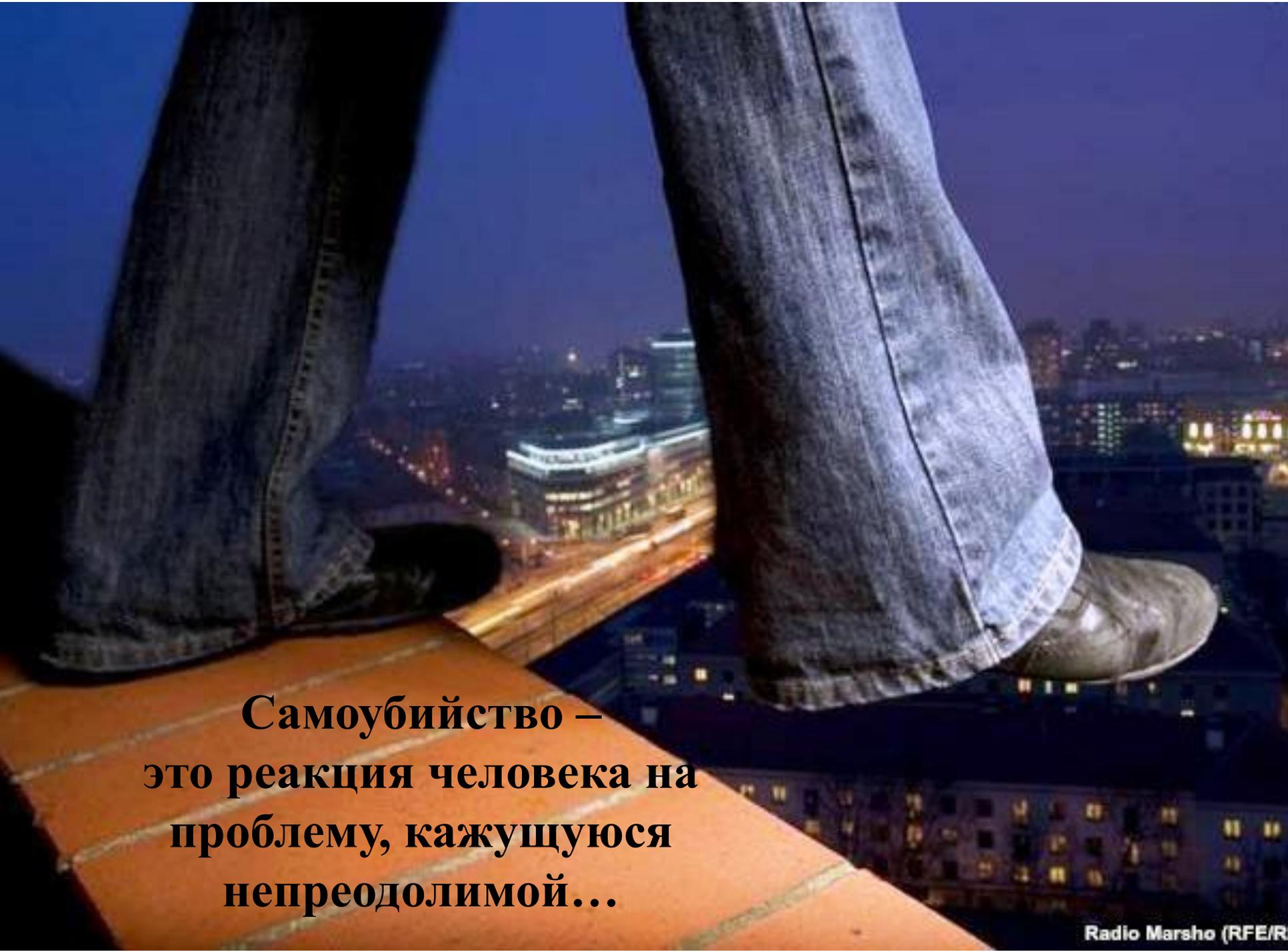




# **ПРОФИЛАКТИКА СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ**

**Астрахань-2018 МБОУ «СОШ №40»**

**Подготовила: Н.И. Старикова**

A close-up, low-angle shot of a person's legs in blue denim jeans, standing on a brick ledge. The person is looking down, and their feet are visible. The background shows a cityscape at night with illuminated buildings and streets, suggesting a high-rise location. The overall mood is somber and contemplative.

