|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Ежегодно в результате самоубийства погибает около 3000 детей и подростков. Пик приходится на возраст 14-17 лет. ***Суицид* –** акт лишения себя жизни, при котором человек действует целенаправленно, преднамеренно, осознанно (умышленное самоповреждение со смертельным исходом).Детский суицид **–** это то, чего практически всегда можно избежать. **Главное, что для этого необходимо – это вовремя заметить тревожные сигналы*.*** Ни один ребёнок не решит уйти из жизни и воплотит своё решение в жизнь за считанные часы. Как правило, подобное решение зреет в голове у ребёнка не один день, и даже не неделю.  **Вы можете заметить признаки готовящегося самоубийства у детей:*** + снижение успеваемости;
	+ ограничение общения;
	+ снижение уровня интересов;
	+ подавленное настроение;
	+ проявление раздражительности,

 угрюмости;* + потеря аппетита или чрезмерное

 обжорство;* + бессонница;
	+ суицидальные высказывания, угрозы

 суицида;* + приведение своих дел в порядок;
	+ прощание с друзьями и выражение

 благодарности.Как правило, причинами суицида становятся сугубо личные причины и переживания, проблемы, которые подростку зачастую кажутся абсолютно неразрешимыми. | Причина суицида может быть столь незначительной, что взрослый человек просто – напросто не обратил бы на неё особого внимания. Для ребёнка же она глобальна.suicid3**Возможными мотивами самоубийства могут быть:*** + переживание обиды, одиночества, отчуждённости, невозможность быть понятым;
	+ действительная или мнимая утрата родительской любви, неразделённая любовь, ревность;
	+ переживания, связанные со смертью, разводом или уходом из семьи родителей;
	+ чувство вины, стыда, оскорблённое самолюбие, угрызение совести, недовольство собой;
	+ боязнь позора, насмешек, нежелательная беременность, любовные неудачи;
	+ страх наказания, нежелание принести извинения;
	+ чувство мести, злобы, угроза, вымогательство;
	+ желание привлечь к себе внимание, вызвать сочувствие, уйти от трудной ситуации;
 | **К внешним факторам**, формирующим суицидальные намерения, относятся конфликт, психотравмирующая ситуация.**К внутренним факторам** относятся:* + чувство одиночества;
	+ беспомощности;
	+ неверие в свои силы и возможности;
	+ комплекс неполноценности;
	+ тяжелые болезни, инвалидность;
	+ реальные или мнимые неудачи;
	+ депрессия.

 ***Зачастую трагедии можно избежать. Главное, что для этого необходимо – это внимание к изменениям, происходящим в поведении ребёнка.*** |
| Если вы оказались рядом с человеком в кризисной ситуации* Не отталкивайте его, если он решил разделить с вами проблемы, даже если вы потрясены сложившейся ситуацией;
* Дайте знать, что хотите ему помочь, но не видите необходимости в том, чтобы хранить все в секрете, если какая-то информация может повлиять на его безопасность;
* Сохраняйте спокойствие и не осуждайте его, независимо от того, что он говорит;
* Убедите его, что есть конкретный человек, к которому можно обратиться за помощью;
* Дайте понять, что хотите поговорить о чувствах, что не осуждаете его за эти чувства;
* Помогите ему понять, что присутствующее чувство безнадежности не будет длиться вечно.

**Помните, человек в кризисном состоянии не всегда может открыто сказать о том,** **что с ним происходит...** **В этом случае оказать необходимую помощь может квалифицированный специалист- психолог****Психолог** – специалист, к которому можно обратиться, когда на душе тяжело, пропал смысл жизни, появилось ощущение душевной боли, тоски.  | **Где можно получить помощь?** СОГБОУ «Центр психолого-медико-социального сопровождения»Адрес: г.Смоленск, ул.Неверовского, д.26тел. 8(4812)38-31-42 Общероссийский детский телефон доверия: **8-800-2000-122** **(круглосуточно, бесплатно)** | Комиссия по делам несовершеннолетних и защите их прав в муниципальном образовании Руднянский районСмоленской областиПАМЯТКА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ДЕТСКОГО СУИЦИДА 2019 год |

Начало формы

Конец формы