

*Всемирная организация здравоохранения
определила направления работы по
профилактике суицида в образовательных
организациях:*

Установление доверительных отношений педагогов с детьми. Позитивные межличностные отношения с воспитанниками, безопасный диалог с ними позволяют оперативно выявлять острую потребность ребенка в помощи и моральной поддержке.

Создание ситуации успеха, формирование у школьников позитивной самооценки, позволяющей адекватно реагировать на стрессы и преодолевать трудности.

Предоставление школьникам информации о возможной помощи в ситуации возникших жизненных трудностей.

Просвещение родителей в вопросах детского развития, возрастной специфики и необходимости создания в семье обстановки психологического комфорта.

Выявление и предотвращение случаев издевательства и насилия в среде школьников. умение педагога работать с классом как с социально-психологической группой позволит выявить характер неформального общения в классе и вовремя осуществить педагогическую коррекцию негативных тенденций.

«ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ» единой
социально-психологической службы
Ханты-Мансийского автономного
округа – Югры
8-800-101-1212
(с 8 час.00 мин. до 20 час.00 мин.)
8-800-101-1200
(с 20 час.00 мин. до 8 час.00 мин.)

8-800-2000-122 (для детей)
(круглосуточно, бесплатно)

Антикризисный кабинет на базе
психотерапевтического отделения
КУ ХМАО-Югры СКПНД
проезд Взлетный, 11.
Время работы – с 8 до 18 часов.
Круглосуточный телефон доверия:
25-99-09

Консультация психолога в
**МКУ «Центр диагностики и
консультирования».**
Запись по телефону: 52-59-54
Время работы: с 9.00 до 17.00 часов
Выходной - суббота, воскресенье
Наш адрес: ул. Декабристов 16,
кабинет 301

Муниципальное казенное учреждение
для детей, нуждающихся в психолого–
педагогической и медико–социальной помощи
«Центр диагностики и консультирования»

«Я выбираю жизнь»

Рекомендации для педагогов по
профилактике подростковых
суицидов



Сургут, 2015

Суицид - намеренное, умышленное лишение себя жизни, может иметь место, если проблема остается актуальной и нерешенной в течение нескольких месяцев, и при этом ребенок ни с кем из своего окружения не делится личными переживаниями.

В зоне повышенного суицидального риска находятся следующие категории учащихся:

- ◀ депрессивные подростки;
- ◀ подростки, злоупотребляющие алкоголем и наркотиками;
- ◀ подростки, которые либо совершали суицидальную попытку, либо были свидетелями того, как совершил суицид кто-то из членов семьи;
- ◀ одаренные подростки;
- ◀ подростки с плохой успеваемостью в школе;
- ◀ беременные девочки;
- ◀ подростки, жертвы насилия.

Признаки готовности ребенка к суициду, при появлении 1-2 из которых следует обратить особое внимание:

- утрата интереса к любимым занятиям, снижение активности, апатия, безволие;
- пренебрежение собственным видом, неряшливость;
- появление тяги к уединению, отдаление от близких людей;
- резкие перепады настроения, неадекватная реакция на слова, беспричинные слезы, медленная и маловыразительная речь;

- внезапное снижение успеваемости и рассеянность;
- плохое поведение в школе, прогулы, нарушения дисциплины;
- склонность к риску и неоправданным и опрометчивым поступкам;
- шутки и иронические высказывания либо философские размышления на тему смерти.

Советы для педагогов, столкнувшихся с подростком, демонстрирующим признаки суицидального поведения.

Если подросток, на ваш взгляд, склонен к суициду или имел в прошлом попытки к самоубийству:

Не отталкивайте его, если он решил поделиться с вами своими проблемами, даже если вы потрясены сложившейся ситуацией. Помните, что подростки с суицидальными наклонностями редко обращаются за помощью к специалистам.

Доверяйте своей интуиции, если вы чувствуете суицидальные наклонности у этого подростка. Подмечайте предупреждающие знаки.

Не предлагайте того, чего не в состоянии гарантировать. Например, «Конечно, твоя семья тебе поможет».

Дайте знать, что готовы ему помочь, но не видите необходимости в том, чтобы держать все в секрете, если какая-то информация может оказать влияние на его безопасность.

Сохраняйте спокойствие и не осуждайте, вне зависимости от того, что вы говорите.

Говорите искренне. Постарайтесь установить, насколько серьезна угроза. Помните, что вопросы о суицидальных мыслях не всегда завершаются попыткой покончить счеты с жизнью. На самом деле подросток может почувствовать облегчение от осознания проблемы.

Попытайтесь узнать, разработан ли у него план действий. Конкретный план – знак действительной опасности.

Убедите подростка в том, что действительно есть человек, к которому можно обратиться за помощью.

Не предлагайте простых решений типа «Вам сейчас необходимо хорошо выспаться, утром Вы почувствуете себя лучше».

Покажите подростку, что вы намереваетесь поговорить о чувствах и не осуждаете его за эти чувства.

Помогите ребёнку осмыслить, как управлять кризисной ситуацией и осознать, что сильный стресс препятствует целиком осознать ситуацию. Ненавязчиво предложите найти некое решение.

Окажите помощь в поиске людей или места, которые бы снизили переживаемый стресс. При любой возможности влияйте так, чтобы немного уменьшить давление.

Помогите подростку осмыслить, что присутствующее чувство безопасности не будет постоянно.

«Крик о помощи является призывом к спасению» Джастин Кордоз