***П****одготовила: педагог-психолог*

*МОУ гимназии имени А.Л. Кекина Любимова Д.И.*

**1 Слайд:** В последнее время уверенно набирает обороты проблема подросткового суицида. Основные причины самоубийства в столь раннем возрасте —  это неудачные попытки справиться с навалившимися проблемами в школе и семье. Родители часто не понимают своих детей, навязывают им свое мнение. Своими действиями они оказывают серьезное эмоциональное давление на еще не сформировавшуюся психику ребенка, заставляя его решать свои проблемы самостоятельно, часто не пытаясь вникнуть в ситуацию и попытаться помочь. В школе же ситуация обостряется огромной загруженностью и возникающей из нее усталости, проблемами в общении, стеснением, замкнутостью.

**3 слайд:** По официальным данным количество самоубийств с 2021 года в России составляет около 2000 человек, из которых более трети — дети и подростки. Это является очень большим числом для современного мира, а для нашей страны поистине огромным. Мы должны всеми силами предотвратить охватившую все СНГ волну самоубийств, потому что  подростки – это наше будущее. Решить это проблему смогут только понимание и желание выслушать проблемы ребенка, попытаться помочь как можем. Ведь дети в этом возрасте такие ранимы, они очень нуждаются в нашей поддержке и сочувствии, напутственном совете и внимании.

**4 слайд:** Существует большое количество факторов, влияющих на теоретический риск совершения суицида:

* Низкий социальный статус;
* Плохие отношение с семьей, друзьями;
* Зависимость от алкоголя, наркотиков;
* Медицинский фактор;
* Особенности характера.

Суицидальное поведение представляет собой замкнутость, отстраненность от близких, агрессивность, нежелание делиться проблемами.

**5 слайд: причины**

**Проблемы и конфликты в семье.** Часто у детей в разводящихся семьях появляется чувство, что родители расстаются по их вине (не слушался, плохо учился).

* **Слишком жесткое воспитание**в виде морализаторства, очень строгого контроля и запретов, лишающих свободы личного выбора (запрет на друзей, любимые занятия, игры, предпочитаемую одежду).
* **Конфликты с друзьями, проблемы в школе.** Ребенок – изгой в школе. Чувство мести и бессильной злобы могут способствовать суициду.
* **Несчастная любовь, одиночество.**
* **Страх перед будущим.**
* **Потеря смысла жизни.**
* **Воздействие искусства. Подражание кумирам.** В Челябинске 15– летние школьницы спрыгнули с крыши многоэтажного дома. В предсмертных записках написали, что совершают самоубийство в память Игоря Сорина, солиста группы, который ровно год назад в Москве выбросился из окна шестого этажа. Родителям следует насторожиться в отношении суицидальной активности своего ребенка, если он фанат погибшего кумира.
* **Высокие ожидания, повышенные притязания к успехам ребенка, критика и наказание со стороны родителей.** Иногда высокие ожидания родителей не совпадают со слабыми способностями и возможностями ребенка. У него появляется чувство вины, что он плохой, не оправдывает надежды родителей, позорит их. Любая критика и самый невинный вид наказания могут оказаться невыносимым.
* **Прессинг успеха.** Сегодня в нашей стране, как никогда прежде, велик престиж высшего образования. Искренне желающие ребенку добра близкие родственники и учителя постоянно настраивают его на обязательный успех: поступление в вуз, получение престижной профессии. В такой ситуации подросток просто вынужден тянуться за хорошими отметками, доказывать, что он лучше, умнее, успешней других своих сверстников. Причем это насильственное рвение часто поддерживается буквально жертвенным поведением родителей, готовых для оплаты репетиторов потратить последние деньги, влезть в долги...

**6 слайд:** МАРКЕРЫ (ПРИЗНАКИ) СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ 1. Раздаривание любимых, значимых вещей. 2. Резкие изменения в поведении (то эйфория, то отчаяние), на фоне неизменной социальной ситуации (иногда внешнее облегчение состояния). 3. Примирение с врагами, обидчиками. 4. Рисунки, фото кладбищ, изображений умерших, человека-суицидента. 5. Разговоры о собственной ненужности, высказывания о нежелании жить (прямые и косвенные). 6. Обсуждение вариантов ухода из жизни. 7. Потеря перспективы будущего. 8. Отрицание проблем. 9. Несвойственная тяга к уединению.

**Таким образом:**

1. Суицидальными подростками чаще всего становятся либо подростки из неблагополучных семей, либо подростки, столкнувшиеся с проблемой, которая, по их мнению, неразрешима или считают, что их не поймут, пристыдят.
2. Судя по формам суицида можно понять, что суициды совершаются либо в состоянии аффекта, либо с целью привлечения внимания, либо человеку действительно не хочется жить. Причины же суицида различны, их довольно много и они зависят от того, что человек считает действительно ценностью, будь то любовь, семья, друзья, совокупность неприятностей и т.п.
3. Подросток, начинающий задумываться о суициде, всё-таки, надеется, что что-то изменится к лучшему, что хоть кто-нибудь увидит, как он нуждается в помощи, понимании и поддержке, как ему хочется поделиться своими переживаниями. Тогда он и начинает вести себя так, чтобы привлечь внимание к себе. А задача всех окружающих увидеть это изменение в поведении.

