***Суицид****–умышленное самоповреждение со смертельным исходом (лишение себя жизни).*

 ***Виды суицидов***

**1.** Демонстративный суицид – это разыгрывание театральных сцен безо всякого намерения покончить с собой. В 90% - это крик о помощи, и только 10% подростков действительно хотят смерти. Маленькие дети обращают на себя внимание шалостями и баловством, а большие – суицидом. С демонстративными суицидами следует быть осторожными, иногда этот вид проявляется как способ шантажа: "Сделай то-то и то-то, а то я…"

**2.** Скрытый суицид – это удел тех, кто понимает, что самоубийство – не самый достойный путь решения проблемы, но и не может найти другой. Такие дети могут начинать заниматься экстримом, пристращаются к алкоголю и наркотикам.

**3**. Истинный суицид. Это обдуманное, постепенно выполненное намерение покончить с собой. Этот вид суицида иногда может выглядеть неожиданным, но никогда не бывает спонтанным. Всё поведение строится так, чтобы попытка не сорвалась. Всегда предшествует угнетённое настроение и депрессивное состояние, но эту депрессию не всегда замечают даже самые близкие люди.

**4**.Аффективный суицид – совершается в состоянии аффекта (сильной эмоциональной вспышки), которое может длиться даже одну минуту, но именно в это время можно удержать ребенка от осуществления суицида. Следует помнить, что суицидальная угроза, высказанная в состоянии аффекта, как правило, осуществляется.

**Группа риска:**

* Подростки из конфликтных и асоциальных семей, а также подростки, злоупотребляющие алкоголем и наркотиками.
* Подростки, которые либо совершали суицидальную попытку, либо были свидетелем её, либо такой случай был в семье.
* Одарённые подростки, склонные к одиночеству.
* Подростки в состоянии сильного стресса.

***Признаки надвигающегося суицида:***

* **Депрессия** (тревога, уныние, отсутствие планов на будущее, мысли о смерти, бессонница, потеря аппетита, уход от контактов, постоянная усталость, немотивированная агрессия).
* **Прощание**в различных формах (например: **письменные указания,**раздача ценных вещей).
* **Внешняя удовлетворённость**, т.к. когда решение принято, появляется избыток энергии. Внешне может казаться, что человек отказался от суицида. Это состояние опаснее, чем глубокая депрессия.
* **Угроза** – прямая или косвенная.

***Основными причинами проявления***

***суицидального поведения***

***можно назвать:***

* Отсутствие доброжелательного внимания со стороны взрослых;
* Социально-экономическая дестабилизация и отсутствие морально-этических ценностей;
* Алкоголизм и наркомания среди родителей, а не редко и среди самих подростков;
* Жестокое обращение с подростком;
* Низкая самооценка, трудности в самоопределении, неуверенность в завтрашнем дне, потеря смысла жизни;
* Бедность эмоциональной и интеллектуальной сфер;
* Безответная влюбленность.

***Советы по профилактике***

***суицидального поведения.***

***Суицид***– это не повод для публичного обсуждения в коллективе;

***Попытку или намерения*** – рассматривать серьёзно, не оставлять без внимания;

***Дать возможность высказаться*** и внимательно выслушать;

***Не употреблять общие фразы*** "Да ты не думай об этом", "Ну, всё не так плохо", "Не стоит этого делать" и т.д. Это может привести к обратному эффекту;

Отговаривая, ***не давить на чувство*** долга. Это может подтолкнуть к роковому шагу: "А вот посмотрим, значу ли я что-нибудь для вас! ";

***Установить доверительные, заботливые взаимоотношения,***  проявлять интерес к любым проблемам;

***Не стыдить! Не спорить!***  Спор блокирует дальнейшее обсуждение;

***Задавать прямые вопросы:***  "Ты думаешь о самоубийстве. Каким образом? Что будет потом?". Не бойтесь говорить об этом. Открытое обсуждение планов и проблем снижает тревогу. Беседы не могут спровоцировать самоубийство, тогда как избегание этой темы увеличивает тревожность, обсуждение же помогает "выпустить пар", выплеснуть эмоции;

***Обсуждать*** семейные и внутренние проблемы;

***Помогать*** ставить реальные цели в жизни и стремиться к ним;

При малейшем подозрении на суицид –  ***обращайтесь к специалистам!***

*От заботливого человека, находящегося рядом в трудную минуту, зависит многое. Он может спасти потенциальному суициденту жизнь. Самое главное, надо научиться принимать человека таким, какой он есть!*

**Суицид – это то, чего практически всегда можно избежать.**

Ставропольский край, Курский район, ст. Курская, пер. Школьный,4а **Тел.:** 8 (87964) 6-50-96 **Сайт:**курский-срцн.рф

**Государственное казенное учреждение социального обслуживания «Курский социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних «Надежда» отделение социальной диагностики и социально-правовой помощи**

Подготовил: социальный педагог отделения социальной диагностики и социально – правовой помощи

О.В. Ягодкина

**ст. Курская**