

## Детскому суициду НЕТ!!!

Начиная с 2003 года наша страна стала лидером и по числу самоубийств среди несовершеннолетних. Каждый день 17 детей совершают самоубийство... Порой целые города охватывают эпидемии детских суицидов.

**Суицид** - намеренное, умышленное лишение себя жизни, может иметь место, если проблема остается актуальной и нерешенной в течение нескольких месяцев и при этом ребенок ни с кем из своего окружения не делится личными переживаниями.

### ПРИЧИНЫ СУИЦИДА

Как правило, причинами суициды становятся сугубо личные причины и переживания, проблемы, которые подростку зачастую кажутся глобальными и абсолютно неразрешимыми:

- **ссора с друзьями.** Причем ссора может быть из-за абсолютного пустяка.
- **расставание с любимым человеком или его измена.** В подростковом возрасте дети уверены, что первая любовь — это навсегда и относится к ней крайне серьезно.
- **смерть кого-либо из близких родственников.**
- **частое попадание ребенка в стрессовые ситуации.**
- **сложная психологическая обстановка в семье** — ссоры с родителями, скандалы родителей между собой, их развод.
- **затяжное депрессивное состояние подростка.**
- **проблемы ребенка с наркотиками.** Как правило, наркотическая зависимость влечет за собой финансовые проблемы и проблемы с правоохранительными органами.
- **игровая зависимость и зависимость от интернета.**
- **насилие в семье.** Зачастую подросток считает себя виноватым в происходящем и боится рассказать взрослым о происходящем.
- **подростковая беременность.** Беременность девочки подростка становится поводом для суицида примерно в 21% всех случаев.

Признаки готовности ребенка к суициду:

1. Утрата интереса к любимым занятиям, снижение активности, апатия, безволие;
2. Пренебрежение собственным видом, неряшливость;
3. Появление тяги к уединению, отдаление от близких людей;
4. Резкие перепады настроения, неадекватная реакция на слова, беспричинные слезы, медленная и маловыразительная речь;
5. Внезапное снижение успеваемости и рассеянность;
6. Склонность к риску и неоправданным и опрометчивым поступкам;
7. Проблемы со здоровьем: потеря аппетита, плохое самочувствие, бессонница, кошмары во сне;
8. Стремление привести дела в порядок, подвести итоги, просить прощение за все, что было;
9. Шутки и иронические высказывания либо философские размышления на тему смерти.

**Если замечена склонность несовершеннолетнего к суициду,  
следующие советы помогут изменить ситуацию**

**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.

**2. Внимательно отнеситесь ко всем,** даже самым незначительным обидам и жалобам. Не пренебрегайте ничем из сказанного. Он или она могут и не давать воли чувствам, скрывая свои проблемы, но в то же время находиться в состоянии глубокой депрессии.

**3. Постарайтесь аккуратно спросить,** не думают ли он или она о самоубийстве. Опыт показывает, что такой вопрос редко приносит вред. Часто подросток бывает рад возможности открыто высказать свои проблемы.

### **Уважаемые родители!**

Обращайте внимание на эмоциональное состояние вашего ребенка. Общайтесь, обсуждайте проблемы. Учите разрешать их, внушайте оптимизм. Если вы не справляетесь сами, чувствуете неблагополучие в социальной, эмоциональной сфере вашего ребенка, **не стесняйтесь обращаться за помощью.** Не стоит полагаться на время - что все само собой пройдет и наладится. Проявите бдительность. Специалисты помогут облегчить страдание вашего ребенка, помогут найти выход из трудной ситуации.

***«Будьте искренними и  
честными в своём отношении к детям и к самим себе»***