

Видеоролик «Мы против суицида» <https://www.youtube.com/watch?v=0O9OI508mAM>

[Методика по формированию законопослушного поведения обучающихся на 2018-2020 годы](#)

[Программа "Воспитание законопослушного гражданина" \(срок реализации до 2026 года\)](#)

[Программа по профилактике зависимости от психоактивных веществ "Твоё здоровье"](#)

[План мероприятий по предупреждению безнадзорности, беспризорности, наркомании, токсикомании, алкоголизма, правонарушений и суицидов несовершеннолетних, а также по оказанию помощи детям и подросткам в случаях жестокого обращения, защиты их прав и законных интересов 2019-2020 учебный год](#)

[План мероприятий по предупреждению безнадзорности, беспризорности, наркомании, токсикомании, алкоголизма, правонарушений и суицидов несовершеннолетних, а также по оказанию помощи детям и подросткам в случаях жестокого обращения, защиты их прав и законных интересов 2018-2019 учебный год](#)

[План мероприятий по предупреждению безнадзорности, беспризорности, наркомании, токсикомании, алкоголизма, правонарушений и суицидов несовершеннолетних, а также по оказанию помощи детям и подросткам в случаях жестокого обращения, защиты их прав и законных интересов 2 полугодие 2017-2018 учебный год](#)

«ЗРЯ ТЫ ДУМАЕШЬ О СМЕРТИ...» РОДИТЕЛЯМ О ПОДРОСТКОВОМ СУИЦИДЕ

По данным Следственного комитета РФ, в 2017 году произошло 692 суицида несовершеннолетних, в 2018 году больше на 14 % – 788 суицидов. В статистику входят только доказанные случаи. Суицидальные попытки, когда ребенка удалось спасти, в эту цифру не входят, часто оставаясь «личным семейным делом». Любая суицидальная статистика всегда приблизительная, но даже примерные цифры внушают серьезные опасения. Следовательно, суицидологом можешь ты не быть, а основы предупреждения суицидального поведения знать обязан. Большинство случаев относится к крупным городам. Чем больше город, тем меньше уровень вовлеченности окружающих в дела семьи, чаще подростки остаются со своими проблемами один на один, ниже альтруистическая активность. Чем меньше населенный пункт – тем лучше жители знают друг друга, ситуация вокруг ребенка как на ладони, нормы взаимовыручки выше, больше шансы получить помощь. АГРЕССИЯ,

НАПРАВЛЕННАЯ НА СЕБЯ Выделяют три формы аутоагрессии в зависимости от осознанности и целенаправленности: Суицид или суицидальные попытки – осознанные действия, целью которых является завершение жизни. Суицидальные эквиваленты – неосознанные действия без цели завершения жизни, которые могут приводить к незапланированному летальному исходу (например, непредвиденные травмы, виктимность, рискованное поведение). Самоповреждения – осознанные действия без цели завершения жизни, направленные на причинение неопасного вреда телу. В случае обнаружения суицидальной попытки, суицидальных эквивалентов или самоповреждений ребенка необходимо показать детскому психиатру, чтобы исключить проблемы со здоровьем; после этого рекомендуется курс психотерапии, чтобы скорректировать нежелательные поведенческие проявления и помочь родителям и ребенку выработать новые стратегии совладания с ситуацией.

ПРИЧИНЫ СУИЦИДАЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ РЕБЕНКА

Социальные факторы: частые конфликты с близкими, дистанцированность и отчужденность в контактах с родителями, суицидальное поведение в семье, проблемы в психическом здоровье, физическое или сексуальное насилие, буллинг (травля) в школе, травмы первой любви, переживание смерти близкого человека, алкоголизм, наркозависимость одного из родителей¹. Профилактикой будут: близкие и доверительные отношения с родителями, здоровая психика близких и своевременные обращения за помощью к психологу или психиатру, физическая безопасность ребенка, адекватный здоровый образ жизни родителей, воспитание уверенности, критичности, коммуникативной компетентности. Опасный возраст – подростки в разных сочетаниях и с разной силой собирают в своем возрастном кризисе чувства изоляции, беспомощности, ощущение безнадежности и собственной незначимости – эмоции, способствующие суицидальной активности. Они наиболее уязвимы, поскольку их жизненные возможности быть субъектом, автором действия возросли, но механизмы психологической защиты еще слабые, формирующиеся. В подростковом возрасте одновременно живут вызывающее хамство и самоуверенность с ранимостью и чувствительностью. Что бы ни вытворял ваш подросток, ему все еще очень нужна помощь и поддержка

