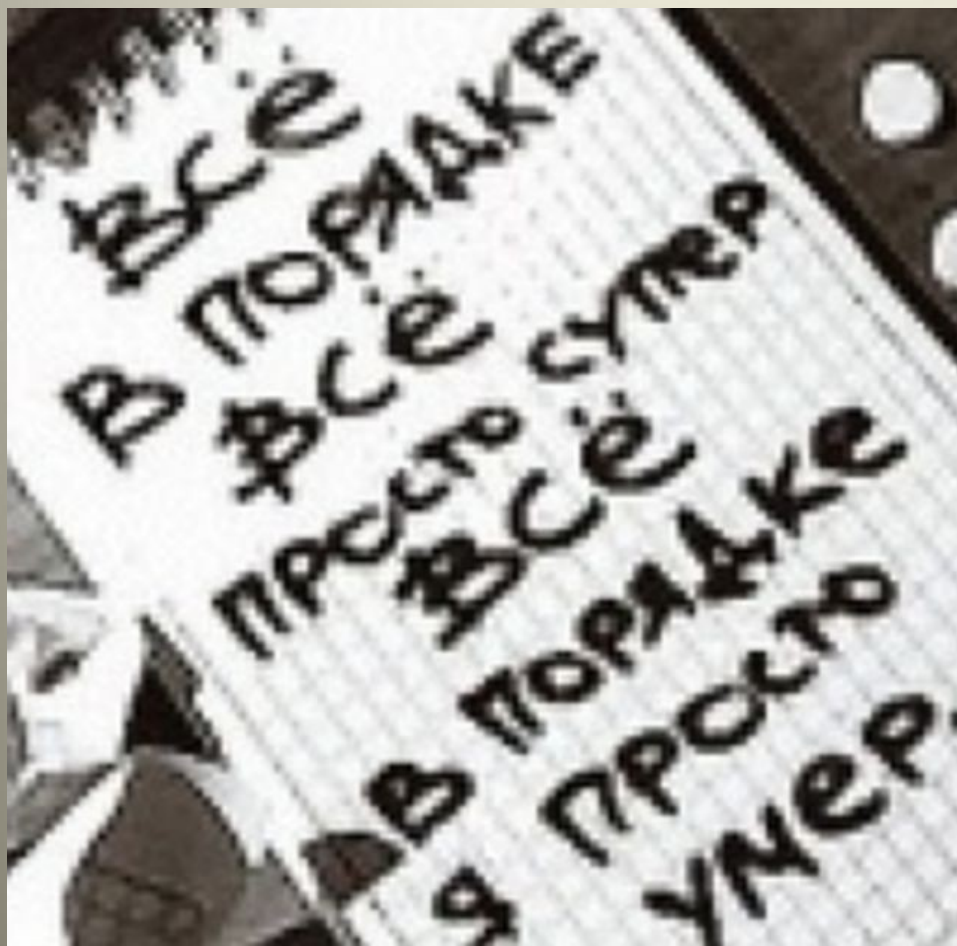


*Как не допустить самоубийства среди детей, в подростковой
и юношеской среде*



Подготовила педагог - психолог
высшей категории
МОУ «СОШ №62»
Вахрушева Н.А.

*Сергей, десятиклассник: «Мысли о том, что мне все надоело, и пора с этим «завязывать» не раз возникали в моей голове, и я далеко не один такой. Да вы сами посмотрите на современного подростка. Что ему интересно? А ничего. Из-под палки родители загоняют в спортивные секции, а так целыми днями мы проводим время за компьютерами в социальных сетях. А ведь в этом возрасте так хочется попробовать все, да еще и чувства обострены до предела...**Непонимание окружающих** угнетает как никогда, **родители бесят**. А неразделенная любовь...она принимает масштаб вселенской трагедии. В одиночку, если нет поддержки «со стороны», с этим не справиться!!!»...*



Мифы о суициде

- 1. Считается, что человек, постоянно предупреждающий о своем самоубийстве, на самом деле его не совершит.*
- 2. Тот, кто совершает самоубийство, хочет умереть. Он всегда готов совершить его.*
- 3. Если человек совершил суицидальную попытку, значит он всегда будет суицидальной личностью, и в дальнейшем это обязательно повторится.*
- 4. Мужчины пытаются покончить жизнь самоубийством чаще, чем женщины.*
- 5. Все действия во время суицидальной попытки являются импульсивными, непродуманными и свидетельствуют об отсутствии плана.*
- 6. Склонность к самоубийствам наследственная или данные люди душевнобольные.*
- 7. Самоубийство совершают от чрезмерного богатства или бедности.*

