

## **Подростковый суицид Памятка для взрослых**

### **ЧЕРТЫ ПОДРОСТКОВОГО СУИЦИДА**

кратковременные конфликты в сферах близких отношений (в семье, школе, группе);

конфликт воспринимается как крайне значимый и травматичный, вызывая внутренний кризис и драматизацию событий;

суицидальный поступок воспринимается в романтически-героическом ореоле: как смелый вызов, как решительное действие, как мужественное решение и т.п.

суицидное поведение демонстративно, в нем есть признаки "игры на публику";

суицидальное поведение регулируется скорее порывом, аффектом, в нем нет продуманности, взвешенности, точного просчета;

средства самоубийства выбраны неумело (прыжок с балкона 2-3 этажа, малотоксические вещества, тонкая веревка и т.п.).

### **ПРИЧИНЫ ПРОЯВЛЕНИЯ СУИЦИДА**

Отсутствие доброжелательного внимания со стороны взрослых

Резкое повышение общего ритма жизни

Социально-экономическая дестабилизация

Алкоголизм и наркомания среди родителей

Жестокое обращение с подростком, психологическое, физическое и сексуальное насилие

Алкоголизм и наркомания среди подростков

Неуверенность в завтрашнем дне

Отсутствие морально-этических ценностей

Потеря смысла жизни

Низкая самооценка, трудности в самоопределении

Бедность эмоциональной и интеллектуальной жизни

Безответная влюбленность

Общей причиной суицида является социально-психологическая дезадаптация, возникающая под влиянием острых психотравмирующих ситуаций, нарушения взаимодействия личности с ее ближайшим окружением. Однако для подростков это чаще всего не тотальные нарушения, а нарушения общения с близкими, с семьей.

### **ПРЕДПОСЫЛКИ ПРОЯВЛЕНИЯ**

Биологические

Личностные (напряжение потребностей и желаний, неумение найти способы их удовлетворения, отказ от поиска выхода из сложных ситуаций, низкий уровень самоконтроля, неумение ослабить нервно-психическое напряжение, эмоциональная нестабильность,

импульсивность, повышенная внушаемость, бескомпромиссность и отсутствие жизненного опыта)

**Социальные**

**ЧТО МОЖЕТ УДЕРЖАТЬ:**

**Установите заботливые взаимоотношения с ребенком**

**Будьте внимательным слушателем**

**Будьте искренними в общении, спокойно и доходчиво спрашивайте о тревожащей ситуации**

**Помогите определить источник психического дискомфорта**

**Вселяйте надежду, что все проблемы можно решить конструктивно**

**Помогите ребенку осознать его личностные ресурсы**

**Окажите поддержку в успешной реализации ребенка в настоящем и помогите определить перспективу на будущее.**