

Важно не допустить перехода одной стадии в другую!

ДЕЙСТВИЯ ПОМОЩИ:

- **На стадии пассивных мыслей и замыслов** - серьезно воспринимать любые высказывания о ненужности и бессмысленности жизни.
- Говорить с ребенком без эмоционального накала, спокойным и уверенным тоном, понижая тон к концу фразы.
- Держать зрительный контакт.

Нельзя:

- Уговаривать выбросить дурные мысли из головы.
- Убеждать в отсутствии проблем.
- Говорить общие фразы типа «все будет хорошо, все пройдет».
- **В острой ситуации** (начало суицидальных действий) - основная задача - **прервать программу самоуничтожения!**
- Дать неожиданное задание или просьбу: я замерз, закрой окно, помоги мне- у меня сумки тяжелые, включи свет и др.
- Не подходить слишком близко. Если ребенок отклоняется от вас, сделайте шаг назад,
- Продолжать разговаривать.

Нельзя:

- Спорить, вести перепалку, вести себя шумно.
- Выяснять причины, угрожать последствиями.

- Звать на помощь прохожих, собирать зрителей- это провоцирует завершить задуманное.

- Создавать острое чувство вины и другие выраженные переживания.

...если случилась беда:

- Вызвать скорую помощь.
- Оказать доврачебную помощь в соответствии с травмой — перевязать раны, наложить жгут при повреждении артерий, поместить в безопасное место, сделать искусственное дыхание и массаж сердца, промыть желудок, если человек в сознании.

Каждый взрослый должен обладать навыками первой помощи!

- Поддерживать зрительный контакт и диалог с пострадавшим.
- Способствовать привлечению помощи профессионалов: медиков, психологов, спасателей.

Делайте все, что должно!

Делайте все, что можете!

Куда

обратиться за помощью:

Скорая помощь- тел.03

Дежурная часть полиции - тел. 5-15-02

Всероссийский телефон Доверия (работает круглосуточно, бесплатный) - 8-800-2000-122

В Рязанской области -(4912)795-151,975-152

Отдел социально - психологической помощи детям и подросткам МКУ ЦОДОУ (консультации психолога),

ул.Типанова, д.2, тел. 8(49133) 2-23-43

МКУ «Центр обеспечения деятельности образовательных учреждений муниципального образования - городской округ город Сасово»

Школа приемных родителей

Профилактика суицидального поведения детей и подростков



Памятка для взрослых

"Как не допустить беды!"

2016 год



Суицид-умышленное самоповреждение со смертельным исходом. Явление, производящее шокирующее впечатление на близких, знакомых и посторонних людей, на все общество. Особенно если такой шаг совершают дети...

Отношение к суициду изменялось на протяжении веков. Но в большинстве культур суицид строго осуждался или объявлялся вне закона.

Христианство осуждает суицид как покушение на святость человеческой жизни. Еще в Средние Века Римская Католическая Церковь запрещала хоронить жертв суицида в освященной земле.

Но осознание тяжелого греха и большой непоправимой беды остается и ложится тяжелым грузом на семью и все ее поколения...

Суициду предшествует особое душевное состояние, точно подмеченное в психологическом эссе Н. Бердяева «О самоубийстве»: «...Самоубийство совершается в особую, исключительную минуту жизни, когда черные волны заливают душу и теряется всякий луч надежды. Психология самоубийства есть прежде всего психология безнадежности. Безнадежность же есть страшное сужение сознания, угасание для него всего богатства Божьего мира, когда солнце не видно, и замыкание жизни в одной темной точке, невозможность

выйти из нее, выйти из себя в Божий мир. Когда есть надежда, можно перенести самые страшные испытания и мучения, потеря же надежды склоняет к самоубийству...

Душа целиком делается одержимой одним состоянием, одним помыслом, одним ужасом, которым окутывается вся жизнь, весь мир. Вопрос о самоубийстве есть вопрос о том, что человек попадает в темные точки, из которых не может вырваться. Человек хочет лишиться себя жизни, но он хочет лишиться себя жизни именно потому, что он не может выйти из себя, что он погружен в себя. Выйти из себя он может только через убийство себя. Жизнь же, закупоренная в себе, замкнутая в самости, есть невыносимая мука...»

Основные ситуации, провоцирующие саморазрушительное поведение у детей и подростков:

- Переживание обиды, одиночества, отчужденности и непонимания.
- Действительная или мнимая утрата любви родителей, неразделенное чувство или ревность.
- Переживания, связанные с утратой родителей по той или иной причине.
- Чувство вины, стыда, оскорбленного самолюбия.
- Самообвинение.
- Боязнь позора, насмешек, унижения.
- Страх наказания, нежелание извиняться.
- Чувство мести, злобы, протеста.
- Угрозы или вымогательство.
- Желание привлечь к себе внимание, вызвать сочувствие, избежать неприятных последствий, уйти от трудной ситуации.

- Подражание товарищам, героям фильмов.

Реакция на каждую ситуацию индивидуальна, зависит от психологической устойчивости, сопутствующих обстоятельств, наличия поддержки и других ресурсов.

Но во всех этих ситуациях у ребенка должен быть поддерживающий взрослый рядом!!!

Проблема:

Многие взрослые боятся или не находят сил говорить с ребенком на эту тему или задавать ему прямые вопросы, чтобы не навредить. **На самом деле:** лица, имеющиеся суицидальные мысли, могут получать облегчение, разговаривая о своих чувствах!

ЧЕМ И КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ.

Суицид развивается — постепенно или стремительно проходя через стадии :

- Пассивные суицидальные мысли — отвлеченные представления, фантазии о самоубийстве;
- Суицидальные замыслы — обдумывание плана суицида;
- Суицидальные намерения присоединение волевого компонента, подготовка к самоубийству.

Буклет подготовлен:

Чернышова Ю.В. - педагог-психолог ОСПП МКУ ЦОДОУ

Фомичева Н.И. — социальный педагог ОСПП МКУ ЦОДОУ