



-резкие перепады настроения, неадекватная реакция на слова, беспричинные слезы, медленная и мало-выразительная речь;

-внезапное снижение успеваемости и рассеянность;

- плохое поведение в школе, прогулы, нарушения дисциплины;
- склонность к риску и неоправданным и опрометчивым поступкам;
- проблемы со здоровьем: потеря аппетита, плохое самочувствие, бессонница, кошмары во сне;
- безразличное расставание с вещами или деньгами, раздаривание их;
- стремление привести дела в порядок, подвести итоги, просить прощения за все, что было;
- самообвинения или наоборот - признание в зависимости от других людей;
- шутки и иронические высказывания либо философские размышления на тему смерти.



Что делать? Как помочь?

Если вы заметили у ребенка суицидальные наклонности, **постарайтесь поговорить с ним по душам**. Только не задавайте вопроса о суициде «в лоб», если человек сам не затрагивает эту тему. Попробуйте выяснить, что его волнует, не чувствует ли он себя одиноким, несчастным, загнанным в ловушку, никому не нужным или должником, кто его друзья и чем он увлечен. Можно попытаться найти выход из сложившейся ситуации, но чаще всего ребенку достаточно просто выговориться, снять накопившееся напряжение, и его готовность к суициду снижается. Но всегда следует уяснить **«Какая причина»** и **«Какова цель»** совершаемого ребенком действия. **Не бойтесь обращаться к специалистам.**

Обращение к психологу или психотерапевту в психоневрологический диспансер не означает постановки на учет и клейма психической неполноценности. Большинство самоубийц - психически здоровые люди, личности, творчески одаренные, просто оказавшиеся в сложной ситуации.

Спасти ребенка от одиночества можно только любовью!

Использованные источники:
<http://www.lida.by/infrastructura/59/147/doc/1061.html>



ЛЮБИТЬ И БЕРЕЧЬ

Наш адрес: 69063,
г. Запорожье,
ул. Горького, дом 4,
каб 302

ИГРЫ СО СМЕРТЬЮ

Памятка
для взрослых



Разработала
учитель основ здоровья

Топчий
Ирина Викторовна

ИГРЫ СО СМЕРТЬЮ (о детском суициде)

Суицид может иметь место, если важная проблема остается актуальной и нерешенной в течение нескольких месяцев и при этом ребенок ни с кем из своего окружения не делится личными переживаниями по этому поводу, то есть налицо кризис.

Виды кризисов:

1. травматический (неожиданная утрата близкого человека);
2. развития (не достижение того, к чему стремился человек долгое время);
3. накопительный (накопление боли, все в жизни сводится к черному цвету).



Основные причины, подталкивающие ребенка к уходу из жизни :

- семейное неблагополучие (смерть или тяжелая болезнь родственника, развод родителей, алкоголизм родителей, ссоры, скандалы, жестокое обращение);
- «скрытое неблагополучие» в благополучной семье, психологическое насилие над ребенком, неприятие его таким, какой он есть;
- несчастливая любовь;
- проблемы в отношениях со сверстниками;
- подражание любимому киногерою, артисту, кумиру, увлечение молодежными музыкальными и эстетическими течениями;
- шантаж с целью получения желаемого.

Будьте бдительны!

Суждение, что самоубийцы никому не говорят о своих намерениях, неверно.

Большинство людей в той или иной форме предупреждают окружающих. А дети вообще не умеют скрывать своих планов. Разговоры вроде «никто и не мог предположить» означают лишь то, что окружающие не приняли или не поняли посылаемых сигналов.

Ребенок может прямо говорить о суициде, может рассуждать о бессмысленности жизни, что без него в этом мире будет лучше.

Должны насторожить фразы типа «все надоело», «ненавижу всех и себя», «пора положить всему конец», «когда все это кончится», «так жить невозможно», вопросы «а что бы ты делал, если бы меня не стало?», рассуждения о похоронах.

Тревожным сигналом является попытка раздать все долги, помириться с врагами, раздарить свои вещи, особенно с упоминанием о том, что они ему не понадобятся.



Кроме перечисленных, выделяются еще несколько признаков готовности ребенка к суициду, и при появлении 1-2 из которых следует обратить особое внимание:

- утрата интереса к любимым занятиям, снижение активности, апатия, безволие;
- пренебрежение собственным видом, неряшливость;
- появление тяги к уединению, отдаление от близких людей;