



Прокуратура Российской Федерации
Прокуратура Тверской области

**Прокуратура
Рамешковского района**

ул. Пролетарская, д. 12, п. Рамешки,
Тверская область, 171400

Заведующему Рамешковским районным
отделом образования

Поповой Е.В.

10.03.2020 № 21-2021

На № _____

Уважаемая Елена Викторовна!

Направляется подготовленный прокуратурой района макет буклета «Суицидальное поведение подростков. Как предотвратить суицид?». Прошу в возможно короткий срок согласовать направление данного буклета прокуратурой района в муниципальные образовательные учреждения для распространения на родительских собраниях.

Приложение: буклет

Заместитель прокурора района
старший советник юстиции

Н.О.Костерева

Факторы, влияющие на развитие суицидального поведения у подростков:

1. Переживание обиды, одиночества, отчужденности и непонимания.
2. Действительная или мнимая утрата любви родителей, неразделенное чувство и ревность.
3. Переживания, связанные со сложной обстановкой в семье, со смертью, разводом.
4. Чувства вины, стыда, оскорбленного самолюбия (в т.ч. связанного с насилием в семье).
5. Боязнь позора, насмешек или унижения.
6. Страх наказания (например, в ситуациях ранней беременности, серьезного проступка).
7. Любовные неудачи, сексуальные эксцессы, беременность.
8. Чувство мести, злобы, протеста.
9. Желание привлечь к себе внимание, вызвать сочувствие, уйти от трудной ситуации, повлиять на другого человека.
10. Сочувствие или подражание товарищам, кумирам, героям книг или фильмов.

Нередко подростки говорят про суицид с единственной целью – позлить, или шантажировать родителей, но получив в ответ ироническую реакцию, из чувства упрямства и желания доказать родителям, что они не правы, решаются на попытку самоубийства.

Четыре основные причины самоубийства:

- Изоляция (чувство, что тебя никто не понимает, тобой никто не интересуется);
- Беспомощность (ощущение, что ты не можешь контролировать жизнь, все зависит не от тебя);
- Бездна (когда будущее не предвещает ничего хорошего);
- Чувство собственной незначимости (уязвленное чувство собственного достоинства, низкая самооценка, переживание некомпетентности, стыд за себя).

Приемы предупреждения суицидов

- Воспринимайте ребенка всерьез. Относиться снисходительно нельзя.
- Выслушивайте. Дайте ему возможность высказаться. Уделите ему ваше время. Задайте вопросы и внимательно слушайте.
- Ни в коем случае не оставляйте нерешенными проблемы, касающиеся сохранения физического и психического здоровья ребенка;
- Анализируйте вместе с сыном или дочерью каждую трудную ситуацию;
- Воспитывайте в ребенке привычку рассказывать родителям не только о своих достижениях, но и о тревогах, сомнениях, страхах;
- Не опаздывайте с ответами на его вопросы по различным проблемам физиологии, взаимоотношений и т.д.;
- Не иронизируйте, если в какой-то ситуации ребенок оказался слабым физически и морально, помогите ему, поддержите, укажите возможные пути решения возникшей проблемы;
- Будьте внимательны к косвенным показателям при предполагаемом самоубийстве. Каждое шутливое упоминание или угрозу следует воспринимать всерьез.
- Подчеркивайте временный характер проблем, узнайте, чем вы можете помочь, поскольку вам он уже доверяет.
- Обсудите с ним работу служб, которые могут оказать помощь в ситуации, сопряженной с риском для жизни; записать соответствующие номера телефонов.

«...Самоубийство – мольба о помощи, которую никто не услышал...»

Равиль Алеев



Суицидальное поведение подростков. Как предотвратить суицид?

Детский и подростковый суицид: понятие, признаки, предупреждение

ЧТО ЖЕ ТАКОЕ СУИЦИД И СУИЦИДАЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ?

СУИЦИД - УМЫШЛЕННОЕ ЛИШЕНИЕ СЕБЯ ЖИЗНИ

САМОУБИЙСТВО В ДЕТСКОМ ИЛИ ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ - ЭТО РЕАКЦИЯ РЕБЕНКА НА ПРОБЛЕМУ, КОТОРАЯ КАЖЕТСЯ ЕМУ НЕПРЕОДОЛИМОЙ

СЧИТАЕТСЯ, ЧТО СУИЦИДАЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ В 90% СЛУЧАЯХ - ЭТО «КРИК О ПОМОЩИ» И ЛИШЬ У 10% ТАКИХ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ ИМЕЕТСЯ ИСТИННОЕ ЖЕЛАНИЕ ПОКОНЧИТЬ С СОБОЙ

СУИЦИД - ЭТО ТО, ЧЕГО ПРАКТИЧЕСКИ ВСЕГДА МОЖНО ИЗБЕЖАТЬ. ГЛАВНОЕ, ЧТО ДЛЯ ЭТОГО НЕОБХОДИМО ВОВРЕМЯ ЗАМЕТИТЬ ТРЕВОЖНЫЕ СИГНАЛЫ



Большинство людей в той или иной форме предупреждают окружающих. А дети вообще не умеют скрывать своих планов. Разговоры вроде «никто и не мог предположить» означают лишь то, что окружающие не приняли или не поняли посылаемых сигналов.

Ребенок может прямо говорить о суициде, может рассуждать о бессмысленности жизни, что без него в мире будет лучше.

Должны насторожить фразы «все надоело», «ненавижу всех и себя», «пора положить всему конец», «когда все это кончится», «так жить невозможно», вопросы «а что бы ты делала, если бы меня не стало?», рассуждения о похоронах.

Тревожным сигналом является попытка раздать все долги, помириться с врагами, раздарить свои вещи, особенно с упоминанием о том, что они ему не понадобятся.

Кроме перечисленных, выделяются еще несколько признаков готовности ребенка к суициду, и при появлении 1-2 из которых следует обратить особое внимание:

- утрата интереса к любимым занятиям, апатия, безволие;
- пренебрежение собственным видом, неряшливость;
- появление тяги к уединению, отдаление от близких;
- резкие перепады настроения, неадекватная реакция на слова, беспричинные слезы, медленная речь;
- внезапное снижение успеваемости и рассеянность;
- плохое поведение в школе, прогулы, нарушения дисциплины;
- склонность к риску и неоправданным поступкам;
- проблемы со здоровьем: потеря аппетита, плохое самочувствие, бессонница, кошмары во сне;
- безразличное расставание с вещами или деньгами, раздаривание их;
- стремление привести дела в порядок, просить прощение за все, что было;
- самообвинения или наоборот - признание в зависимости от других;
- шутки и иронические высказывания либо философские размышления на тему смерти.

