

## ***Признаки формирования суицидального поведения у подростков:***

- Стремление к постоянному длительному уединению отстраненности от окружающих, включая родных и друзей;
- Изменение аппетита;
- Падение учебной успеваемости;
- Резкие и частые смены настроения от апатии до агрессивности;
- Изменение во внешнем виде (безразличное отношение к своему внешнему виду, неопрятность);
- Раздача личных вещей в качестве подарков своим близким и друзьям;
- стремление «привести дела в порядок»;
- самоповреждающее и рискованное поведение: стремление оказаться в местах с высоким риском травмоопасности, нанесение себе порезов;
- появление в речи высказываний «ненавижу жизнь», «я никому не нужен», «лучше умереть», «не могу этого вынести», «они все ещё пожалеют» и подобных.

Любое высказывание подростком стремление уйти из жизни необходимо воспринимать серьезно! Недопустимы равнодушие, черствость или агрессивность по отношению к ребенку. Необходимо проявить выдержку, спокойствие, участие, предложить ребенку помощь, консультацию у специалистов. Информировать подростков о службах экстренной психологической помощи **«Общероссийский детский телефон доверия для детей и подростков 8-800-2000-122»**

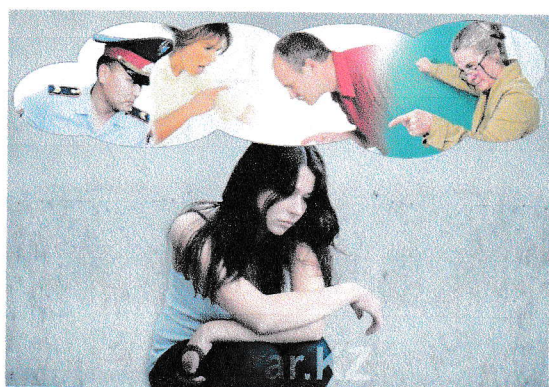


## Мифы и факты о суицидальном поведении подростков

Миф, стигма	Факт
<p>Большинство самоубийств совершается без предупреждения, поэтому невозможно ничего предпринять для его предотвращения</p>	<p>Большинство людей с риском суицидального поведения подают предупреждающие сигналы о своих реакциях или чувствах.                      Например, подростки могут оставлять открыто таблетки на столе, тексты стихов о смерти.                      Подобные сигналы нельзя игнорировать</p>
<p>Говоря о самоубийстве с подростком, можно подать ему идею о совершении этого действия. Безопаснее полностью избегать этой темы</p>	<p>Беседа о самоубийстве не порождает и не увеличивает риска его совершения. Напротив, она снижает его. Лучший способ выявления суицидальных намерений – прямой вопрос о них. Открытый разговор с ребенком с выражением искренней заботы и беспокойства о нем может стать для подростка источником облегчения и нередко одним из ключевых элементов в предотвращении непосредственной опасности самоубийства. Избегание в беседе этой темы может стать дополнительной причиной для сведения счетов с жизнью</p>
<p>Если человек говорит о самоубийстве, то он его не совершит</p>	<p>К любой угрозе ребенка уйти из жизни нужно относиться серьезно, даже если эта угроза носит манипулятивный характер. Грань между демонстративно-шантажным и истинным суицидом в подростковом возрасте несущественна</p>
<p>Суицидальные попытки, не приводящие к смерти, являются лишь формой поведения, направленной на привлечение внимания. Подобное поведение достойно игнорирования или наказания</p>	<p>Демонстративное суицидальное поведение представляет собой призыв о помощи. Если ребенок не получает отклика, ему легко прийти к выводу, что уже никто и никогда его не поймет, ему не поможет, и соответственно, от намерения покончить с собой перейти к совершению суицида.                      Наказание за суицидальное поведение и его оценка как «недостойного» способа призыва о помощи может привести</p>



	к чрезвычайно опасным последствиям. Оказание помощи в разрешении проблем, установление контакта является эффективным методом предотвращения суицидальных форм поведения
Самоубийца определенно желает умереть, и будет неоднократно предпринимать попытки, пока не совершит самоубийство. Оказывать помощь таким людям бесполезно	Очень немногие люди сохраняют уверенность в своих желаниях или однозначном решении покончить с жизнью. Большинство людей являются открытыми для помощи других, даже если она навязывается им помимо воли. Дети, к тому же, не вполне осознают конечность смерти, относятся к ней как к чему-то временному. Порой они думают, что, умерев (уснув ненадолго), накажут родителей или своих обидчиков, а затем воскреснут (проснутся)
Те, кто кончают с собой – психически больны и им ничем нельзя помочь	Очень многие совершающие самоубийство люди не страдают никаким психическим заболеванием. Для них это всего лишь временная ситуация, из которой они не видят другого выхода



**Легкомысленное отношение к проблеме суицидального поведения у подростка может повлечь необратимые трагические последствия!!!!**