

**«НЕНУЖНАЯ ЖИЗНЬ»...**

Саморазрушающее  
поведение

# Саморазрушающее поведение -

- различные формы поведения человека, целью которых не является добровольная смерть, но ведущие к деградации личности.
- Результатом саморазрушающего поведения может быть как преднамеренное, так и непреднамеренное нанесение вреда своему психическому и физическому здоровью вплоть до его смерти.
- Разновидностями саморазрушающего поведения являются такие заболевания как алкоголизм, наркомания, токсикомания; а также неоправданный риск; асоциальное, деликventное поведение; любые другие намеренные (или неосознанные) действия, ведущие к разрушению физического или психического здоровья.
- Самоубийство является крайней формой саморазрушающего поведения

Кто знает где «край»?

Почему многие подростки уже  
решили, что «выхода» нет?

# Подростковое самоубийство -

- вопрос, о котором многие боятся даже задумываться и отгоняют мысли об этом, настолько это страшно и невообразимо

# Статистика

в 1983 г. в мире покончили жизнь самоубийством более 500 тыс. ч., а 20 лет спустя — уже 820 тыс. ч., из них 20% приходится на подростковый и юношеский возраст.

- Россия занимает первое место в мире по уровню самоубийств среди подростков .
- В Российской Федерации за последние 10 лет число самоубийств увеличилось в 1,8 раз, за последний год в 2,5 раза.

- ◎ 1 февраля в Якутске повесился 13-летний ученик седьмого класса Айсхан Слепцов. Родители Айсхана недавно развелись. Мать увезла сына из родного Верхоянска в Якутск, и мальчик тяжело переживал разлуку с отцом.
- ◎ 5 февраля в селе Тамбовке Амурской области повесился семиклассник. Предположительная причина самоубийства — родительский запрет посещать социальные сети из-за снижения успеваемости в школе.

- ◎ 9 февраля в Красноярске 12-летний школьник повесился без видимых причин. Мальчик воспитывался в полной благополучной семье. Никаких намерений совершить самоубийство он не высказывал, о ссорах и конфликтах с одноклассниками также ничего не известно.
- ◎ 11 февраля 15-летняя московская школьница Диана Сивакова выбросилась с 23-го этажа высотного дома. Незадолго до гибели девочка обсуждала с родными и одноклассниками эпидемию суицидов среди российских подростков.



- ◎ 14 февраля стало известно еще о трех детских суицидах.

16-летний школьник из Ростова-на-Дону покончил с собой после уроков, спрыгнув с балкона многоэтажки. Предположительно причиной стала ссора с матерью.

Повесился 18-летний подросток у себя дома в селе Чердаты Томской области. По данным правоохранителей, семья школьника была благополучной. Проблем в школе также не было.

13-летнего школьника обнаружили повешенным у себя дома в городе Хадыженск Краснодарского края. Видимых причин для самоубийства не было.

- ◎ 16 февраля — еще пять жертв. Одну из самоубийц с перерезанными венами удалось спасти.

# Причины

- ⦿ неблагополучные семьи;
- ⦿ конфликты между родителями;
- ⦿ родителями и детьми с применением насилия;
- ⦿ депрессия, вызванная потерей объекта любви;
- ⦿ правонарушения;
- ⦿ употреблением наркотиков;
- ⦿ беспорядочные сексуальные связи.

- ⦿ высокая внушаемость и стремление к подражанию;
  - ⦿ результатом душевной болезни;
  - ⦿ галлюцинации, когда чей-то голос приказывает им покончить с собой;
  - ⦿ чувство вины и (или) страха и враждебности;
  - ⦿ неудачи в личных отношениях.
- 
- ⦿ Попытка самоубийства — это крик о помощи, обусловленный желанием привлечь внимание к своей беде или вызвать сочувствие у окружающих.

