

Когда близким стоит быть особо внимательными?

Подростковый суицид может быть как спланированным, продуманным, так и спонтанным, аффективным. Часто ему предшествуют следующие проявления:

- Ребенок замкнут, у него нет друзей и он не откровенен с родителями
- У ребенка вдруг появляется апатия и равнодушие ко всему
- Ребенок склонен к ипохондрии, придумывает себе «страшные» болезни
- Ребенок рисует в воображении картины и спрашивает о том, что будет, когда он умрет
- Ребенок вдруг начинает раздавать друзьям и знакомым дорогие для него вещи

Все эти признаки являются тревожными симптомами. Часто это свидетельствует о том, что подросток уже все решил и теперь планирует и выбирает время

Профилактика суицида среди подростков.

Лучшая профилактика суицида – это безусловная родительская любовь, внимание и забота

Суицид - умышленное самоповреждение со смертельным исходом (лишение себя жизни).

Люди, совершающие суицид, обычно страдают от сильной душевной боли и находятся в состоянии стресса, а также чувствуют невозможность справиться со своими проблемами

Причины проявления суицида у подростков:

- Отсутствие доброжелательного внимания со стороны взрослых
- Алкоголизм и наркомания среди родителей и подростков
- Жестокое обращение с подростком
- Отсутствие морально - этических ценностей
- Потеря смысла жизни
- Низкая самооценка, трудности в самоопределении
- Социально-экономическая дестабилизация
- Бедность эмоциональной и интеллектуальной жизни
- Ссора со сверстниками
- Смерть родственника
- Безответная влюбленность

Что может удержать подростка от суицида:

- Установите заботливые взаимоотношения с ребенком
- Будьте внимательным слушателем
- Вселяйте надежду, что все проблемы можно решить конструктивно
- Будьте искренними в общении, спокойно и доходчиво спрашивайте о тревожащей ситуации
- Помогите ребенку осознать его личностные ресурсы
- Окажите поддержку в успешной реализации ребенка в настоящем и помогите определить перспективу на будущее
- Всегда подчеркивайте все хорошее и успешное, свойственное вашему ребенку – это повышает уверенность в себе, укрепляет веру в будущее, улучшает его состояние
- Не бойтесь показаться беспомощными или глупыми в сложной ситуации: главное - будьте рядом с ребенком и поддерживайте его

Уважаемые родители!

Задумайтесь, часто ли Вы улыбаетесь своему ребенку, говорите с ним о его делах, искренне интересуетесь делами в школе, взаимоотношениями с друзьями, одноклассниками...

Если Вы заметили признаки опасности нужно:

- Попытаться выяснить причины кризисного состояния подростка
- Окружить ребенка вниманием и заботой
- Обратиться за помощью к психологу

В случае длительно сохраняющихся признаков, таких как отсутствие интереса к деятельности, плохое настроение, изменение сна, аппетита, необходимо обратиться за помощью к психиатру, психотерапевту



«Из любой трудной жизненной ситуации можно найти выход»



Детский телефон доверия: 8-800-2000-122.

Анонимно и бесплатно каждый ребенок и родитель может получить психологическую помощь, и тайна его обращения гарантируется

Наш адрес:

628383, ХМАО-Югра, г. Пыть-Ях, 4 мкр, д.3

сайт: кцсонгелиос.рф

Мы «Вконтакте» БУ «Пыть-Яхский КЦСОН»

Одноклассники: БУ «Пыть-Яхский КЦСОН»

Инстаграм [@ryahkcsn](https://www.instagram.com/ryahkcsn)

e-mail: ryahkcsn@admhmao.ru

Бюджетное учреждение
Ханты-Мансийского
автономного округа - Югры

«Пыть-Яхский

комплексный центр

социального обслуживания
населения»

Подростковый суицид



«Мир, вероятно, спасти уже не удастся,
но отдельного человека всегда можно»

Иосиф Бродский