**Самоубийство –  
это реакция человека на  
проблему, кажущуюся  
непреодолимой...**

**ДЕТСКИЙ СУИЦИД  
ВСЕГДА  
МОЖНО ПРЕДОТВРАТИТЬ.**

**Главное вовремя заметить  
изменения, которые проходят с  
ребенком.**

**Никто не может решиться  
умереть за считанные минуты.**

**Как правило, это  
спланированные и  
продуманные действия.**





## Причинами суицида в детском и подростковом возрасте могут быть следующее:

1. Несформированное понимание смерти
2. Отсутствие идеологии в обществе
3. Ранняя половая жизнь, приводящая к ранним разочарованиям.
4. **Дисгармония в семье**
5. Саморазрушаемое поведение
6. **Протест в связи с нарушением внутрисемейных, внутришкольных или внутригрупповых взаимоотношений.**
7. Депрессия
8. **Мода и подражание**

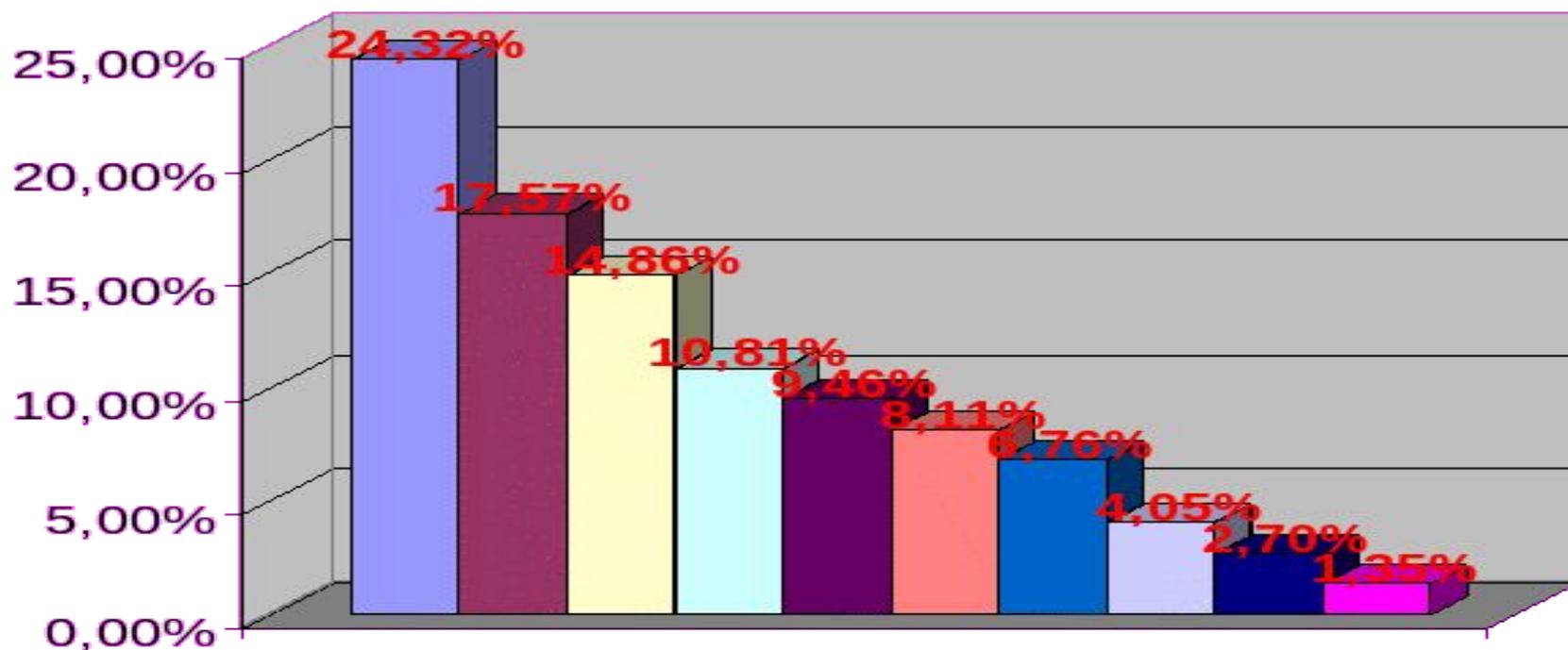
**С особой бдительностью следует принять во внимание сочетание опасных сигналов, если они сохраняются в течение определенного времени.**