**Предлагаем вам, уважаемые коллеги, памятки**«Оказание первичной психологической помощи в беседе с подростком», которые, надеемся, могут и не пригодится

**Памятка**

**«Оказание первичной психологической помощи в беседе с подростком»**

Если замечена склонность школьника к депрессии и суициду, воспользуйтесь советами, которые помогут изменить ситуацию:

1. Внимательно выслушивайте. В состоянии душевного кризиса любому из нас, прежде всего, необходим кто-нибудь, кто готов нас слушать.
2. Внимательно отнеситесь ко всем, даже самым незначительным обидам и жалобам ребенка, не пренебрегайте ничем из всего сказанного им. попытайтесь убедить его раскрыть свои чувства, поделитесь накопившимися проблемами.
3. Придайте уверенность ребенку, объясните ему, что вместе вы обязательно справитесь со своими проблемами.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Если вы слышите** | **Обязательно****скажите** | **Никогда****не говорите** |
|  | "Ненавижу учебу, класс…" | "Что происходит у нас, из-за чего ты себя так чувствуешь?" | "Когда я был в твоем возрасте…да ты просто лентяй" |
|  | "Все кажется таким безнадежным…" | "Иногда все мы чувствуем себя подавленными. Давай подумаем, какие у нас проблемы и какую из них надо решить в первую очередь" | "Подумай лучше о тех, кому еще хуже, чем тебе" |
|  | "Всем было бы лучше без меня!"  | "Ты очень много значишь для нас, и меня беспокоит твое настроение. Скажи мне, что происходит" | "Не говори глупостей, Давай поговорим о чем-нибудь другом" |
|  | "Вы не понимаете меня!" | "Расскажи мне, как ты себя чувствуешь. Я действительно хочу это знать" | "Кто же может понять молодежь в наши дни." "Никому не нужны чужие проблемы" |
|  | "Я совершил ужасный поступок…" | "Давай сядем поговорим об этом" | "Что посеешь, то и пожнешь!" |
|  | "А если у меня не получиться?" | "Если не получиться, мы подумаем, как это сделать по-другому"«Если не получится, я буду знать, что ты сделал все возможное" | "Если не получится – значит, ты недостаточно постарался!" |

**Алгоритм *психолого-педагогического сопровождения
детей и подростков, склонных к суицидам:***

* определите источник психологического дискомфорта;
* выясните, как ребенок решал сходные ситуации в прошлом;
* определите, что может быть полезным для разрешения настоящей проблемы;
* выясните, что остается позитивно значимым для подростка;
* научите использовать методы снятия психологического напряжения;
* попытайтесь уменьшить степень психологической зависимости от причины, повлекшей суицидальное поведение;
* вселяйте надежду на лучшее будущее;
* попробуйте сформулировать ближайшую реалистичную цель для ребенка;
* не оставляйте подростка одного в ситуации высокого суицидального риска.

**10 слайд:** Что делать классному руководителю, чтобы предотвратить суицидальное поведение подростков?

Так как, большую часть времени дети и подростки проводят в учебных заведениях, поэтому образовательная среда должна быть психологически безопасным воспитательным пространством. Именно педагоги могут первыми услышать тревожные «звонки», сигнализирующие о наличии проблем у конкретного ребенка.

 **Содержание деятельности классного руководителя по профилактике суицидального поведения подростков:**

* Выявление подростков «группы риска» и оказание им морально-психологической поддержки в процессе индивидуальной работы.
* Групповая профилактическая работа с подростками через систему классных часов или иных мероприятий.

**(Слайд №11) Что же делать классному руководителю, если он отметил у себя в классе подростка, в отношении которого  появилось подозрение, что он относится к «группе риска» по суициду?**

* Побеседовать с подростком, найдя для этого относительно нейтральный повод, например,о результатах учебы по какому-либо предмету, постепенно перейдя в разговоре к наличию у него каких-либо проблем.
* Крайне осторожно переговорить с его друзьями и другими одноклассниками, не раскрывая им цель разговора и не показывая явный интерес к его поведению.
* Пообщаться с другими педагогами, работающими с эти классом, обсудив его успехи, проблемы и поведение.
* Побывать в семье подростка для того чтобы оценить состояние семейной атмосферы, наличие конфликтов, переговорив с родителями и близкими.

Все указанные действия необходимо проводить очень осторожно, поскольку публичное озвучивание своих подозрений может нанести вред: если подозрения были обоснованными,  то слухи о ваших разговорах  могут спровоцировать свершение суицида, если необоснованными, то нежелательные для вас последствия.

Если вы укрепились  в своих подозрениях необходимо сообщить о своих подозрениях директору лицея, а также обратиться в социально-психологическую службу лицея.

 (Слайд №12) Для того чтобы организовать  профилактическую работу с подростком «группы риска» по суициду необходимо:

* Разработать индивидуальный план работы с подростком;
* Определить этапы работы ответственного лица с подростком.

При проведение профилактических мероприятий (классных часов) – разговаривать о жизни!

Взаимоотношения с учащимися должны строиться на основе уважения, убеждения, в спокойном, доброжелательном тоне общения.