

**Знаки эти – их крик о помощи!!!**

***На заметку родителям***

**Для того чтобы ценить себя и свою жизнь, ребенок должен ощущать любовь к себе.**

**Потребность любви – это:**

**- потребность быть любимым;**

**- потребность любить;**

**- потребность быть частью чего-то.**

**Если эти три «потребности» присутствуют в жизни ребенка, он в состоянии справляться с жизнью, решать встающие перед нами проблемами.**



***Государственное бюджетное учреждение дополнительного профессионального образования Самарской области «Региональный социопсихологический центр»***

**ПРОФИЛАКТИКА СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ**

ПОДРОСТКОВЫЙ СУИЦИД

КРИК О ПОМОЩИ!!!



Самара

2018г.