

## Суицидальное поведение у детей и подростков

### Основные мотивы

1. Переживание обиды, одиночества, непонимания;
2. Действительная или мнимая утрата любви родителей, неразделенное чувство и ревность;
3. Переживания, связанные со смертью, разводом или уходом родителей из семьи;
4. Чувство вины, стыда, оскорбленного самолюбия;
5. Боязнь позора, унижения, насмешек;
6. Страх наказания, нежелание меняться;
7. Любовные неудачи, сексуальные эксцессы, беременность;
8. Чувство мести, злобы;
9. Желание привлечь к себе внимание, вызвать сочувствие, уйти от трудной ситуации;
10. Сочувствие или подражание товарищам, героям книг, фильмов.

#### Телефон доверия

(для детей, подростков и их родителей)

**8-800-2000-122**

*(бесплатно, анонимно, круглосуточно)*

ГКУ СО "Волгоградский областной центр психолого-педагогической помощи населению"

400007, г. Волгоград, ул.Таращанцев, 1А  
тел. (8442) 76-24-24; факс (8442) 76-19-53

E-mail: [obl-semva1@yandex.ru](mailto:obl-semva1@yandex.ru)

Научно-методический центр психолого-педагогического сопровождения

ГАУ ДПО ВГАПО (8442) 60-66-22

E-mail: [Polina65@yandex.ru](mailto:Polina65@yandex.ru)

ГКУЗ «Волгоградская областная детская клиническая психиатрическая больница»

тел. (8442) 23-17-96

### Индикаторы суицидального риска

#### Поведенческие индикаторы

- Злоупотребление психоактивными веществами, алкоголем;
- Эскейп-реакции (уход из дома и т.п.);
- Самоизоляция от других людей, событий;
- Любые внезапные изменения в поведении и настроении, особенно отдаляющие от близких;
- Наличие примера суицида в ближайшем окружении, а также среди значимых взрослых или сверстников;
- «Приведение дел в порядок» («завещания», письма родным и друзьям, прощания, просьбы о прощении и т.п.);
- Изменение привычек, например, несоблюдение правил личной гигиены, ухода за внешностью;
- Склонность к неоправданно рискованным поступкам;
- Расставание с дорогими вещами, деньгами;
- Приобретение средств для совершения суицида.

*Бытует миф, что если подросток говорит об этом, то значит, этого не сделает.*

*Однако это не так!*

*Отчаявшийся подросток, на которого не обращают внимания, вполне может довести свое намерение до конца.*

### Коммуникативные индикаторы

- Прямые или косвенные сообщения о суицидальных намерениях  
(«Хочу умереть» - прямое; «Скоро все это закончится» - косвенное)
  - Шутки, иронические высказывания о желании умереть, о смерти
  - Самообвинения
  - Появление двойственной оценки значимых событий
  - Сообщение о конкретном плане суицида
  - Прощание
  - Выбор темы и разговоров, связанных со смертью и самоубийствами
- ВАЖНО!** Если ребенок сам заговорил с Вами о суициде в той или иной форме – не уходите от этого разговора, выслушайте его, задайте вопросы. Прерванный разговор не заставит его забыть о намерениях, а лишь убедит в том, что его не слышат



## Когнитивные индикаторы

1. **Негативная оценка своей личности, мира, будущего.**
2. **Разрешающие установки относительно суицидального поведения.**
3. **Представление о мире как о месте потерь и разочарований.**
4. **«Туннельное видение» - неспособность увидеть иные приемлемые пути решения проблемы.**
5. **Наличие суицидальных мыслей, намерений, планов. Чем обстоятельнее разработан план, тем выше вероятность его реализации.**
6. **Невнимательность, рассеянность.**
7. **Медленная маловыразительная речь.**

### Формы суицидальной активности

- суицидальные мысли;
- суицидальные попытки
- **завершенный суицид**

### Виды суицидального поведения

- демонстративно – шантажное
- самоповреждающее
- истинное



### ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРЫ

- Создание психологически безопасной среды в образовательном учреждении
  - Разработка эффективной модели взаимодействия школы и семьи, а также школы и всего сообщества
- Учащиеся, чувствуя, что учителя к ним справедливы, что у них есть близкие люди в школе, ощущающие себя частью школы, гораздо реже думают о самоубийстве и совершают попытки суицида*

### МЕРОПРИЯТИЯ

- диагностика суицидального поведения (педагог-психолог, классный руководитель);
- выявление детей, нуждающихся в незамедлительной помощи и защите;
- работа с семьей ребенка, попавшего в трудную жизненную ситуацию или испытывающего кризисное состояние;
- оказание экстренной первой помощи, обеспечение безопасности ребенка, снятие стрессового состояния;
- индивидуальные и групповые занятия, направленные на формирование навыков поведения в кризисных ситуациях, обучению приемам саморегуляции в ситуации стресса, активизацию самопознания и самопринятия, развитие эмоционального интеллекта, коммуникативных навыков и поиска социальной поддержки.
- «Дорожная карта»: подростки должны знать, куда они могут обратиться в трудной ситуации

Комитет образования,  
науки и молодежной политики  
Волгоградской области  
Государственное автономное учреждение  
дополнительного профессионального  
образования  
Волгоградская государственная академия  
последипломного образования  
(ГАУ ДПО «ВГАПО»)  
*Научно-методический центр психолого-  
педагогического сопровождения*

## Памятка для педагогов как не допустить суицид у подростка



г. Волгоград  
2021