**« Подростковый суицид: мифы и реальность»**

**Подготовила и провела: педагог-организатор Голубева В.В.**

**Участники: классные руководители 1-11 классов**

**Цель:** предупреждение случаев совершения суицидальных попыток несовершеннолетними.

**Задачи:**

ознакомить с причинами, признаками и характером подросткового суицида;

расширить знания о возрастных особенностях психики подростков;

формировать умения и навыки ведения конструктивного диалога с несовершеннолетним.

**Оборудование:** слайдовая презентация, памятка для учителей.

**Форма проведения**: практикум.

**Методы:** лекция, мозговой штурм, упражнение.

**ХОД:**

**Ведущий:**

 Причины и мотивы суицида у подростков.

Школьные конфликты являются одной из главных причин суицидального поведения. В состоянии аффекта подросток крайне импульсивен и агрессивен, он может принять быстрое решение как выход из конфликтной ситуации.

Рассмотрим предпосылки, ведущие к возникновению интересующей нас проблемы:

1. Социальная апатия. (Незаинтересованность общества в личности, в свою очередь, ведет к разочарованию личности в обществе. Личность чувствует себя ненужной и невостребованно).

2. Снижение ценности человеческой жизни. (Естественно, что, чем больше альтруизма в обществе, тем более востребованным чувствует себя человек, но, если уровень его субъективной самооценки выше того, что может предложить ему социум, появляется желание сменить его (социум), но за неимением такой возможности остается выход в аддукцию (саморазрушение).

3. Отсутствие духовного смысла существования и перспектив стимулирования творческой активности.(Злоупотребление алкоголем и суицидальное поведение имеют общий источник - невостребованность личностных потенций человека, ощущение собственной несостоятельности, ненужности.)

**Основные мотивы суицидального поведения у подростков:**

суицидальная попытка как способ попросить помощи (получить внимание, любовь);

переживание обиды, одиночества, непонимания;

любовные неудачи, неразделенные чувства или ревность;

чувство мести, злобы, протеста;

подражание героям книг, фильмов, эстрадным кумирам;

страх наказания;

избежание трудных ситуаций;

Некоторые подростки считают самоубийство проявлением мужества и силы духа, на самом деле это слабость, примитивность мышления (незнание как отреагировать на проблему).

Мотивом самоубийства у подростков чаще всего является протест, желание отомстить за нелюбовь и призыв к помощи.

**Кто чаще всего подвержен суициду**.

1. Наследственные суициды.

Социальный педагог обязан выявить детей этой группы ввиду того, что эти дети могу пойти по жизненному сценарию своих близких.

2 Лица, страдающие психическими заболеваниями (депрессии).

В момент наступления депрессивной фазы больной подвержен суицидальным мыслям и желаниям. В этой категории также можно упомянуть людей с невротическими расстройствами.

3 Дети-инвалиды.

Дети-инвалиды, как правило, страдают от своей физической неполноценности, особенно если недуг приобретен уже в сознательном возрасте..

4. Дети группы риска

Эта группа наиболее склонна к девиации ввиду того, что здесь зачастую присутствуют алкоголизм, токсикомания, наркомания, а также довольно ранние половые связи. Очень часто в этой группе встречаются дети из неполноценных семей. В этой среде очень остро стоит вопрос самореализации и самоутверждения.

5 Беспризорники.

Проблемы, очень сходные с проблемами трудных подростков, с тем лишь отличием, что последние живут дома.

6 Неформальные группы.

В последнее время вопросы о неформальных объединениях стоят остро, как никогда. Можно сказать, что в их разнообразии представлены девиации и даже аддукции.

В суицидальном состоянии подросток, глубоко несчастен, но совсем необязательно, что он психически болен.

**Способы суицида.**

Отравления лекарственными препаратами.

Отравления бытовой химией.

Порезы вен и повешения.

Если замечена склонность школьника к самоубийству, следующие советы помогут изменить ситуацию.

Внимательно выслушайте решившегося на самоубийство подростка. В состоянии душевного кризиса любому из нас прежде всего необходим кто-нибудь, кто готов нас выслушать. Приложите все усилия, чтобы понять проблему, скрытую за словами.

Оцените серьезность намерений и чувств ребенка. Если он или она уже имеют конкретный план самоубийства, ситуация острая, чем если эти планы расплывчаты и неопределенны.

Оцените глубину эмоционального кризиса. Подросток может испытывать серьезные трудности, но при этом не помышлять о самоубийстве. Часто человек, недавно находившийся в состоянии депрессии, вдруг начинает бурную, неустанную деятельность. Такое поведение может служить основанием для тревоги.

