

Профилактика суицида- это совместная работа



Самое главное, надо научиться принимать своих детей такими, какие они есть. Ведь это мы, родители, формируя отношения, помогая ребёнку в его развитии, получаем результат воздействия, результат своего труда.

«Что посеешь, то и пожнёшь!» - гласит народная мудрость.

Принятие человека таковым, каким он является, принятие его сущности и сути его существования на Земле - и есть Любовь в истинном её проявлении.

Поэтому совет родителям прост и доступен:
«Любите своих детей, будьте искренними и честными к своим детям и к самим себе».

Только потеряв, мы понимаем, что любили.

Только потеряв, мы умоляем нас простить.

Только потеряв, виним себя за то, что не ценили.

Лишь потеряв, мы учимся любить.



Автор буклета И.В. Суроегина

607060, Нижегородская область

г. Выкса, м-он Гоголя, 50

Тел.: 3-50-69; 3-26-25

E-mail: otchykray@mail.ru

Сайт библиотеки: bibliokray.ru

МБУК «ЦБС городского округа г. Выкса»

Городская библиотека «Отчий край»

**«Жизнь—это счастье,
сотвори его сам!»**



Жизнь - это красноватая искорка в мрачном и немом океане Вечности, это единственное мгновение, которое нам принадлежит.

И.С. Тургенев

Выкса, 2021

Подростковый суицид - крик о помощи, стремление привлечь внимание к своему страданию. Ребёнок всегда подаёт сигналы о готовящемся суициде, но окружающие зачастую игнорируют эти сигналы.

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

Признаки суицидального поведения

- Утрата интереса к любимым занятиям, снижение активности, апатия, безволие
- Пренебрежение собственным видом, неряшливость



- Появление тяги к уединению, отдаление от близких людей
- Резкие перепады настроения, неадекватная реакция на слова, беспричинные слёзы, медленная и маловыразительная речь

- Внезапное снижение успеваемости и рассеянность
- Плохое поведение в школе, прогулы, нарушения дисциплины
- Склонность к риску неоправданным и опрометчивым поступкам
- Проблемы со здоровьем: потеря аппетита, плохое самочувствие, бессонница, кошмары во сне
- Безразличное расставание с вещами или деньгами, раздаривание их
- Стремление привести дела в порядок, подвести итоги, просить прощение за всё, что было
- Самообвинения или наоборот - признание в зависимости от других
- Шутки и иронические высказывания либо философские размышления на тему смерти.



Советы, которые помогут изменить ситуацию

Внимательно выслушайте подростка. В состоянии душевного кризиса любому из нас, прежде всего, необходим кто-нибудь, кто готов нас выслушать. Приложите все усилия, чтобы понять проблему, скрытую за словами.

Оцените серьёзность намерений и чувств ребёнка. Если он или она уже имеют конкретный план суицида, ситуация более острая, чем если эти планы расплывчаты и неопределённые.

3. Оцените глубину эмоционального кризиса. Подросток может испытывать серьёзные трудности, но при этом не помышлять о самоубийстве. Часто человек, недавно находившийся в состоянии депрессии, вдруг начинает бурную, неустанную деятельность. Такое поведение также может служить основанием для тревоги.

4. Внимательно отнеситесь ко всем, даже самым незначительным обидам и жалобам. Не пренебрегайте ничем из сказанного. Он или она могут и не давать воли чувствам, скрывая свои проблемы, но в то же время находиться в состоянии глубокой депрессии.

Постарайтесь аккуратно спросить, не думают ли он или она о самоубийстве. Опыт показывает, что такой вопрос редко приносит вред. Часто подросток бывает рад возможности открыто высказать свои проблемы.



Самое ценное в мире – это жизнь человека