



Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Основная общеобразовательная школа №7 г. Петровска  
Саратовской области»

Сообщение на тему:  
«Подростковый селфхарм.  
Что это такое?  
Почему возникает.»

Подготовила: Чарикова Е.С.  
Социальный педагог  
МОУ «ООШ № 7 г.  
Петровска»

Селфхарм - принято называть практику нанесения на кожу поверхностных, не угрожающих жизни, порезов острым предметом (ножом или лезвием).



# Причины:

1. У подростка слишком много эмоций, с которыми он не может справиться и боль от самоповреждения дает выход эмоциям.
2. Либо эмоций нет совсем, он ощущает себя бесчувственным и самоповреждение дает ему возможность почувствовать себя живым.
3. Неблагоприятная семейная обстановка ( развод или ситуация «будем жить вместе только ради детей»).
4. Перфекционизм подростка и его окружения.
5. Влияние друзей (когда сверстники дают образец поведения в ложных жизненных ситуациях).
6. Пережитое сексуальное насилие.
7. Информация в СМИ, когда самоповреждение преподносится ,как решение проблемы.
8. Наличие психических заболеваний.
9. Формирование зависимого поведения и поведенческой схемы, где самоповреждение становится способом ответа на стресс ( т.е легче ранить себя, чем что- то конструктивно решить).

**Демонстративно.**



**Прячут шрамы от самоперезов,  
стесняются о них говорить**



# Как оказать помощь

**1. Постарайтесь не делать никаких выводов**

**2. Самоповреждения - это не повод для публичных обсуждений.**

**3. Не следует обращаться к родителям подростка без его согласия, а тем более вопреки прямой просьбе этого не делать.**

**4. Помощь может заключаться в том, чтобы тактично сообщить подростку о вашей готовности оказать ту помощь, которую он готов принять.**

**5. В любом случае, первое, что нужно сделать, обнаружив у близкого человека, у ребенка, или даже у себя склонность к самоистязанию – обратиться за помощью к специалисту**



***Не игнорируя сегодня «глупые  
царапины», вы, тем самым, завтра  
возможно спасете ему жизнь!***