**Родителям о суицидальном поведении несовершеннолетних**

**Группы детей, склонных к суициду**

1.Отличники, т.к. к ним все предъявляют повышенные требования, а если они не справляются с заданным «стандартом», то начинают испытывать чувство неудовлетворения собой, способное привести к депрессивному состоянию. К тому же эти дети редко бывают приняты в социальной группе сверстников, что также может привести к суицидальному исходу.

2. Дети, которые резко снижают успехи в учебной деятельности, естественно вызывая тем самым недоумение и возмущение родителей и учителей.

3. Дети, к которым окружающие предъявляют завышенные требования, которые они в силу субъективных причин не могут выполнить.

4. Дети с повышенной тревожностью и склонностью к депрессиям (в основном, это дети с родовыми травмами, правополушарные и те, у которых в ближайшем окружении были случаи или попытки самоубийства), особенно в пубертате.

**Суицидально опасная референтная группа:**

 1.Молодежь, с нарушением межличностных отношений, «одиночки», злоупотребляющие алкоголем или наркотиками, отличающиеся девиантным или криминальным поведением, включающим физическое насилие;

2.Сверхкритичные к себе;

3.Лица, страдающие от недавно испытанных унижений или трагических утрат;

4.Подростки, фрустрированные несоответствием между ожидавшимися успехами в жизни и реальными достижениями;

5.Люди, страдающие от болезней или покинутые окружением.

6.Дети из социально-неблагополучных семей – уход из семьи, развод родителей;

7.Дети без семей, в которых были случаи суицидов.

**Причины суицида**

1.Дисгармония в семье, насилие.

2.Саморазрушаемое поведение (алкоголизм, наркомания, криминал).

3.Отождествление себя с человеком, совершившим самоубийство, подражание кумирам.

4.Серия неудач в учебе, общении, межличностных отношениях с родственниками и взрослыми. Постоянные переутомления.

5.Уязвленное чувство достоинства.

6.Различные формы депрессии, страха, гнева, печали по различным поводам (перемена места жительства, потеря близких, друзей, здоровья, привычных вещей и т.д.).

7.Нарушение внутришкольных или внутригрупповых взаимоотношений, отверженность, конфликты.

8.Несформированное понимание смерти. В понимании ребенка смерть не означает бесповоротное прекращение жизни. Ребенок думает, что все можно будет вернуть назад. У подростков понимание и осознание страха смерти формируется не раньше 18 лет.

9.Отсутствие идеологии в обществе. Подросток в обществе «без родины и флага» чаще испытывает ощущения ненужности, депрессии.

10.Ранняя половая жизнь, приводящая к ранним разочарованиям. При этом возникает ситуация, по мнению подростка, не совместимая с представлением «как жить дальше» (потеря любимого, наступление нежеланной беременности и т.д.), т.е. происходит утрата цели. Суицидальное поведение у подростков часто объясняется тем, чтио молодые люди, не имея жизненного опыта, не могут правильно определить цель своей жизни и наметить пути ее достижения.

11.Материально – бытовые трудности.

12.Состояние психического здоровья.

13.Принадлежность к неформальным, молодежным группировкам, религиозным сектам.

**Мотивы суицида:**

**Месть.** Ребенок уходит из жизни для того, чтобы наказать окружающих за плохое отношение к себе.

**Призыв.** Так он пытается привлечь к себе внимание.

**Бегство от наказания.** Маленький человек убивает себя, чтобы не быть наказанным.

**Самонаказание.** Ребенок решает, что он не заслуживает права жить.

**Отказ.** Человек просто «выходит из игры» раз и навсегда. Гораздо реже дети или взрослые люди кончают с собой для того, чтобы воссоединиться с уже умершим, во имя самопожертвования или в рамках игры. Такие самоубийства обычно бывают связаны с тяжелыми психическими заболеваниями.

**Способ разрешить проблему**. Рассматривает самоубийство как показатель мужества и силы.

**Безнадежность.** Потеря всяких надежд изменить жизнь к лучшему.

**Признаки, предупреждающие о возможности суицида:**

- потеря аппетита или импульсивное обжорство, бессонница или повышенная сонливость в течение, по крайней мере, последних дней,

- частые жалобы на соматические недомогания (на боли в животе, головные боли, постоянную усталость, частую сонливость),

- необычно пренебрежительное отношение к своему внешнему виду, вызывающая одежда,

- постоянное чувство одиночества, бесполезности, вины или грусти,

- ощущение скуки при проведении времени в привычном окружении или выполнении работы, которая раньше приносила удовольствие,

- уход от контактов, изоляции от друзей и семьи, превращение в человека «одиночку», рискованное поведение,

- нарушение внимания со снижением качества выполняемой работы,

- погруженность в размышления о смерти, накопительный интерес к данной тематике в художественных галереях, в поэзии, романах; усиленное внимание к оккультизму, тяжелому металлу в музыке,

- отсутствие планов на будущее,

- внезапные приступы гнева, зачастую возникающие из-за мелочей,

- устные заявления «Я желаю быть мертвой», «Оставьте меня в покое»,

- алкогольное, сексуальное, наркотическое злоупотребление, асоциальное поведение,

- приведение дел в порядок (письма к родственникам, урегулирование конфликтов),

- уход из дома,

- чрезмерное увлечение компьютерными играми, уход от реальности.

**Самоубийство – мифы и факты**

**Мифы**

1. Люди, говорящие о самоубийстве, на самом деле его не совершают.
2. Склонные к самоубийству люди твердо намерены умереть.
3. Самоубийство случается без предупреждения.
4. Улучшение состояния после кризиса говорит о том, что риск самоубийства снизился.
5. Все самоубийства предотвратить невозможно.
6. Если у человека появилась склонность к самоубийству, то она сохраняется у него навсегда.

Факты

1. Большинство покончивших с собой перед суицидальным актом определенно предупреждали о своих намерениях.
2. У большинства самоубийц отмечается амбивалентность.
3. Склонные к самоубийству люди часто дают вполне ясные указания о том, что собираются предпринять.
4. Многие самоубийства происходят в период улучшения, когда у человека появляется достаточно энергии и воли, чтобы обратить отчаянные мысли в решительные действия.
5. Это верно. Однако большинство все же предотвратить можно.
6. Суицидальные мысли могут возвращаться, однако они не постоянны и у некоторых людей они никогда больше не появляются