

«Роль взрослых в оказании помощи детям и подросткам в кризисных ситуациях.

Причины и профилактика суицидального поведения детей и подростков»

Цель: познакомить родителей с проблемой суицида среди детей и подростков, оказать профилактическую помощь родителям.

Задачи:

- расширить знания родителей о причинах подросткового суицида;
- предоставить возможность родителям задуматься и оценить взаимоотношения со своим ребёнком;
- воспитывать уважение к личности ребенка и понимание к его проблемам;
- предложить рекомендации родителям по профилактике суицидального поведения среди детей и подростков.

Здравствуйте, Уважаемые родители! Сегодня мы поговорим о - **детском и подростковом суициде. А главное о психологической помощи, которую вы можете оказать вашим детям.** Мы с вами уже затрагивали эту тему, но, к сожалению, на данный момент она очень актуальна.

Суицид это совокупность различных мотивов и факторов, которые его побудили. Переживания неразделенной любви, конфликты с родителями, завышенные требования родителей, предъявляемое детям, конфликты со сверстниками и **деструктивное влияние интернета.**

Хочу обратить ваше внимание, что в настоящий момент в интернете много сайтов с **суицидальным контентом**, т.е. фотографии, картинок, которые направлены на суицидальные мысли (петля с бабочкой внутри, пистолеты, и т.д.).

Сейчас дети и подростки много времени проводят в телефоне, что они там читают, чем занимаются, увы родители порой не знают.

Специалисты по этому вопросу утверждают, что тема **суицида в интернете** приобрела **обыденный, бытовой и даже модный характер.** Происходит романтизация смерти.

Обратите внимание на **музыку**, которую слушают ваши дети, на стихи, о чем поет любимый исполнитель.

Важно, что для 11 – 12 летнего подростка смерть представляется чем-то временным, отдыха от невзгод, способом попасть в иной мир, так же она видится средством наказать обидчиков. Подростки **НЕ ПОНИМАЮТ НЕОБРАТИМОСТИ СМЕРТИ.**

Психологический смысл подросткового суицида – крик о помощи, стремление привлечь внимание к своему страданию. Настоящего желания нет, представление о смерти крайне неотчетливо, инфантильно.

Суициды среди детей и подростков случаются от безысходности ситуации для ребенка, от непереносимой обиды, от несчастной, неразделенной любви.

Подростковый возраст – период жизни человека от детства до юности (от 11-12 до 14-15 лет). **Самый ответственный период в жизни каждого человека, когда его развитие активно протекает через внутренние конфликты с самим собой и с другими, через внешние срывы.** Таким образом, он приобретает чувство взрослости. Это **поиск себя, своего призвания и места в окружающем мире.**

Это период, когда подросток начинает заново оценивать свои отношения с семьей. Стремление обрести себя как личность порождает потребность в отчуждении от всех тех, кто привычно, из года в год оказывал на него влияние – и в первую очередь это относится к родительской семье. Отчуждение по отношению к семье внешне выражается в негативизме – в стремлении противостоять любым предложениям, суждениям, чувствам тех, на кого направлено отчуждение.

Профессор Ю.Б. Гиппенрейтер пишет: «Любому ребенку, а также и взрослому необходимо получать подтверждение того, что он **любим**, что он **хороший**, что он может быть **успешным**, что он имеет **свободу** выбирать дела, друзей, свой путь. Показывать делом, что вы «слышите» эти основные потребности человека, не только возможно, но и совершенно необходимо!

Маленькому ребенку обычно дают знать, что его любят, через доброе обращение с ним, а особенно – через физический контакт, ласковые прикосновения, объятия. ... Но то же следует делать с детьми любого возраста (в тех пределах, в которых они готовы от вас это принять), да и со взрослыми тоже!

Доброжелательность и терпеливость при общении, а главное, исключение критики ребенка (или близкого) будут говорить ему, что он **«хороший»**.

Если человек серьезно задумал совершить самоубийство, то обычно об этом нетрудно догадаться по ряду характерных признаков, которые можно разделить на 3 группы: словесные, поведенческие и ситуационные.