# Статистика суицида в России

- В России самоубийство, как причина смерти, находится на **пятом** месте в ряду других причин.
- Россия занимает **второе** место, после Литвы, по уровню завершенных самоубийств
- Каждый двенадцатый подросток в возрасте 13-17 лет пытается совершить попытку самоубийства
- Число законченных суицидов среди юношей в среднем в 3 раза больше, чем среди девушек.
- Девушки пытаются покончить с собой в 4 раза чаще, чем юноши



## Причины самоубийства среди подростков



1

- Проблемы в личной жизни
- Проблемы в семье, с родителями
- Проблемы со сверстниками, с учебой, в школе
- Какие-то неудачи в жизни, проблемы с деньгами
- Чувство одиночества
- Нежелание жить и бороться со своими проблемами, безысходность
- Употребление наркотиков и алкоголя
- Невозможность обрести свое место в жизни
- Минутная слабость
- Смерть близкого родственника

**На что необходимо обратить  
внимание**





## Признаки поведения подростка, намеревающегося совершить суицид

1. Изменяется отношение к учёбе.
2. Подросток перестаёт строить планы на будущее, интересоваться новыми возможностями.
3. Нередко происходит потеря интересов, хобби.
4. Изоляция, уход в себя. Отсутствие поддержки сверстников.
5. Состояние депрессии
6. Беспокойное поведение.
7. Безразличие к внешнему виду, небрежность в одежде. Возможна резкая смена имиджа.
8. Подросток проявляет постоянный интерес к музыке и книгам на тему смерти.
9. **Как правило, будущий суицидент сообщает о своём состоянии, как минимум, одному человеку.**



## **Ряд признаков характерных для готовящегося ухода из жизни:**

- **Приведение своих дел в порядок, раздаривание предметов увлечений, личных ценных вещей «на память».**
- **Прощание, которое может принять форму выражения благодарности различным людям.**
- **Внешняя удовлетворенность — прилив энергии.**
- **Словесные указания или угрозы: открытые заявления - «ненавижу жизнь», «не могу этого больше выносить», «жить не хочется», «никому я не нужен».**
- **Письменные указания - в письмах, записках, дневнике, блоге, соцсетях.**
- **Размещение объявлений о знакомстве для группового и ассистированного самоубийства.**



## **Влияние Интернета на настроения подростков**

**Опасность интернета для подростков, имеющих склонность к суицидальным настроениям, в том, что:**



- предлагается очень много доступных способов самоубийства;
- легко можно найти компанию единомышленников;
- возникает и укрепляется убеждение, что «это и есть выход»;
- создается ореол романтики вокруг смерти и всего, что с ней связано.

Во многом, поэтому **Интернет стал одной из причин волны массовых самоубийств.**

# Могут ли социальные сети привести к суициду?



# Как выявить? Очень просто, есть несколько характерных признаков которые будут однозначно свидетельствовать о

## **зависимости:**

1. Ситуации, в которых родители просят вас отвлечься от пребывания в интернете или игры, вы эмоционально, ярко выражает протест.
2. При вынужденном отвлечении от компьютера вы начинаете раздражаться.
3. Вы не можете спланировать время, когда вы закончите пребывание в соц. сети или игру.
4. Высоко значимыми становятся лайки, репосты, рейтинг в играх, количество подписчиков или «друзей», снижение этого количества вызывает у вас бурные эмоции, негодование, раздражение.
5. Прием пищи происходит без отрыва от использования гаджета или компьютера.
6. Вы резко ограничиваете или исчезает живое общение, коммуникация происходит через сеть.
7. Вы предвкушаете эйфорию, когда продумываете возвращения к гаджету или компьютеру.



