

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение –
вечерняя (сменная) общеобразовательная школа № 9 города Асино
Томской области**

**Беседа с родителями, направленная на профилактику и предупреждение
суицидальных действий и наклонностей несовершеннолетних**

Часто суицидальные попытки – это не спонтанное действие, а тщательно продуманные действия. Не секрет, что большая часть суицидальных попыток – это демонстративное суицидальное поведение.

Как избежать этих поступков? Для этого нужно понимать, что Вы не додаете своему ребенку. Например: Улучшить независимость, воспитывать в ребенке позитивную личность.

Выявление факторов риска:

По сути самоубийство – это реакция человека на проблему, которая кажется ему не преодолимой.

Риску суицида подвержены дети и подростки с определенными психологическими способностями.

Основные мотивы суицидального поведения несовершеннолетних это:

- личностно-семейные конфликты (несправедливое отношение, оскорбления, унижение, обвинение со стороны родственников, родителей)
- потеря близкого друга, болезнь, смерть родных
- препятствие к удовлетворению актуальных потребностей (смартфон, модная одежда, поездка с друзьями, школьной группой в другой город на мероприятие и др.)
- несчастная любовь
- недостаток внимания со стороны окружающих, например – родителей, друзей, педагогов:

Родители постоянно решают свои дела, задачи, а на проблемы ребенка не обращают внимания или выслушают и констатируют: «Какая чепуха, это вообще не проблема, все пройдет само». Это значит, вы обесцениваете его жизнь. Ребенку представляется его проблема катастрофой! Надо не только вникнуть и выслушать, но помочь преодолеть, тем более, если ребенок вас об этом просит.

Друзья! Не желают с ним общаться. Так бывает что-то произошло (например: отказ от каких-то действий: курение, экстрималное селфи и др. Говорят «друзья»: «Ты слабак» и д.т.) У ребенка отчуждение, отчаяние и одиночество, чувство не нужности никому, не желание рассказать родителям. В это время ребенок становится замкнутым и проводит вечер дома, не отвечает на звонки, или отвечает и после звонка или прочитывания сообщений наблюдается ухудшение настроения.

Педагоги могут не всегда особо отметить успех ребенка, а просто обобщить выполненную работу, а ребенок считает, что он лучший... И все, обида, зависть, злость. Не желание делать еще что-то, так как уверен вновь не будет особо отмечен. Или наоборот нет успешности – получил 2 – расстроился и знает, что родители за это дома не похвалят, а последует какое-то наказание или ограничения в чем-то. Такое состояние у ребенка вызвано завышенным спросом родителей и развитие комплексов у ребенка перед неудачами даже мелкими. У ребенка сразу стресс, он не способен сам успокоится и вернуть себе хорошее настроение. Такое состояние относится к синдрому отличника. Как этого избежать? Родителям стоит проще относиться к неудачам ребенка. Подбадривать ребенка, говорить, что в следующий раз все получится. Не заострять внимания на других, более успешных детях, говорить: вон твой друг молодец, а ты... Такое сравнение ведет не только к излишней самокритике, но и к ненависти успешных людей. И в детском и подростковом состоянии нередко к суициду, а во взрослом – к преступлению.

Цели суицида

- 1.Протест, месть (рассуждение: Вам всем будет хорошо без меня, после моей смерти)
- 2.Призыв (желание изменения ситуации и решения проблем по отношению к себе: любовь, внимание, материальное благополучие и др.)
- 3.Избегание (например – наказания. После неблагоприятного поступка – угроза наказания, а после попытки суицида – прощен, любим и даже получил некий подарок)
- 4.Самонаказание (например: не может себя простить за какое-то действие, или поступок. Обостренное чувство вины)
5. Отказ от жизни (чаще всего встречается у душевно больных или как мы называем у особенных детей)

Ожидаемый результат

- 1.Конфликт утратил свою актуальность – все помирились.
- 2.Материальное благополучие (наличие новых вещей и др.)
- 3.Конфликт по прежнему актуален, начинаются поиски другого пути решения, если не находятся, то вероятность второй попытки не заставит себя ждать.
- 4.Конфликт актуален, отношение к суициду положительное, присутствует желание покончить с собой, но есть решение: лечение в психиатрической больнице и наблюдение у врача – психиатра в динамике. Затем обучение в спец. Учреждении под наблюдением специалистов.

Что предшествует суицидальным попыткам?

Детский и подростковый суицид – это беда для родителей не только потому, что они теряют детей, а еще и в том, что никто не знает, почему ребенок это сделал. Изыскивают разные причины, оправдания, строят догадки, домыслы, но правды не знает никто.

Чаще всего это депрессии (слабая, средняя, острая).

- следите за настроением своего ребенка, среди каждодневных задач уделяйте время для ребенка, замечайте даже мелочи, не пускайте на самотек общение с ребенком, не надейтесь, что само образуется, не образуется.
- не ограничивайтесь только обеспечением основных потребностей: спальное место, материальное обеспечение, одежда, обувь. Нужно еще внимание, участие в жизни ребенка и Вас должно быть много в его жизни!

Суицидальные наклонности (намерения) можно распознать по косвенным высказываниям:

- я больше не буду для тебя обузой
- тебе больше не придется за тебя волноваться
- может просто шутить на тему самоубийства
- проявляет не здоровую заинтересованность вопросами смерти (ролики, рассуждения, фильмы и др.)
- может раздавать свои вещи, любимые в том числе.
- ест слишком много или наоборот мало
- спит слишком много или мало
- перестал следить за своим внешним видом – неряшлив.
- школьные привычки – пропуски занятий в школе, не выполнение домашнего задания (безразличие), подавленное состояние, угрюмость.
- замкнутость.

Рекомендации

(дети, совершающие суицидальные попытки, как правило из неблагополучных семей (отсутствие внимания))

Что рекомендовать родителям?

1. Ни в коем случае не оставлять без внимания проблемы ребенка, не решенные задачи не пускать на самотек.
2. Анализировать вместе с ребенком сложившуюся ситуацию, затруднения.
3. Приучить ребенка к ответственности (если упущено время и ребенок вырос, а ответственность не привита. Пробуйте с малого: просьба помочь вам в каком-то деле работе, по ведению домашнего хозяйства. Например: переставить шкаф в другую комнату, помочь сделать генеральную уборку в квартире, развесить белье, принести дрова в дом, сходить с вами за покупками в магазин. Можно предложить совместную прогулку в парк, на реку, на озеро, шопинг за одеждой и др. Во время совместных действий разговаривайте с ребенком. Не берите с собой телефон, и ребенка попросите оставить телефон дома.) Живую теплоту общения не заменит никто.
4. Сохраняйте с ребенком доверительные отношения, никогда не высмеивайте ребенка, всегда принимайте его успехи, падения, страхи, помогайте разобраться в ситуации.
5. Не опаздывать с ответами физиологического взросления.
6. Обсудить работу служб в которые ребенок может обратиться в случае кризиса (адрес, телефон), запишите свои рабочие телефоны, телефоны людей, которым вы доверяете.

**Любите своих детей, берегите своих детей,
помогайте своим детям вырасти и стать сильными,
что бы не произошло.
Удачи вам в воспитании ваших детей!!!**