СЛОВЕСНЫЕ признаки

Человек, готовящийся совершить самоубийство, часто говорит о своем душевном состоянии. Он или она могут:

Прямо или косвенно намекать о своем намерении: «Лучше бы мне умереть». «Я больше не буду ни для кого проблемой». «Тебе больше не придется обо мне волноваться». «Скоро все проблемы будут решены». «Вы еще пожалеете, когда я умру!»...

Много шутить на тему самоубийства.

Проявлять нездоровую заинтересованность вопросами смерти.

ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ признаки

Раздавать другим вещи, имеющие большую личную значимость, окончательно приводить в порядок дела, мириться с давними врагами.

Демонстрировать радикальные перемены в поведении, такие, как:

- в еде – есть слишком мало или слишком много;
- во сне – спать слишком мало или слишком много;
- во внешнем виде – стать например неряшливым;
- в школьных привычках – пропускать занятия, не выполнять д.з., избегать общения с одноклассниками; проявлять раздражительность, угрюмость; находиться в подавленном настроении;
- замкнуться от семьи и друзей;
- быть чрезмерно деятельным или, наоборот, безразличным к окружающему миру; ощущать попеременно то внезапную эйфорию, то приступы отчаяния.

СИТУАЦИОННЫЕ признаки

Человек может решиться на самоубийство если:

Социально изолирован (не имеет друзей или имеет только одного друга), чувствуют себя отверженным.

Живет в нестабильном окружении (серьезный кризис в семье – в отношениях с родителями или родителей друг с другом); алкоголизм – личная или семейная проблема);

Ощущает себя жертвой насилия – физического, сексуального или эмоционального.

Предпринимал раньше попытки суицида.

Имеет склонность к самоубийству впоследствии того, что оно совершалось кем-то из друзей, знакомых или членов семьи.

Перенес тяжелую потерю (смерть кого-то из близких, развод родителей).

Слишком критически настроен по отношению к себе.

Разговор «по душам» с собственным ребёнком – главный фактор его уверенности в том, что он сам – главная ценность в этом мире.

ПАМЯТКА

по профилактике детского подросткового суицида

1. Прислушивайтесь к своему ребенку, старайтесь услышать его. Вникайте в проблему ребенка. Не обязательно соглашаться с точкой зрения ребенка, но благодаря родительскому вниманию он почувствует свою значимость и ощутить свое человеческое достоинство.

2. Принимайте решения совместно с ребенком, а также давайте ему право принимать самостоятельные решения: ребенок охотнее подчиняется тем правилам, которые устанавливал сам. При этом мы не отрицаем, что некоторые решения могут принимать только родители. Предоставьте ребенку право выбора, чтобы он реально почувствовал, что он волен сам выбирать из нескольких возможностей.

3. Постарайтесь предупредить ситуацию или изменить её так, чтобы ребенку не нужно было вести себя неправильно.

4. Предоставляйте ребенку возможность отдохнуть, переключиться с одного вида деятельности на другой.

5. Требуя что-то от ребенка, давайте ему четкие и ясные указания. Но не возмущайтесь, если ребенок, может быть, что-то не понял или забыл. Поэтому снова и снова, без раздражения, терпеливо разъясняйте суть своих требований. Ребенок нуждается в повторении.

6. Не требуйте от ребенка сразу многого, дайте ему постепенно освоить весь набор ваших требований он просто не может все делать сразу.

7. Не предъявляйте ребенку непосильных требований: нельзя от него ожидать выполнения того, что он не в силах сделать.

8. Не действуйте сгоряча. Остановитесь и проанализируйте, почему ребенок ведет себя так, а не иначе, о чем свидетельствует его поступок.

9. Обязательно обращайте внимание на то, чем занимается в Интернете ребёнок: по возможности контролируйте сайты, которые он посещает.

10. Подумайте, в чем трудность ситуации, в которую попал ребенок. Чем вы можете помочь ребенку в этой ситуации? Как поддержать его?