

ПРОФИЛАКТИКА ДЕТСКОГО СУИЦИДА

Дайджест для педагогов



«Человек страдает не столько от того,
что происходит, сколько от того,
как он оценивает то, что с ним происходит»
МИШЕЛЬ ДЕ МОНТЕНЬ



18+

Волodarская
центральная
библиотека

2020

ПРОБЛЕМА ПОДРОСТКОВОГО СУИЦИДА ЯВЛЯЕТСЯ НАИБОЛЕЕ АКТУАЛЬНОЙ ИЗ ВСЕХ ПРОБЛЕМ НАСТОЯЩЕГО ВРЕМЕНИ.

По данным ВОЗ, около 20% всех самоубийств в мире приходится на подростковый и юношеский возраст.

По данным официальной статистики от суицида в нашей стране ежегодно погибает около 2800 детей и подростков в возрасте от 5 до 19 лет, и эти страшные цифры не учитывают случаев попыток к самоубийству.

**Зачем подростки лезут в петлю и прыгают с крыши?
И почему им никто вовремя не помог?**

Могут ли взрослые это предотвратить, оказать ребенку помощь в острой ситуации? Педагогам и родителям важно помнить, что от их правильных действий в критической ситуации зависит очень многое.

Мы предлагаем вашему вниманию статьи из журнала «Нарконет», в которых раскрывается опыт работы педагогов и психологов по профилактике детских самоубийств.



В ПЕРВУЮ ОЧЕРЕДЬ ВЗРОСЛЫМ НЕОБХОДИМО ПОНИМАТЬ

возрастные психологические особенности подростков. Педагоги и родители должны понимать тот факт, что многое из того, что нам кажется пустяком, для ребенка – **глобальная проблема**

«Подростки - типовая группа суицидального риска, это особый возраст, пульс страстей... Отношение подростка к жизни таково, что он еще мало ценит ее, мало познает»

Сухаревские чтения – за комплексный подход // Нарконет. – 2018. – №4. – С.21 – 29.



Одним из тревожных факторов является распространение детской депрессии, которая напрямую связана с суицидальными мыслями и с риском суицида.

«Очень часто депрессия маскируется под перепады настроения, иногда сам подросток не идет на контакт, изолирует себя от семьи и друзей, не хочет говорить о своем настроении. Не нужно игнорировать такое состояние, потому что оно может закончиться серьезными последствиями – асоциальным поведением или, в худшем случае, попыткой самоубийства.»

**Не пропустить
«тревожные звоночки»
вам поможет памятка**

Как понять, что у подростка депрессия? : памятка / Министерство здравоохранения РФ // Нарконет. – 2020. – №3. – С. 2-3.

ОСОБЕННОСТИ В ПОВЕДЕНИИ РЕБЕНКА, КОТОРЫЕ ДОЛЖНЫ НАСТОРОЖИТЬ ВЗРОСЛЫХ

Особенности поведения, свидетельствующие о суицидальных мыслях:

- Появление чрезмерной деятельности или, наоборот, безразличия к окружающему миру;
- Неспособность сосредоточиться в школе, прогулы уроков, потеря интереса к учебе;
- Появление неряшливости и отсутствия желания ухаживать за собой;
- Ранее не свойственное ребенку нарушение сна и аппетита;
- Появившееся усталое – тоскливое выражение лица, потухший взгляд, тихий монотонный голос;
- Резкие смены настроения, появление грусти, уныния, тоски;
- Добровольная изоляция, избегание контактов и общения с близкими, друзьями, одноклассниками
- Потеря интереса к хобби, увлечениям и занятиям, ранее доставлявшим удовольствие.

*Жизнь как ценность : памятка
для родителей / Борисовский
государственный строительный
профессиональный лицей, Белоруссия
// Нарконет. – 2018. – №5. – С. 3-4.*

Ситуации риска,

в которых подростку необходима помощь:

- Ссора, конфликт со значимыми взрослыми;
- Несчастливая любовь;
- Отвержение сверстников, травля;
- Тяжелая жизненная ситуация;
- Неудача на фоне высокой значимости;
- Нестабильная семейная ситуация - развод родителей, конфликты в семье.

*Антонова А.В. Как распознать
и что делать? // Нарконет. – 2020. –
№6. – С.8-18.*

**В статье приводятся 6 мифов о
суициде, которые мешают
в практической работе педагога
и психолога**



ЧТО МОЖЕТ СДЕЛАТЬ УЧИТЕЛЬ, ЧТОБЫ НЕ ДОПУСТИТЬ ПОПЫТОК СУИЦИДА:

- Сохранять контакт с подростком, для этого следует помнить, что авторитарный стиль взаимодействия для подростков неэффективен и даже опасен;
- Способствовать созданию дружеской поддерживающей атмосферы в классе;
- Обращать внимание на ситуации, когда один или несколько учеников становятся объектами нападок со стороны других.

Важно поддерживать диалог с подростками, оставлять возможность контакта, чтобы при необходимости ученик мог обратиться к вам в трудной жизненной ситуации.

*Как не допустить суицид у подростка :
памятка для учителей и классных руководителей /
Государственное учреждение
образования «Средняя школа №45» г. Минск,
Республика Беларусь // Нарконет. –
2019. – №7. – С.2-3.*

Рекомендации

по профилактике
детско-подросткового
суицидального поведения

Барцева А.В.

*Профилактика суицидов в
образовательной среде
/А. В. Барцева, Е.Л.Назарова
// Нарконет. – 2018. – №9.
– С.4-30. – (Советы
профессионала).*

Авторы статьи предлагают методические рекомендации, опросники, психотерапевтические упражнения для работы с подростками.



ЭТИ ФРАЗЫ ПОМОГУТ ПЕДАГОГАМ НАЧАТЬ ДИАЛОГ С ПОДРОСТКОМ

Фразы – помощники

- «Что произошло(что случилось), из- за чего ты так себя чувствуешь»;
- «Иногда мы все чувствуем себя подавленными. Давай подумаем, какие вопросы надо решить в первую очередь»;
- «Ты очень много значишь для меня, и меня беспокоит твое настроение, Скажи мне , что происходит?»;
- «Давай сядем и поговорим о том, что тебя волнует».

Кутянова И.П. Линия жизни // Нарконет. – 2018. – №7. – С. 32-33.

Дана программа профилактики суицидальных рисков «Линия жизни» для подростков 12-16 лет.

Как построить разговор с подростком

Вихристюк О. В.

Антивитальное поведение:

предотвратить и помочь / О. В.

Вихристюк, Г. С. Банников

// Нарконет. – 2019. – № 5. – С. 28-47.

Лекция для родителей подростков, студентов психологических факультетов и педагогов-психологов

Уважаемые педагоги!

Все представленные в дайджесте статьи можно найти в Володарской центральной библиотеке или заказать там же

копию по электронной почте.



Составитель: библиограф ЦБ Морозова М.В.

Верстка, дизайн: методист отдела автоматизации ЦБ Михайлова В.О.