# Что же происходит с родителями, если собственный ребенок не может их дозваться?

- ◎ Сознание собственной правоты и непогрешимости, неспособными без оценок, без суждения и поучения просто любить и поддерживать ребенка.
- ◎ *Родителям следует помнить:* если скандал уже разгорелся, нужно остановиться, заставить себя замолчать, сознавая свою правоту. В состоянии аффекта подросток крайне импульсивен и агрессивен. Любой попавший под руку острый предмет, лекарство в вашей аптечке, подоконник в вашей квартире — все станет реально опасным, угрожающим его жизни.

- ◎ Если человек серьезно задумал совершить самоубийство, то обычно об этом можно 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:

1. Прямо и явно говорить о смерти: “Я собираюсь покончить с собой”; “Я не могу так дальше жить”.
2. Косвенно намекать о своем намерении: “Я больше не буду ни для кого проблемой”; “Тебе больше не придется обо мне волноваться”.
3. Много шутить на тему самоубийства.
4. Проявлять нездоровую заинтересованность вопросами смерти.

# ***Поведенческие признаки:***

1. Раздавать другим вещи, имеющие большую личную значимость, окончательно приводить в порядок дела, мириться с давними врагами.
2. 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 неряшливым;
  - в школьных привычках — пропускать занятия, не выполнять домашние задания, 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.
3. Проявлять признаки беспомощности, безнадежности и отчаяния

# Ситуационные признаки

Человек может решиться на самоубийство, если:

1. Социально изолирован (не имеет друзей или имеет только одного друга), чувствует себя отверженным.
2. Живет в нестабильном окружении (серьезный кризис в семье — в отношениях с родителями или родителей друг с другом; алкоголизм — личная или семейная проблема);
3. Ощущает себя жертвой насилия — физического, сексуального или эмоционального.
4. Предпринимал раньше попытки суицида.
5. Имеет склонность к самоубийству вследствие того, что оно совершалось кем-то из друзей, знакомых или членов семьи.
6. Перенес тяжелую потерю (смерть кого-то из близких, развод родителей).
7. Слишком критически настроен по отношению к себе.



Как определить степень риска?

# Блиц - опрос

1. Рождение вашего ребёнка было желанным?
2. Вы каждый день его целуете, говорите ласковые слова или шутите с ним?
3. Вы с ним каждый вечер разговариваете по душам и обсуждаете прожитый им день?
4. Раз в неделю проводите с ним досуг (кино, концерт, театр, посещение родственников, поход на лыжах и т.д.)?
5. Вы обсуждаете с ним создавшиеся семейные проблемы, ситуации, планы?
6. Вы обсуждаете с ним его имидж, моду, манеру одеваться?
7. Вы знаете его друзей (чем они занимаются, где живут)?
8. Вы в курсе о его время провождении, хобби, занятиях?
9. Вы в курсе его влюблённости, симпатиях?
10. Вы знаете о его недругах, недоброжелателях, врагах?
11. Вы знаете, какой его любимый предмет в школе?
12. Вы знаете кто у него любимый учитель в школе?
13. Вы знаете, какой у него самый нелюбимый учитель в школе?
14. Вы первым идёте на примирение, разговор?
15. Вы не оскорбляете и не унижаете своего ребёнка

- ⦿ Если на все вопросы вы ответили "ДА", значит, вы находитесь на верном родительском пути, держите ситуацию под контролем и сможете в трудную минуту прийти на помощь своему ребёнку.
- ⦿ А если у вас большинство "НЕТ", то необходимо *задуматься*, повернуться лицом к своему ребёнку, услышать его, пока не случилась беда!

- ◎ По исследованиям социологов, 40% детей утверждают, что родители редко проявляют к ним любовь или теплое отношение. Более 5% говорят, что родители этого не делают НИКОГДА. Больше половины детей отмечают, что родители НИКОГДА не разговаривают с ними по душам.

# Рекомендации

1. Внимательно выслушайте подростка. В состоянии душевного кризиса любому из нас, прежде всего, необходим кто-нибудь, кто готов нас выслушать. Приложите все усилия, чтобы понять проблему, скрытую за словами.

Один из способов ухода из жизни:

# Наркотики – «отсроченный» суицид

ПРОГРАММА  
**"Урок для родителей"**



Берегите  
себя и своих  
близких!