Внимательно отнеситесь ко всем, даже самым незначительным обидам и жалобам. Не пренебрегайте ничем из сказанного. Он или она могут и не давать волю чувствам, скрывая свои проблемы, но в то же время находиться в состоянии глубокой депрессии.

Не бойтесь прямо спросить, не думают ли он или она о самоубийстве. Опыт показывает, что такой вопрос редко приносит вред. Часто подросток бывает рад возможности открыто высказать свои проблемы.

Следующие вопросы и замечания помогут завести разговор о самоубийстве и определить степень риска в данной ситуации: - Похоже, у тебя что-то стряслось. Что тебя мучает? (Так можно завязать разговор о проблемах подростка).

70% подростков, в качестве повода, толкнувшего их на попытку суицида, называли разного рода школьные конфликты. Но причиной является как правило неблагополучие в семье. Однако это «неблагополучие» имеет не внешний, но содержательный характер: в первую очередь нарушены родительско-детские отношения. Роль «последней капли» играют школьные ситуации, поскольку школа — это место, где ребенок проводит значительную часть своего времени. Важно лишь педагогу вложить в такую работу немного искреннего сочувствия и душевного тепла. Умение педагога разрешить конфликт также поможет предотвратить подобные ситуации.

**« Решение педагогической ситуаций»**

**1.**  В классе имеется физически слабый мальчик, над которым все подшучивают и издеваются. Другие ученики постоянно провоцируют его на открытую ссору. Конфликт усугубляется с течением времени, но никак не разрешается, потому что юноша не желает отвечать жестокостью на нападки одноклассников. Те ребята, которые принимают его сторону, тоже подвергаются гонениям со стороны лидера и его группы

( обсуждение)

**Признаки готовящегося самоубийства**

80 % задумавших совершить самоубийство детей предварительно дают знать о своих намерениях окружающим.

**Словесные признаки**

Часто говорит о своем душевном состоянии, о своей никчемности, беспомощности, о своем безнадежном положении.

Шутит на тему самоубийства.

Проявляет нездоровую заинтересованность вопросами смерти. Упоминает об эпизодах суицидов в фильмах и романах.

**Поведенческие признаки.**

Раздача ценных вещей. Люди, собирающиеся уйти из жизни, часто раздают вещи, которые очень многое для них значат. Подросток может начать раздавать свои любимые компакт-диски, видеокассеты, плакаты. Это должно насторожить окружающих, особенно, если это преподносится со словами: «Мне эта вещь больше уже не понадобится» или «Я хочу, чтобы у тебя что-то осталось от меня на память».

Приведение дел в порядок. Одни кинутся убирать дом, другие поспешат расплатиться с долгами, сядут за письмо, на которое должны были ответить давным-давно, или же захотят вернуть вещь, взятую у приятеля, вымыть пол в комнате, разобрать ящики письменного стола. Во всех этих поступках нет ничего подозрительного; напротив, сам по себе каждый из них совершенно нормален и закономерен. Однако в сочетании с другими «предупреждающими знаками» такая вдруг возникшая тяга к порядку может означать, что подросток долго задерживаться в этом мире не собирается.

Прощание.

**Памятка для классных руководителей**

Типичные ошибки и заблуждения, бытующие среди взрослых, которые затрудняют профилактику самоубийств:

Заблуждение 1. Самоубийства совершаются в основном психически ненормальными людьми.

Изучение обстоятельств суицида показало: большинство из лишивших себя жизни - это практически здоровые люди, попавшие в острые психотравмирующие ситуации. Они никогда не лечились у психиатров, не обнаруживали каких- либо поведенческих отклонений, позволяющих отнести их к категории больных. По данным многих авторов, на учёте в психоневрологических диспансерах состояло лишь 20% суицидентов и только 8 - 10 % нуждались в специализированной медицинской помощи.

Заблуждение 2. Самоубийства предупредить невозможно. Тот, кто решил покончить с собой, рано или поздно это сделает.

Некоторые руководители высказывают сомнение относительно самой возможности предупреждения самоубийства. Суицидальные намерения, считают они, неотвратимы: если человек решил покончить с собой, никто и ничто не сможет его остановить. Однако психиатрами отмечается, что потребность к самоуничтожению у подавляющего большинства людей является лишь временной. Н.А. Бердяев подчёркивал, что самоубийцы - это люди с “ободранной кожей”, т.е. суицид - это крик о помощи. Таким образом, потребность суицидента в душевной теплоте, желание быть выслушанным, понятым, готовность принять предлагаемую помощь – всё убеждает, что организация профилактики самоубийств необходима.

Заблуждение 3. Если человек открыто заявляет о желании покончить с собой, то он никогда не совершит самоубийства.

По данным исследований, 34 % людей, совершивших самоубийства или покушавшихся, сообщали о своих намерениях ближайшему окружению, а изучение уголовных дел показало, что около 20% суицидентов ранее уже пытались покончить с собой.

