***Информация для доведения на родительских собраниях в образовательных организациях***

Суицидальное поведение детей и подростков имеет ряд особенностей, свойственных растущему организму и личности. Случаи суицидального поведения у детей, например, высказывания, могут отмечаться уже в 5-6-летнем возрасте, далее в 7-10-летнем возрасте и старше, дети могут совершать и суицидальные попытки, которые иногда к несчастью, заканчиваются гибелью ребенка. Суицидальная активность резко возрастает в подростковом возрасте с 14-15 лет и достигает своего максимума в 16-19 лет.

Одной из причин выбора такого способа решения проблем, является неадекватное отношение к смерти. У ребенка не сформировано представление, что смерть необратима. Свою «временную» гибель ребенок воспринимает как способ воздействия на значимых близких - вызвать сочувствие, наказать. Только к концу подросткового возраста формируется правильное представление о смерти как необратимом прекращении жизни. Ввиду незрелости суждений и отсутствии жизненного опыта даже незначительная конфликтная ситуация кажется безвыходной, а потому становится чрезвычайно суицидоопасной. Считается, что половина суицидальных попыток в подростковом возрасте являются демонстративными, т.е. без настоящего намерения умереть. Тем не менее, различить истинные и демонстративные попытки не всегда легко. Отсутствие страха смерти лежит в основе выбора всевозможных опасных игр, отсутствие жизненного опыта приводит к драматическим способам ухода из жизни

Выделяют 4 причины суицидального поведения подростков:

-изоляция (чувство, что тебя никто не понимает, тобой не интересуется);

-беспомощность (ощущение, что ты не можешь контролировать свою жизнь, все зависит не от тебя),

-безнадежность (когда будущее не предвещает ничего хорошего);

-чувство собственной незначимости (уязвленное чувство собственного достоинства, низкая самооценка, переживание некомпетентности, стыд за себя).

Причиной суицида подростка, чаще всего, является длительная конфликтная ситуация в семье, где преобладают: давящий стиль воспитания, а в форме наказаний используются унижающие высказывания, болезненные для самолюбия и снижающие самооценку подростка; кризисные ситуации , как смерть близких, развод родителей или уход из семьи одного из родителей, такие стрессовые факторы как пережитое физическое или сексуальное насилие.

Поведение, которое может указывать о суицидальных намерениях:

-недостаток сна или повышенная сонливость;

-нарушение аппетита;

-признаки беспокойства, вспышки раздражительности;

-усиление чувства тревоги, печальное настроение;

-признаки вечной усталости, упадок сил, потеря свойственной детям энергии;

-неряшливый внешний вид;

-усиление жалоб на физическое недомогание;

-склонность к быстрой перемене настроения;

отдаление от семьи и друзей;

-излишний риск в поступках;

-выражение безнадежности, поглощенность мыслями о смерти, - разговоры о собственных похоронах;

-открытые заявления: "Ненавижу жизнь"; "Не могу больше этого выносить"; "Жить не хочется"; "Никому я не нужен".

Что делать, если Вы заметили вышеперечисленные признаки? Прежде всего, необходимо помнить что за любое суицидальное поведение ребенка в ответе взрослые.

При проведении беседы с подростком, размышляющем о самоубийстве, рекомендуется:

* внимательно слушать собеседника, т.к. подростки часто страдают от одиночества и невозможности излить душу;
* правильно формулировать вопросы, спокойно и доходчиво расспрашивая о сути тревожащей ситуации и о том, какая помощь необходима;  
  не выражать удивления услышанным и не осуждать его за любые, даже самые шокирующие высказывания;
* не спорить и не настаивать на том, что его беда ничтожна, что ему живется лучше других; высказывания "у всех есть такие же проблемы" заставляют ребенка ощущать себя еще более ненужным и бесполезным;
* постараться развеять романтически-трагедийный ореол представлений подростка о собственной смерти;
* не предлагать неоправданных утешений, но подчеркнуть временный характер проблемы;
* стремиться вселить в подростка надежду; она должна быть реалистичной и направленной на укрепление его сил и возможностей,
* оцените серьезность намерений и чувств ребенка, если он уже имеет конкретный план самоубийства - ему срочно нужна помощь,
* оцените глубину эмоционального кризиса, замечайте детали, например, если человек, находившийся в состоянии депрессии, вдруг начинает проявлять бурную деятельность, - это может служить основанием для тревоги,  
  внимательно отнеситесь ко всем, даже самым незначительным обидам и жалобам, подросток может не давать волю чувствам, скрывая свои проблемы, но в то же время находиться в состоянии глубокой депрессии,
* не бойтесь прямо спросить ребенка, не думает ли он (или она) о самоубийстве.

ОПДН УМВД России по г. Екатеринбургу