Суицид является одной из основных причин смерти у молодёжи на сегодняшний день.
Число самоубийц за историю цивилизации превышает количество жертв убийств и войн вместе взятых.

Что в поведении подростка должно насторожить

- Резкое снижение успеваемости, проявление безразличия к учебе и оценкам.
- Подавленное настроение, пониженный эмоциональный фон, раздражительность, которое сохраняется длительное время.
- Резкое изменение поведения (стал неряшливым, не хочет разговаривать с близкими ему людьми, начал раздаривать дорогие ему вещи, теряет интерес к тому, чем раньше любил заниматься, отдаляется от друзей).
- Наличие примера суицида в ближайшем окружении, а также среди значимых взрослых или сверстников.
- Ребенок прямо или косвенно говорит о желании умереть или убить себя или о нежелании продолжать жизнь. (Разговоры о нежелании жить – попытка привлечь внимание взрослого к себе и своим проблемам. Бытует миф, что если человек говорит об **этом**, то значит, **этого** не сделает. Однако это не так! Отчаявшийся подросток, на которого не обращают внимания, вполне может довести свое намерение до конца).
- Рискованное поведение, в котором высока вероятность причинения вреда своей жизни и здоровью.

Опасные ситуации, на которые надо обратить особое внимание

- Отвержение сверстников, травля (в том числе в социальных сетях).
- Ссора или острый конфликт со значимыми взрослыми.
- Несчастная любовь или разрыв романтических отношений.
- Объективно тяжелая жизненная ситуация (потеря близкого человека, резкое общественное отвержение, тяжелое заболевание).
- Личная неудача подростка на фоне высокой значимости и ценности социального успеха.
- Резкое изменение социального окружения (например, в результате смены места жительства).
- Нестабильная семейная ситуация (развод родителей, конфликты, ситуации насилия).

Что может сделать педагог, чтобы не допустить попыток суицида

- Сохранять контакт с подростком. Для этого следует помнить, что авторитарный стиль взаимодействия для подростков неэффективен и даже опасен. Чрезмерные запреты, ограничения свободы и наказания могут спровоцировать у подростка ответную агрессию или аутоагрессию (саморазрушение).
- Уважайте подростка! В подростковом возрасте предпочтительной формой взаимодействия является заключение договоренностей. Если ограничение необходимо, не стоит жалеть времени на объяснение его целесообразности.
- Способствовать созданию дружеской поддерживающей атмосферы в классе, ориентировать подростков на совместную деятельность и сотрудничество.
- Обращать внимание на ситуации, когда один или несколько подростков становятся объектами нападок со стороны других. Поговорите с участниками конфликтов таким образом, чтобы был услышан каждый.
- Поговорить о перспективах в жизни и будущем. У подростков еще только формируется картина будущего, они видят или совсем отдаленное будущее, либо текущий момент. Узнайте, что хотят подростки, как намерены добиваться поставленных целей, помогите им составить план конкретных (и реалистичных) действий. Важно поддерживать диалог с подростками, оставлять возможность контакта, чтобы при необходимости он мог обратиться к вам в трудной жизненной ситуации.
- Дать понять, что опыт ошибок и неудач - такой же важный опыт, как и достижение успеха. Используйте ошибки как зону его роста. Обучение на ошибках является одним из способов развития личности. Помните о том, что есть оценки, а есть то, что шире – личность подростка. Понять, что стоит за внешней грубостью подростка. Возможно, подросток отстаивает свои ценности, а не стремится войти в конфликт и обесценить вас.
- ***Вовремя обратиться к специалисту, если вы понимаете, что у вас по каким-то причинам не получается сохранить контакт с подростком.***

Что делать, взрослому если он обнаружил опасность ?

- ***Будьте внимательны к детям.***
- ***Если вы увидели хоть один из перечисленных признаков – это уже достаточный повод для того, чтобы уделить внимание подростку и поговорить с ним.***
- ***Спросите, можете ли вы ему помочь и как, с его точки зрения, это сделать лучше.***
- ***Не игнорируйте ситуацию. Не проходите мимо!***
- ***Обратитесь к психологу или к другим специалистам за помощью.***

Куда можно обратиться за помощью:

Общероссийский **детский телефон доверия – 8-800-2000-122**

Служба экстренной психологической помощи г. Владимир, ул. Михайловская – **+7 (4922) 33-33-33**

Медико – социальная психологическая помощь детям и подросткам - **+7 (4922) 37-85-24**

Телефон доверия УГИБДД Владимирская область - **+7 (4922) 54-19-07**

Уполномоченный по правам ребёнка Во Владимирской области Геннадий Леонардович Прохорычев – **8 (4922) 33-03-04; 52-40-10**

Владимирская областная психиатрическая больница (детское отделение) – **+7 (4922) 32-29-18**

« Киржачский комплексный центр социального обслуживания населения» Отделение профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних

Адрес: **г. Киржач, ул. Свобода, д. 49**

Телефон**: 8(49237) 2- 42-16**; **2-91-30**

8(49237) 2-59-31 (директор)

Департамент социальной защиты населения администрации Владимирской области

ГБУСО ВО «КИРЖАЧСКИЙ КОМПЛЕКСНЫЙ ЦЕНТР СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ»

КАК ПРЕДУПРЕДИТЬ ДЕТСКИЙ СУИЦИД

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

И. Бродский