Заблуждение 4. Если загрузить человека работой, то ему некогда будет думать о самоубийстве.

У некоторых руководителей сложилось упрощённое понимание возможности предупреждения суицидального поведения.

По их мнению, если ребенок будет загружен работой и за ним будет осуществляться постоянный контроль, то проблема будет решена.Реальное же осуществление такой “профилактики” выливается в нарушение элементарных условий труда и отдыха, что может привести к истощению психофизиологических ресурсов организма, ещё больше повышая вероятность суицидальных попыток.

Заблуждение 5. Чужая душа - потёмки. Предвидеть попытку самоубийства невозможно.

Барьером для профилактики самоубийств является мнение руководителей, считающих, что нет внешних признаков, которые указывают на решение человека покончить с собой. В подобных высказываниях есть рациональное зерно: “заглянуть в душу”, познать внутренний мир подчинённого действительно очень сложно.

Заблуждение 6. Существует некий тип людей, ”склонных к самоубийству”.

Самоубийство совершают люди разных психологических типов. Реальность суицидального намерения зависит от силы психотравмирующей ситуации и её личностной оценки как непереносимой.

Заблуждение 7. Не существует никаких признаков, которые указывали бы на то, что человек решился на самоубийство.

Самоубийству, как правило, предшествует необычное для данного человека поведение. Руководители должны знать “знак беды”, т.е. те действия и высказывания, которые служат своеобразным сигналом о готовности к суициду.

Заблуждение 8. Решение о самоубийстве приходит внезапно, без предварительной подготовки.

. Суицидальный кризис может длиться несколько недель и даже месяцев.

**Рекомендации психолога**

**ЧТО МОЖЕТ УДЕРЖАТЬ:**

Установите заботливые взаимоотношения с ребенком

Будьте внимательным слушателем

Будьте искренними в общении, спокойно и доходчиво спрашивайте о тревожащей ситуации

Помогите определить источник психического дискомфорта

Вселяйте надежду, что все проблемы можно решить конструктивно

Помогите ребенку осознать его личностные ресурсы

Окажите поддержку в успешной реализации ребенка в настоящем и помогите определить перспективу на будущее

**Тест для родителей**

Уважаемые родители! Обращайте внимание на эмоциональное состояние вашего ребенка. Общайтесь, обсуждайте проблемы, учите их разрешать, внушайте оптимизм. Если вы не справляетесь сами, чувствуете неблагополучие в социальной, эмоциональной сфере вашего ребенка, не стесняйтесь обращаться за помощью. Не надейтесь, что все само собой пройдет и наладится. Проявите бдительность. Специалисты помогут облегчить страдания вашего ребенка, найдут выход из трудной ситуации.

Ответьте на некоторые вопросы, которые помогут увидеть картину ваших взаимоотношений с ребенком.

1. Рождение вашего ребенка было желанным?

2. Вы каждый день его целуете, говорите ласковые слова или шутите с ним?

3. Вы с ним каждый вечер разговариваете по душам и обсуждаете прожитый им день?

4. Раз в неделю проводите с ним досуг (походы в кино, концерт, театр, посещение родственников, катание на лыжах и т. д.)?

5. Вы обсуждаете с ним создавшиеся семейные проблемы, ситуации, планы?

6. Вы обсуждаете с ним его имидж, моду, манеру одеваться?

7. Вы знаете его друзей (чем они занимаются, где живут)?

8. Вы знаете о его времяпровождении, хобби, занятиях?

9. Вы в курсе его влюбленности, симпатий?

10. Вы знаете о его недругах, недоброжелателях, врагах?

11. Вы знаете, какой его любимый предмет в школе?

12. Вы знаете, кто его любимый учитель?

13. Вы знаете, кто его нелюбимый учитель?

14. Вы первым идете на примирение, разговор?

15. Вы не оскорбляете и не унижаете своего ребенка?

Подсчет результатов

Если на все вопросы вы ответили "да", значит, вы находитесь на верном родительском пути, держите ситуацию под контролем и сможете в трудную минуту прийти на помощь своему ребенку. Если же большинство ответов "нет", необходимо немедленно изменить поведение, услышать и понять подростка, пока не случилась беда!

**Используемая литература:**

1. Белкин А.С. Основы возрастной педагогики: Уч. пос. для пед. уч. заведений. – М.:Изд-во «Академия»,2000, с.87

2. Игошкина С. // Ж. Воспитание школьников - №1-02

3. Синягина Н.Ю. Психолого-педагогическая коррекция дестко - родительских отношений. – М.: Гуманит. издат. центр ВЛАДОС, 2001. – 96 с.