

## **ПОДРОСТКОВЫЙ СУИЦИД** **(родительское собрание)** *Педагог-психолог Тетерина Т.Л.*

**Цель:** Оказание профилактической помощи родителям по проблеме подросткового суицида.

**Задачи:**

1. Расширить знания родителей о причинах, признаках и характере подросткового суицида.
2. Предоставить возможность задуматься и оценить взаимоотношения со своим ребенком.
3. Воспитывать уважение к личности подростка и понимание к его проблемам.

**Изложение материала.**

В течение последнего десятилетия частота суицидов среди молодых возросла почти в 3 раза. По статистике, наибольшая частота наблюдается в возрасте от 15 до 22 лет.

На первом месте из проблем, характерных для подростков с суицидальным поведением, находятся **отношения с родителями**, на втором **трудности, связанные с учебной работой**, на третьем – проблемы взаимоотношений с друзьями, в основном - **противоположного пола**.

Основная причина суицида в техникуме - отношения с родителями, как правило, это дети из неблагополучных семей. В таких семьях часто происходят конфликты между родителями, родители относятся к детям недоброжелательно и даже враждебно.

В 90% случаев суицидов подросткового возраста это протест, стремление «попросить помощь» у взрослых, и лишь в 10% случаев имеет место истинное желание покончить с собой. Частота завершенных попыток по сравнению с покушениями соотносится как 1: 50.

Наиболее типичные **мотивы суицидального поведения у подростков:**

- переживания, связанные со смертью, разводом, уходом родителей из семьи;
- переживания обиды, одиночества, отчужденности, невозможности быть понятым;
- действительная или мнимая утрата родительской любви, ревность;
- чувство вины, стыда, угрызения совести, оскорбленное самолюбие, боязнь позора, насмешек, унижения;
- страх наказания, нежелание принести извинения;
- любовные неудачи, сексуальные эксцессы, беременность у девочек;
- чувство мести, злобы, протеста, угроза, предупреждение, вымогательство;

- желание привлечь внимание к своей судьбе, вызвать сочувствие к себе, избежать неприятных последствий, уйти от трудной жизненной ситуации;
- сочувствие или подражание товарищам, героям книг или фильмов.

### **Характеристики подростков с риском самоубийства**

1. Дети и подростки, переживающие острые, экстремальные или длительные, психологически тяжелые ситуации.
2. Подростки, в поведении которых имеются аффективные расстройства в форме депрессии. Дисфории (состояние ничем необоснованной грусти).
3. Подростки с патохарактерологическими реакциями и психопатоподобными состояниями с преобладанием возбудимости, неустойчивости, демонстративности и психастенических расстройств в поведении.
4. Подростки, употребляющие спиртные напитки и склонные к асоциальным формам поведения.
5. Подростки из конфликтных семей, а также проживающие с психически больными родственниками, родителями-алкоголиками и наркоманами. В семьях, где были случаи суицидов у кого-либо из близких.
6. Подростки, страдающие хроническими соматическими и неврологическими заболеваниями, приводящими к социально-психологической изоляции и сопровождающимися депрессивными переживаниями.
7. Подростки, совершившие в прошлом попытку самоубийства, а также высказывающие угрозу суицида.

### **Профилактика подростковой суицидности:**

1. Рассмотрение угрозы самоубийства в качестве признания повышенного суицидального риска;
2. Усиление внимания к порядку хранения лекарств;
3. Усиление внимания к суицидальным психологическим факторам;
4. Формирование у подростка понятий: «ценность человеческой жизни», «цели и смысл жизни», а также индивидуальных приемов защиты в сложных жизненных ситуациях;
5. Повышение стрессоустойчивости подростка путем психологической подготовки подростка к сложным и противоречивым реалиям современной жизни, формирование готовности к преодолению ожидаемых трудностей;

Предлагаю ответить на вопросы, которые помогут увидеть и отразить картину взаимоотношения с вашим ребенком.

1. Рождение вашего ребенка 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, концерт, театр, посещение родственников, поход на лыжах 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 о его время провождении, хобби, занятиях?
9. Вы в курсе его влюбленности, симпатиях?
10. Вы знаете о его недругах, недоброжелателях, врагах?
11. Вы знаете, какой его любимый предмет в училище?
12. Вы знаете кто любимый, нелюбимый учитель?
13. Вы первым идете на примирение, разговор?
14. Вы не оскорбляете и не унижаете своего ребенка?

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 ребенку. А если у вас большинство «Нет», то необходимо *немедленно измениться*, повернуться лицом к своему ребенку, услышать его, пока не случилась беда!

*Приложение*

### **Советы родителям по профилактике подростковых суицидов**

**СУИЦИД- это преднамеренное лишение себя жизни...**

**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 чего-то

**В группе риска - подростки, у которых:**

- сложная семейная ситуация
  - проблемы в учебе
  - мало друзей
- нет устойчивых интересов, хобби
- перенесли тяжелую утрату
- семейная история суицида

- употребляющие алкоголь, наркотики
- ссора с любимой девушкой или парнем
  - жертвы насилия
- попавшие под влияние деструктивных религиозных сект или молодежных течений

### **Признаки суицида**

- угрожает покончить с собой
- отмечается резкая смена настроения
  - раздает любимые вещи
  - «приводит свои дела в порядок»
- становится агрессивным, бунтует, не желает никого слушать
  - живет на грани риска, не бережет себя
  - утратил самоуважение

### **Что Вы можете сделать?**

- будьте внимательны
- умеете показывать свою любовь к нему
  - откровенно разговаривайте с ним
  - умеете слушать ребенка
- не бойтесь прямо спросить о самоубийстве
- не оставляйте ребенка один на один с проблемой
- предлагайте конструктивные подходы к решению проблемы
- вселяйте надежду, что любая ситуация может разрешиться конструктивно
- привлечите к оказанию поддержки значимых для ребенка лиц
  - обратитесь за помощью к специалистам

### **Что нельзя делать?**

- не читайте нотации
- не игнорируйте человека, его желание получить внимание
- не говорите «Разве это проблема?», «Ты живешь лучше других» и т.д.
  - не спорьте
- не предлагайте неоправданных утешений
  - не смейтесь над подростком

### **Советы внимательным и любящим родителям:**

- показывайте ребенку, что вы его любите
  - чаще обнимайте и целуйте
- поддерживайте его в сложных ситуациях
- учите его способам разрешения жизненных ситуаций

- вселяйте в него уверенность в себе
- помогите ребенку проявить свои переживания через игры, рисунки, лепку, увлечения

**Эти слова ласкают душу ребенка...**

- Ты самый любимый!
- Ты очень много можешь!
- Спасибо!
- Что бы мы без тебя делали!
- Иди ко мне!
- Садись с нами!
- Расскажи мне, что с тобой?
- Я помогу тебе...
- Я радуюсь твоим успехам!
- Чтобы ни случилось, твой дом - твоя крепость!
- Как хорошо, что ты у нас есть!