Уважаемые родители!

Задумайтесь, часто ли Вы улыбаетесь своему ребенку, говорите с ним о его делах, искренне интересуетесь делами в школе, взаимоотношениями с друзьями, одноклассниками…

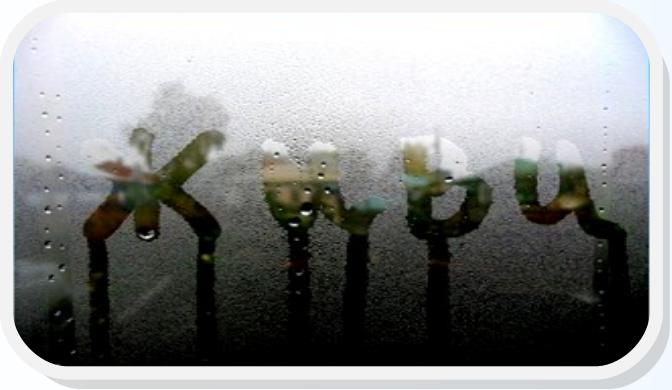
Если Вы заметили признаки опасности нужно:

Попытаться выяснить причины кризисного состояния подростка.

Окружить ребенка вниманием и заботой.

Обратиться за помощью к психологу.

В случае длительно сохраняющихся признаков, таких как отсутствие интереса к деятельности, плохое настроение, изменение сна, аппетита, необходимо обратиться за помощью к психиатру, психотерапевту



«Из любой трудной жизненной ситуации можно найти выход»

Детский телефон доверия:
8-800-2000-122
Звонок бесплатный и анонимный

На сайте нашего Центра
http://cpmss-irk.ru
вы сможете получить ***online консультацию педагога-психолога*** *по интересующим вас вопросам*

ГАУ ЦППМиСП
Адрес: 664022, Иркутская обл., г. Иркутск, ул. Пискунова, 42,
Телефон: 8 (3952) 700-940
Факс: 8 (3952) 700-940
Эл. почта: ogoucpmss@mail.ru

Государственное автономное учреждение
Иркутской области
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»

Подростковый суицид

г. Иркутск 2021 год

Суицид – умышленное самоповреждение со смертельным исходом (лишение себя жизни).

Люди, совершающие суицид, обычно страдают от сильной душевной боли и находятся в состоянии стресса, а также чувствуют невозможность справиться со своими проблемами.

Причины проявления суицида у подростков:

Отсутствие доброжелательного внимания со стороны взрослых.
Алкоголизм и наркомания среди родителей и подростков.
Жестокое обращение с подростком.
Отсутствие морально - этических ценностей.
Потеря смысла жизни.
Низкая самооценка, трудности в самоопределении.
Социально-экономическая дестабилизация.
Бедность эмоциональной и интеллектуальной жизни.
Ссора со сверстниками.
Смерть родственника.
Безответная влюбленность.

Когда близким стоит быть особо внимательными?

Подростковый суицид может быть как спланированным, продуманным, так и спонтанным, аффективным. Часто ему предшествуют следующие проявления:

Ребенок замкнут, у него нет друзей и он не откровенен с родителями.
У ребенка вдруг появляется апатия и равнодушие ко всему.
Ребенок склонен к ипохондрии, придумывает себе «страшные» болезни.
Ребенок рисует в воображении картины и спрашивает о том, что будет, когда он умрет.
Ребенок вдруг начинает раздавать друзьям и знакомым дорогие для него вещи.

Все эти признаки являются тревожными симптомами. Часто это свидетельствует о том, что подросток уже все решил и теперь планирует и выбирает время.

Профилактика суицида среди подростков.

Лучшая профилактика суицида – это безусловная родительская любовь, внимание и забота.

Что может удержать подростка от суицида:

Установите заботливые взаимоотношения с ребенком.
Будьте внимательным слушателем.
Вселяйте надежду, что все проблемы можно решить конструктивно.
Будьте искренними в общении, спокойно и доходчиво спрашивайте о тревожащей ситуации.
Помогите ребенку осознать его личностные ресурсы.
Окажите поддержку в успешной реализации ребенка в настоящем и помогите определить перспективу на будущее.
Всегда подчеркивайте все хорошее и успешное, свойственное вашему ребенку – это повышает уверенность в себе, укрепляет веру в будущее, улучшает его состояние.
Не бойтесь показаться беспомощными или глупыми в сложной ситуации: главное - будьте рядом с ребенком и поддерживайте его.

«Мир, вероятно, спасти уже не удастся, но отдельного человека всегда можно»

Иосиф Бродский