**Одним из маркеров, свидетельствующих о суицидальной направленности сообщества в соцсети, являются изображения китов**

**В** КОНТАКТО

Телефон или email

Зарегистрируйтесь



# Как заметить симптомы?

- **ребенок встает в нестандартное время**
- врет
- замыкается
- **на теле имеются порезы**
- изменяются поведенческие реакции
- наблюдается заторможенность
- смена интересов



Если заметили, что-то из перечисленного - надо срочно выключить компьютер, отобрать смартфон, обратиться в правоохранительные органы, общественные организации и к психологам.



## «Беги или умри»

Суть заключается в том, что ребенок перебегает дорогу в минимальной близости от автомобиля, чем опаснее, тем круче..



**Смысл игры  
"Исчезновение на  
24 часа"  
заключается в  
том, что дети  
должны  
спрятаться от  
родителей и  
сверстников  
ровно на сутки.**

Выяснить, играет ли ваша дочка или сын в игру "Исчезновение на 24 часа", времени нет.

**Если ребенок не вернулся вовремя, не пришёл в оговоренное время, нет связи и никто не может подтвердить его местонахождение — незамедлительно обращайтесь в полицию.**



**Поможет ли блокировка групп в социальных сетях и жесткий контроль?**



## **Факторы, препятствующие возникновению суицидального поведения у подростков:**

- **эмоциональная привязанность к значимым родным и близким, степень значимости отношений с ними;**
- **выраженное чувство долга, обязательность;**
- **концентрация внимания на состоянии собственного здоровья, боязнь причинения себе физического ущерба;**
- **учет общественного мнения и избегание осуждения со стороны окружающих, представления о позорности самоубийства и неприятие (осуждение) суицидальных моделей поведения;**
- **убеждения о неиспользованных жизненных возможностях;**
- **наличие жизненных, творческих, семейных и других планов, замыслов, целей;**



## Факторы, препятствующие возникновению суицидального поведения у подростков (продолжение):

- наличие духовных, нравственных и эстетических критериев в мышлении;
- психологическая гибкость и адаптированность, умение компенсировать негативные личные переживания, использовать методы снятия психической напряженности.
- проявление интереса к жизни;
- уровень религиозности и боязнь греха самоубийства;
- **планирование своего ближайшего будущего и перспектив жизни;**
- **негативная проекция своего внешнего вида после самоубийства**

# Самопомощь в критической ситуации

- **Выговоритесь!**
- **Напишите письмо!**
- **Сделайте себе подарок!**
- **Помогите другому!**
- **“Утро вечера мудренее!”**

# ”Афоризмы на тему “Отражения”



Лошади никогда не кончают самоубийством, потому что, будучи“  
• лишены дара речи, они не имеют возможность выяснять отношения.”  
(В. Маяковский)

Мы не можем вырвать ни одной страницы из нашей жизни, хотя легко”  
.можем бросить в огонь саму книгу.” (Ж. Санд)

”Самоубийца – человек, погибший при попытке бегства от себя самого”  
(Вячеслав Брудзинский)

Убийца убивает человека, самоубийца – человечество.” (Г. Честертон)”

”Самоубийство – мольба о помощи, которую никто не услышал”  
(Р. Алев)

# Как бороться со стрессом и победить.

## Попробуйте:

1. Менять то, что можно изменить, и принимать, как судьбу то, чего пока изменить невозможно. И всегда помните: когда Бог закрывает дверь, он обязательно открывает окно.
2. Жить сегодняшним днем и получать от этого удовольствие.
3. Никогда не обижаться на судьбу и помнить, что все могло бы быть гораздо хуже.
4. Избегать неприятных людей и не раздражаться от дураков. Радуйтесь, что вы не такие.
5. Оценивать себя самим и поменьше беспокоиться о том, что о вас думают другие.
6. Побольше общаться с интересными людьми.
7. Планировать свою жизнь, чтобы не тратить время понапрасну.

