

## **«Что надо знать о суициде» (памятки учителю)**

### **ПРИЧИНЫ САМОУБИЙСТВ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ**

- Под влиянием примера (эффекта Вертера)
- Непроизвольные мысли о смерти как попытка разрешить жизненные ситуации.
- Психологический тип личности (склонность к уходу из конфликтных, стрессовых ситуаций крайними методами)
- Состояние аффекта.

*ПОВОД к самоубийству может быть совершенно незначительным.*

### **МОТИВЫ**

- Протест.
- Призыв к состраданию.
- Избегание (душевных или физических страданий)
- Самонаказание.
- Отказ (как потеря личностного смысла своего существования).  
Например: потеря близкого человека.
- Пессимистическая личностная установка на будущее.

### **ОСОБЕННОСТИ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ.**

1. Эгоцентризм – погружение человека в себя, свои мучительные переживания, страдания (всё остальное перестаёт существовать)
2. Личностный инфантилизм.
3. Деадаптация.
4. Склонность к ведомости (хочет быть "ведомым")
5. Аутоагрессия (самобичевание, безмерное преувеличение своей вины)
6. Равнодушие к чужим смертям.

7. Депрессивное состояние (чувство тоски, тревоги)

8. Эмоциональная неустойчивость.

### **ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ (может быть оказана ТОЛЬКО СПЕЦИАЛИСТОМ)**

1. Выслушать ребёнка.

2. Директивный стиль руководства (проанализировать ситуацию, убедить действовать конструктивным способом)

3. "Обесценить" проблему.

4. Актуализировать положительные отношения к своему "Я", положительным свойствам личности ученика (проявление доброты, заботы о других людях, уверенности в себе).

5. Консультация родителей.

6. Направление к специалистам (психолог, психиатр).

### **ФАЗЫ СУИЦИДНОГО ПОВЕДЕНИЯ.**

№	ФАЗЫ	ДЕЙСТВИЯ УЧИТЕЛЕЙ
1.	Суицидальные мысли	Беседа с возможностью рассказа ребенка о своей жизни, обстоятельствах кризисных ситуаций. Доверительная позиция сочувственного понимания. Поощрение выхода агрессивных чувств по отношению к близким для него людям и к самому себе.
2.	Эмоции, в которых преобладают депрессия, тревога, чувство вины, а также подготовка к суицидным действиям.	Беседа с сочувствующим пониманием ребенка. Директивный стиль работы. Анализ причин. (Работа направлена на самоутверждение, анализ кризисной ситуации с оптимальной перспективой.)
3.	Суицидальные действия: а) подготовка б) исполнение	Консультация психолога и врача (психиатр)