

Самоубийство (суицид)- это реакция человека на ситуацию, которая кажется ему непреодолимой, безвыходной.



Непосредственные причины самоубийств среди детей и подростков обычно тесно связаны с проблемами в ближайшем окружении: с разводами родителей, с их повторными браками, алкоголизмом, конфликтами, насилием в семье, с болезнью и потерей близких родственников, несчастной любовью, недостатком внимания, заботы со стороны окружающих.

Выделяются несколько признаков готовности ребенка к суициду, и при появлении 1 или 2 из них, следует обратить особое внимание:

1. Утрата интереса к любимым занятиям, снижение активности, апатия, безволие;
2. Пренебрежение собственным видом, неряшливость;
3. Появление тяги к уединению, отдаление от близких людей;
4. Резкие перепады настроения, неадекватная реакция на слова, беспричинные слезы;
5. Внезапное снижение успеваемости и рассеянность;
6. Плохое поведение в школе, прогулы, нарушения дисциплины;
7. Склонность к риску и неоправданным и опрометчивым поступкам;
8. Проблемы со здоровьем: потеря аппетита, плохое самочувствие, бессонница
9. Безразличное расставание с вещами или деньгами, раздаривание их;
10. Самообвинения или наоборот - признание в зависимости от других;
11. Шутки и иронические высказывания либо философские размышления на тему смерти.

Если замечена склонность несовершеннолетнего к суициду, следующие советы помогут изменить ситуацию.

1. Внимательно выслушайте подростка. Приложите все усилия, чтобы понять проблему, скрытую за словами.

2. Оцените серьезность намерений и чувств ребенка.

3. Оцените глубину эмоционального кризиса. Подросток может испытывать серьезные 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.

5. 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.



**За поддержкой Вы всегда можете обратиться:
по телефону доверия для детей, подростков и их
родителей:**

237-48-48 (круглосуточно)- Молодежный телефон доверия

267-93-04(круглосуточно) - Городской телефон доверия