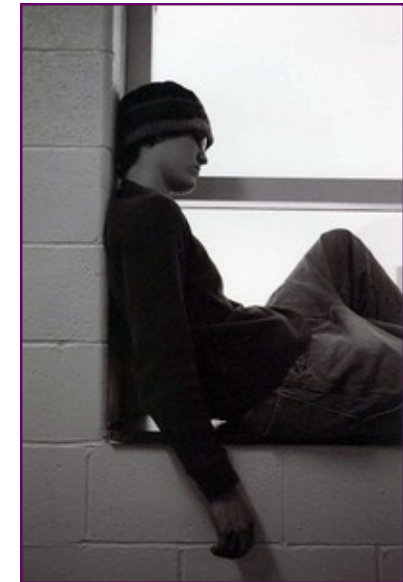


Профилактика суицидальных намерений:

- 1.** Выслушивание подростка.
- 2.** Снятие представлений об исключительности страдания.
- 3.** Описать подростку, как будет выглядеть его труп.
- 4.** Напомнить об обязанностях и связях с близкими.
- 5.** Взвешивание с подростком совместно плохого и хорошего в его жизни.
- 6.** Показать подростку примеры того, как люди продолжают бороться за жизнь, находясь в более худшем положении.
- 7.** Напомнить подростку о его навыках разрешения проблемных ситуаций.
- 8.** Помочь подростку найти в себе силы для продолжения жизни.
 - 9.** Построение позитивного будущего.
 - 10.** Совместно с подростком выстроить план действий на ближайшее будущее.
 - 11.** Переключить на заботу о других.
 - 12.** Подростку следует помочь найти такие занятия, которые бы помогли ему отвлечься.

Суицидальное поведение подростков.



Советы психолога

К особой группе можно отнести подростков с девиантным поведением с риском суицида. **Саморазрушительное поведение принято относить к аутоагрессии, одной из форм которой является подростковый суицид.**

Саморазрушительное поведение рассматривается как акт отчаяния, неспособность дальше руководить своей жизнью. Подростковый суицид в основных чертах повторяет взрослый, но вместе с тем имеет свою специфику, обусловленную возрастными особенностями. Подростковый суицид часто подражателен, имеет черты героического или романтического поведения с элементами игры и демонстрации.

Психологический смысл подросткового суицида – крик о помощи, стремление привлечь внимание к своему страданию. Настоящего желания умереть у подростков, как правило, нет; представление о смерти крайне неотчетливо и инфантильно. Смерть представляется в виде желательного сна, отдыха от невзгод, в ней видится способ наказать обидчиков.

Суициду предшествует кратковременные, объективно нетяжелые конфликты в разных сферах отношений: бытовых, учебных, личных. Конфликт представляется подростку как крайне значимый, вызывая внутренний кризис и драматизацию состояния.

Факторы провоцирующие суицид:

Детство, проходящее в неблагополучных семьях: тяжелый психологический климат в семье, утрата родителей, конфликты родителей, алкоголизм, беспризорность, заброшенность подростка, отсутствие опоры на значимого взрослого.

Детство, протекающее в психологически разрушенных семьях: отвержение в семье, назойливая опека, жестокость требовательность без ласки, критичность к любым действиям подростка.

Отсутствие у подростка друзей, отвержение в учебной группе. Отверженные дети занимают низшие степени в статусной иерархии группы, часто подвергаются насмешкам, физическому и психическому насилию.

Психологическая неустойчивость на фоне трудно протекающего пубертата: ранний старт, морфологические дисгармонии и аномальности развития организма, психическая неустойчивость и развитие акцентуаций характера.

Личностные особенности подростка: напряженность, неумение найти выход из ситуации, импульсивность, низкий самоконтроль, внушаемость, бескомпромиссность и отсутствие жизненного опыта.

Подростки, склонные к суициду, имеют характерные внутренние переживания:

безнадежность, опустошенность, ощущение тупика. На этом фоне ребенок не чувствует своей способности справиться с проблемами, найти их решение; беспомощность, бессилие, невозможность планировать события своей жизни, жизнь направляется другими людьми и обстоятельствами; чувство неполноценности, ничемности, незначимости; чувство одиночества и изоляции: никто не помогает, не интересуется, не понимает