# Если вы встретили в интернете или социальной сети подозрительную активность подростков: сообщества, группы, отдельные аккаунты

## Вы можете:

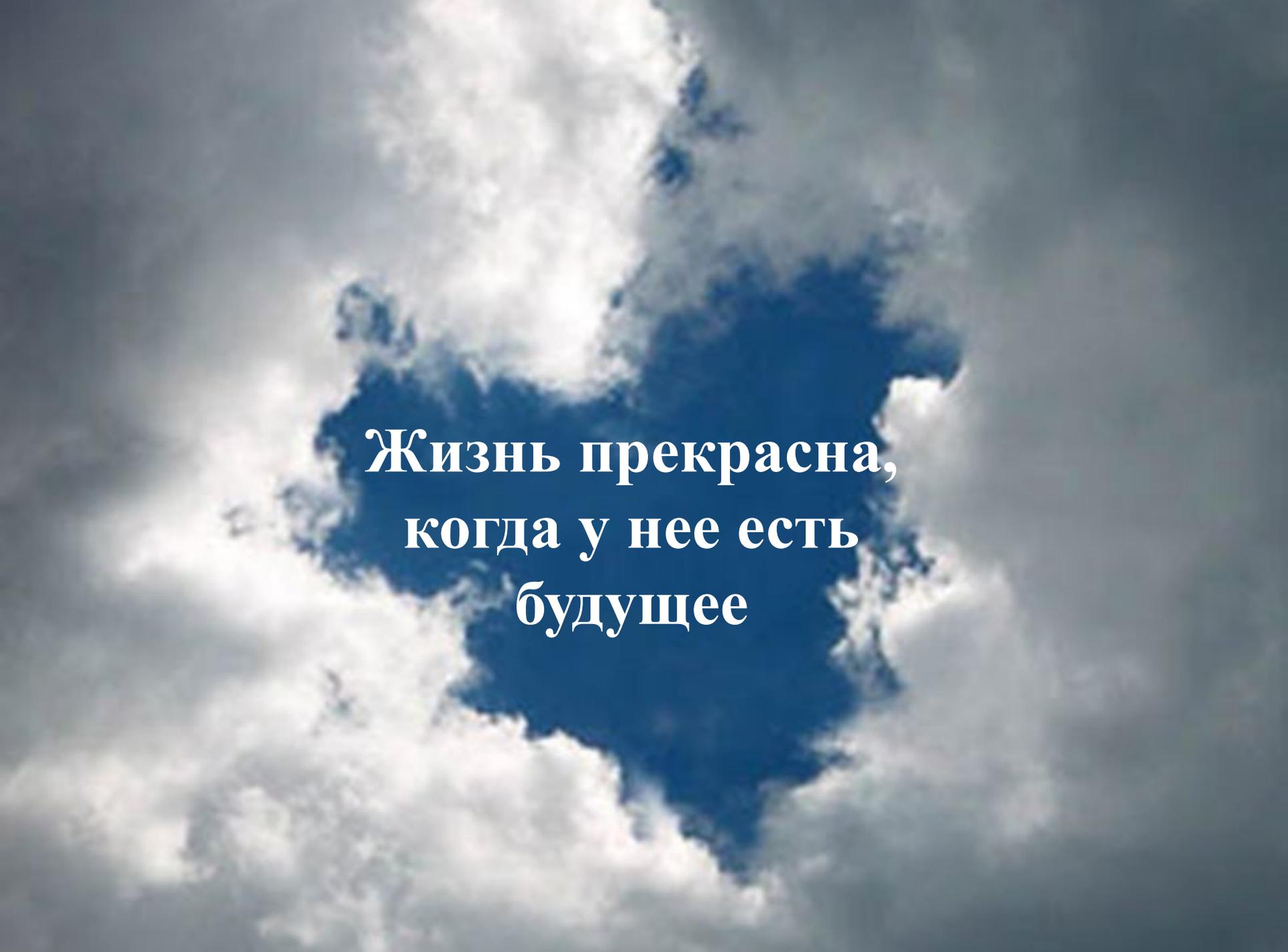
- 1) обратиться к администрации социальной сети или ресурса с просьбой заблокировать данный контент (ссылка на ст.5 Закона о защите детей от информации, способной нанести вред их здоровью и развитию);
- 2) обратиться в компетентные органы для блокировки вредной информации через специальную форму для оперативной обработки информации на сайте Роскомнадзора <http://eais.rkn.gov.ru/feedback/>

**Единый социальный телефон  
экстренной психологической помощи  
г.Астрахань:**

**8-800-200-01-22**

**Кризисная линия, социально-  
психологическая служба:**

**(8512) 56-45-99**



**Жизнь прекрасна,  
когда у нее есть  
будущее**