

6. Убедите его в том, что он сделал верный шаг, приняв вашу помощь. Осознание вашей компетентности, заинтересованности в его судьбе и готовности помочь дадут ему эмоциональную опору.

Правила для работы с подростками, друг или подруга которых совершили самоубийство.

* Избегать сказок и полуправды. Одна из самых серьезных проблем молодежи состоит в отсутствии у них знаний о суицидах из-за стремления взрослых к сохранению тайны в интересах детей. Между тем искажение реальности способно на долгий срок закрепить у подростка, находящегося в депрессии из-за случившегося, состояние подавленности. Поэтому необходимо в доступной форме предоставить старшеклассникам простые и ясные сведения о суициде с учетом их возраста и уровня развития. Очень важно, чтобы друзья самоубийцы услышали об обстоятельствах смерти от педагогов, а не от приятелей, соседей или из прессы.

* Говорить с ребенком об умершем, давая высказаться ему самому и вспоминая не только о произошедшей трагедии, но и о счастливом времени и моментах, проведенных с ушедшим. Однако обсуждение интимных причин и поводов суицида следует проводить избирательно, уважая чувства подростка.

Давать возможность показать горе, выплеснуть эмоции. Гнев, отчаяние, протест свойственны не только взрослым, но и детям, которые имеют право на открытое проявление чувств. Вместе с тем необходимо обращать особое внимание на возникающее у подростков ощущение вины, уверяя их в непричастности к самоубийству и в том, что они сделали все возможное для его предотвращения.

- Преодолевать фаталистические настроения, обсуждая конструктивные пути преодоления-

возможных конфликтов. Важно убедить ребенка, что суицид является недостойным способом выхода из затруднительного положения, ибо как бы ни были мрачны тучи, потом обязательно выглянет солнце. Или самая ужасная зубная боль проходит, стоит только немного потерпеть.

- Помочь ребенку принять решение вернуться к привычной жизни. Выход из депрессии и реабилитация не происходит после одной встречи, 1-2 дней или ночей, поэтому важно продолжать работу с друзьями суицидента на протяжении всего срока, пока они нуждаются в помощи, поддерживая в них надежду на облегчение в будущем.



ГБУ РК «Феодосийский центр социальных служб для семьи, детей и молодежи»

298100, Республика Крым, г. Феодосия,
ул. В. Коробкова, 3

Тел. +7 978 060 86 11
(0652) 3 92 60

Электронный адрес: fcsssdm@mail.ru

Сайт: gburkfcsssdm.netdo.ru



ГУ РК "Феодосийский центр социальных служб для семьи, детей и молодежи"

Памятка для педагогов о подростковом суициде



«Когда человек протягивает руку, чтобы помочь другому, он прикасается к лицу Божества»
Уолт Уитмен

ФЕОДОСИЯ 2018г.

Суицид – самоубийство, осозанный уход из жизни, совершенный в состоянии сильного душевного расстройства либо под влиянием острых травмирующих ситуаций.

Попытка самоубийства – это крик о помощи, вызванный желанием привлечь внимание к своей беде или вызвать сочувствие окружающих. Поднимая на себя руку, подросток прибегает к последнему аргументу в споре с родителями, разрешении конфликтов со сверстниками, друзьями, «убеждать» от несчастной любви. Он нередко представляет себе смерть как некое временное состояние: очнется, и снова будет жить. Совершенно искренне желая умереть в невыносимой ситуации, он в действительности хочет лишь наладить отношения с окружающими.

Наиболее типичными мотивами самоубийств у подростков являются:

1. Переживание обиды, одиночества, отчужденности, невозможности быть понятым.
2. Действительная или мнимая утрата родительской любви, неразделенная любовь, ревность.
3. Переживания, связанные со смертью, разводом, или уходом из семьи одного из родителей.
4. Чувство оскорбленного самолюбия, недовольства собой.
5. Боязнь позора, насмешек, унижения.
6. Страх наказания.
7. Желание привлечь к себе внимание, вызвать сочувствие.
8. Подражание кумирам.



Педагоги должны знать признаки суицидального поведения:

- сильное колебание настроения между возбуждением и упадком
- чувство безнадежности, тревога, плач без причины, замкнутость, уход в себя.
- вспышки раздражения, гнева, ярости, жестокости по отношению к одноклассникам, учителям.
- раздача подарков, своих вещей.
- побеги из дома.
- злоупотребление алкоголем.
- активная подготовка (сборка лекарств, посещение кладбищ, разговоры о смерти, рисунки с гробом, крестом в черном свете).
- членство в какой-либо группировке, секте.



Мысли о самоубийстве у подростков выражаются в следующих высказываниях:

- «Я никому не нужен»;
- «Меня никто не любит»;
- «Не хочу никого видеть»;
- «Жизнь не имеет смысла»;
- «Я вас вижу в последний раз»;
- «Вы со мной больше не увидите»

«Я не могу выносить этого»;

«Я не хочу жить»;

«Когда меня не станет».

Если вы услышали подобные высказывания от учеников, срочно обращайтесь к школьному психологу.



Если замечена склонность учащегося к самоубийству, следующие рекомендации помогут изменить ситуацию:

1. Внимательно выслушайте решившегося на самоубийство подростка. Приложите все усилия, чтобы понять проблему, скрытую за словами.
2. Оцените серьезность намерений и чувств, глубину эмоционального кризиса ребенка.
3. Внимательно отнеситесь ко всем даже самым незначительным обидам и жалобам. Не пренебрегайте ничем из сказанного.
4. Не бойтесь прямо спросить, не думает ли он или она о самоубийстве. Опыт показывает, что такой вопрос редко приносит вред. Часто подросток бывает рад возможности открыто высказать свои проблемы. Ребенок может почувствовать облегчение после разговора о самоубийстве, но вскоре опять может вернуться к тем же мыслям. Поэтому важно не оставлять его в одиночестве даже после успешного разговора.
5. Поддерживайте его и будьте настойчивы. Человеку в состоянии душевного кризиса нужны строгие и утвердительные указания.