

## **ЧТО НАДО ДЕЛАТЬ:**

- Уяснить, что конфликты являются обязательной составной частью общения с людьми.
  - Присмотреться и прислушаться к окружающим и к самому себе, понять, в чем истинная причина возникновения конфликта, каковы мотивы и цели участников столкновения.
  - Отказаться от установки "победа любой ценой", поскольку каждый конфликт имеет множество вариантов разрешения.
  - Не забывать, что при любом, даже самом серьезном противостоянии всегда остается ценность в виде дружеских отношений, которые важно сохранить.
  - Обращать внимание на отношение подростка к самоубийству: лучше, если оно пугает, и хуже, если воспринимается спокойно.
  - Всерьез воспринимать все происходящее с ребятами события, проявляя внимание к второстепенным, на первый взгляд, деталям поведения. Нельзя игнорировать высказывания о возможности суицида.
  - Открыто обсуждать возникшие у детей проблемы, поскольку подобный разговор снимает тревожность и уменьшает риск совершения самоубийства.
  - Внимательно слушать собеседника, так как подростки очень часто страдают от одиночества и невозможности излить перед кем-то свою душу.
  - Правильно формулировать вопросы, спокойно и доходчиво расспрашивая о сути тревожащей ситуации и о том, какая помощь необходима.
- Не выражать удивления от услышанного и не осуждать ребенка за любые, самые шокирующие высказывания.
  - Не спорить и не настаивать на том, что его беда ничтожна, ему живется лучше других, поскольку высказывания типа "у всех есть такие же проблемы" заставляют ребенка ощущать себя еще более ненужным и бесполезным.
  - Постараться изменить романтическо-трагедийный ореол представлений подростка о собственной смерти.
  - Не предлагать неоправданных утешений, поскольку подростки зачастую не способны принять советы, но подчеркнуть временный характер проблемы
  - Привести конструктивные способы ее решения.
  - Одновременно стремиться вселить в подростка надежду, которая должна быть реалистичной и направленной на укрепление его сил и возможностей.

ГУО «Социально-педагогический центр  
Верхнедвинского района»

# **ЕСЛИ**

# **РЕБЕНОК**

# **ХОЧЕТ**

# **УЙТИ ИЗ ЖИЗНИ...**



Подготовила по материалам печати:  
педагог-психолог Г.А.Шваб

## **ФАКТОРЫ РИСКА СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ:**

- предшествующие попытки суицида (данного человека);
- семейная история суицида;
- кризисная ситуация (неизлечимая болезнь, смерть близкого человека, финансовые проблемы, развод родителей);
- эмоциональные нарушения (депрессия);
- психические заболевания (алкоголизм, наркомания, шизофрения);
- семейный фактор (депрессивность родителей, детские травмы, хронические конфликты, дисгармоническое воспитание);
- жестокое обращение окружающих;
- физическое и сексуальное насилие;
- нарушенные отношения в семье;
- стремление любыми средствами создать впечатление гармонии в семье;
- ориентация на внешнее соблюдение общепринятых норм;
- повышенные и непоследовательные требования к детям;

- полное равнодушие к проблемам детей;
- полная неспособность родителей оказать ребенку помощь и поддержку;
- практика унижительных и жестоких наказаний;
- социальное моделирование (демонстрация суицида СМИ, их изображение в литературных произведениях);
- проблемы в школе;
- неразделенная любовь.

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ПОРТРЕТ СУИЦИДЕНТА:**

- Заниженная самооценка подростка;
- Высокая потребность в самореализации;
- Высокая сенситивность, эмпатичность;
- Низкая способность переносить боль;
- Высокая тревожность, пессимизм;
- Тенденция к самообвинению;
- Склонность к суженному мышлению;
- Низкий уровень развития волевых качеств;
- Тенденция ухода от решения проблем;

## **ЧТО ДОЛЖНО НАСТОРОЖИТЬ В ПОВЕДЕНИИ РЕБЕНКА:**

- Прямо и явно говорит о смерти:

*Я собираюсь покончить с собой...  
Я не могу так жить...*

- Косвенно намекает о своем намерении:

*Я больше не буду ни для кого проблемой...  
Ничто больше не имеет значения.  
Тебе больше не придется обо мне волноваться...*

- Много шутит на тему самоубийства.
- Проявляет нездоровую заинтересованность к вопросам смерти.
- Перепады настроения: с утра в прекрасном расположении духа, а вдруг говорит, что покончит с собой.
- Признаки "вечной усталости".
- Уход в себя.
- Усиленное чувство тревоги.
- Поглощенность мыслями о смерти и загробной жизни.
- Приобщение к алкоголю и наркотикам.
- Составление записки об уходе из жизни.