взрослого. Как в той детской истории про папу пингвина, решая вопрос «Отшлепать или обнять?», выбор лучше делать в пользу последнего. Чем более конфликтно ведет себя подросток, тем больше он нуждается в «теплом» взрослом. Даже демонстративная попытка суицида, из желания напугать родителей, случайно может закончиться летальным исходом. Ко всем проявлениям суицидальной активности подростка (высказывания, угрозы, действия) следует относиться максимально серьезно. «Эффект Вертера» – подражательные самоубийства. Суицидальный поступок воспринимается подростками как эффектный, драматический признак смелости. Способствуют такому видению суицида судьбы известных актеров, музыкантов, широкое освещение в интернете случаев подросткового суицида. Обратите внимание на сферу увлечений подростка и оцените благополучие представленных там персонажей. Не нужно пугаться интереса старших подростков к теме смерти – он соответствует возрастным особенностям. В юности свойственно переосознавать жизнь с точки зрения ее конечности и распределения имеющегося жизненного времени. Насторожить должна чрезмерная поглощенность ребенка личностью, закончившей жизнь преждевременно и по собственной инициативе (К. Кобейн, Ч. Беннингтон и др.).

ПРИЗНАКИ ПОВЫШЕННОГО СУИЦИДАЛЬНОГО РИСКА

Частые жалобы, капризы, сосредоточенность на своих страданиях, слезы; злобная депрессивность, раздражительность; ненависть к благополучию других людей; снижение двигательной активности, отказ от деятельности (все время лежит); необоснованно рискованные поступки; отсутствие позитивных планов на будущее, пессимизм, самообвинения; оценка прошлого в негативном ключе, выискивание старых обид; безразличие к себе и окружающим, прекращение заботы о внешности; физические симптомы: стесненное дыхание, головная боль, проблемы со сном, чувство физической тяжести, нарушение менструального цикла; раздаривание собственных любимых вещей или преподнесение «прощальных» подарков окружающим; сообщения о суицидальных намерениях в шутку или в форме обещаний; рассуждения о том, что жизнь зависит от конкретного человека или его отношения («Жить без нее не могу», особенно в период первой влюбленности); поиск информации о способах суицида². Если вы наблюдаете у ребенка перечисленные выше проявления – возможно, **нужно понаблюдать за ребенком более пристально и в случае необходимости обратиться к специалисту.**

АНТИСУИЦИДАЛЬНЫЕ ФАКТОРЫ

Уровень суицидального риска будет значительно ниже, если в жизни подростка присутствуют: эмоциональная привязанность (родные, друзья, любимые педагоги, домашние животные); родственные связи и обязанности (помощь старшим, забота о младших); чувство долга, чести (представления об ответственности, сферы, в которых подросток берет на себя ответственность в школе и дома); ценность жизни как таковой (как дара свыше, как возможности сделать что-то полезное); наличие планов на будущее и цели жизни (прогнозирование, умение ставить ближние и долгосрочные цели); здоровый образ жизни (культура заботы о физическом «Я»); умение видеть возможности, воспринимать жизнь позитивно (умение принимать трудности как посильное испытание, как возможность научиться чему-то новому); вера, духовность (принадлежность религии). Список антисуицидальных факторов можно использовать как тест: представьте вашего подростка и оцените, насколько свойственны ему эти

Формирование законопослушного поведения детей

Автор: Administrator

28.02.2019 16:02 - Обновлено 05.06.2020 09:52

качества по пятибалльной шкале. Если у вас получилось большинство 4 и 5 – отлично. Если нет – вы видите по цифрам от 1 до 3, в каких направлениях имеет смысл поработать. Создавая близкие, доверительные отношения с подростком, родители мягко отслеживают эмоциональное состояние ребенка, присутствующие в его жизни стрессовые факторы, переживания, смену интересов. Внимательное отношение к ребенку, налаженное взаимопонимание, укрепление внутренних ресурсов личности подростка (уверенности, самоуважения, критичности мышления) является основной профилактикой суицидального риска.