Потери

- 1. Разрыв романтических отношений.*
- 2. Смерть любимого или близкого человека.*
- 3. Смерть домашнего животного.*
- 5. Потеря «лица».*
- 6. Развод родителей.*

Давление со стороны

- 1. Насилие в семье.*
- 2. Давление родителей.*
- 3. Давление в школе.*
- 4. Давление со стороны сверстников.*

Наиболее часто жертвами школьного насилия становятся дети, имеющие:

- физические недостатки;*
- особенности поведения;*
- особенности внешности;*
- страх перед школой (и в целом, перед жизнью);*
- отсутствие опыта жизни в коллективе (домашние дети).*
- низкий интеллект и трудности в обучении.*

Как итог: формируется нестабильная, чаще заниженная самооценка.

- 5. Причастность к подростковым религиозным сектам, неформальным организациям и молодежным субкультурам.*
- 6. Психологическое давление СМИ, медиа – и интернет – пространства.*

Сайты и группы ВК: «Разбуди меня в 4:20», «Киты плывут вверх», «Космический кит», «Китовой журнал», «Океан китов», «Киты умирают вечером», «Мне хочется выть», «Суицид» и др.

Сообщения следующего содержания:

- «Как можно умереть, чтобы было не больно?»
- «Какие таблетки надо съесть, чтобы умереть?»
- «А не проще скинуться с крыши? Будет наверняка... Сама собираюсь»
- «Я прыгаю... 8 этаж. Завтра покажут в новостях. Это так мило!»
- «Просто поделитесь своими знаниями о том, какие быстрые и безболезненные способы уйти из жизни вам известны...»
- «Если много раз не получилось, значит не хотела».
- «А лучше бритвой по венам»

Основные признаки, по которым можно понять, состоит ли ребенок в подобной группе смерти:

- Подросток все время хочет спать, хотя ложится вовремя.
- Вы замечаете, что он был активен в социальных сетях в 4–6 часов утра.
- Подросток перестает нормально питаться. Уверяет, что он «толстый».
- Все время рисует бабочек и китов.
- Из кухни вдруг пропадает нож.
- На руках вашего ребенка появляются порезы (даже незначительные).
- На руках и ногах подростка появляются рисунки в виде шрамов.
- В списке его контактов в Skype возникают неизвестные вам люди с «фашистскими» фамилиями вроде «Рейх».
- Ваш ребенок увлекается разгадыванием сатанинской символики.
- На личной странице «ВКонтакте» подросток выкладывает «суицидальный» контент.

Через сайты в интернете распространяется информация об опасных играх, носящих название **«Космический ковбой», «На седьмом небе», «Собачий Кайф» и «Любители собачьего кайфа».**

Выдержка из блогов юных охотников за экстримом:

Graf: «Знаете, только собачий кайф помогает забыть о проблемах.

Попробуйте. Рекомендую. Круче я никогда ничего не испытывала.»

RTV: «Я этот кайф вчера делала раз 20, бошкой об стену билась... ахахах. было круто... и не забывается».

Lex: «Собачий кайф... делает тебя взрослым, крутым, вот, типо, заглянул в глаза смерти!».

QEEN: «Главное – душить от души. Если недодушишь, то все пойдет насмарку. Никакого кайфа не получишь».

Дмитрий Киселев (журналист): «Кто лучше всех умеет разговаривать с современными подростками – наркотореклеры, педофилы, руководители сект, лидеры субкультурных сообществ, различных группировок, владыки социальных сетей». Вся их работа построена на знании возрастных особенностей и основных жизненных переживаний и желаний подростков.

-



Помните: у вашего сына или дочери должна быть «жилетка», в которую можно в любой момент излить все свои проблемы. И чем младше ребенок, тем теплее она должна быть. Ребенок должен знать, что родители всегда его поймут или, по крайней мере, попытаются понять. Если сын или дочь открылись вам, не занимайтесь нравоучениями и, уж тем более, не устраивайте скандал. Этим вы только оттолкнете его или спровоцируете на безрассудные поступки. Прежде всего, дайте высказаться и просто пожалейте.



Для подростка важно общение: разговоры, беседы, дискуссии. Итогом должна быть констатация фактов: человеческая жизнь - бесценна, суицид — неконструктивный выход из проблемной ситуации, суицид — это слабость, после совершенной попытки суицида остаются люди, которые будут очень страдать.



Чтобы ценить жизнь, необходимо знать две основных вещи:

1. Нам нужно, чтобы нас любили.
2. Нам нужно хорошо к себе относиться.