



УВАЖАЕМЫЕ ВЗРОСЛЫЕ! РОДИТЕЛИ И ПЕДАГОГИ!

Этой памяткой мы обращаем ваше внимание на непроходящую остроту проблемы детского суицида в стране. В Томской области, к счастью, ситуация относительно благополучна (в 2015 году в Томской области в результате суицидов погибло 5 несовершеннолетних, что в 8,3 раза ниже общероссийских показателей). Причины суицидального поведения ребенка многогранны, в том числе, значительное влияние на несформированную, уязвимую детскую психику оказывает виртуальная жизнь современных детей. Невозможно представить человека без использования прогрессивных технологий, однако, не все материалы, доступные в сети Интернет, могут быть полезны для здорового, гармоничного развития ребенка. Наша задача – профилировать возможный интерес и тягу детей к нестандартному поведению, потому как ребенок открыт к новым идеям и, зачастую, не способен увидеть негативные последствия того или иного влияния окружающего его мира.

Просим обратить внимание на следующие положения, разработанные специалистами Академии социального управления по заказу Министерства образования Московской области для защиты Ваших детей от влияния негативной информации, получаемой посредством сети Интернет (подробнее об обеспечении безопасности детей при работе в сети Интернет в памятке Уполномоченного по правам ребенка в Томской области «Безопасная работа детей в интернет-пространстве на разных возрастных этапах (памятка для родителей и педагогов)» 2016г.)

ОБРАЩАЕМ ВНИМАНИЕ РОДИТЕЛЕЙ!

В настоящее время участились случаи обнаружения у детей разных возрастов признаков суицидального поведения на фоне нарушений межличностных отношений со сверстниками, затяжных депрессивных состояний, потери аппетита или импульсивного обжорства, пренебрежительного отношения к внешнему виду, ощущения скуки, постоянного чувства одиночества и ухода от контактов с друзьями и семьей (превращение ребенка в «одиночку») и другие характерные признаки, свидетельствующие о возможной причастности детей к «группе риска» по суициду.

При наличии малейшего проявления вышеуказанных признаков **родители ОБЯЗАНЫ** пресечь опасность с помощью формирования положительных жизненных установок, развивайте в ребенке антисуицидальные факторы личности, а именно:

1. Установите доверительные и заботливые отношения между Вами и ребенком (постарайтесь понять чувства ребенка и их первопричину).
2. Найдите признаки возможной опасности (суицидальные угрозы – интернет, отсутствие взаимопонимания со сверстниками и пр.) и устраните их.
3. Задавайте вопросы (спокойно и доходчиво спрашивайте ребенка о тревожащей ситуации, Ваше согласие обсудить проблему будет облегчением для него).
4. Предложите конструктивный подход (выясните что остается позитивно значимым для ребенка, что он по-прежнему ценит и после анализа ситуации предложите альтернативное решение вопроса).

5. Вселяйте надежду (важно укрепить силы и возможности ребенка с помощью вселения оптимизма и поддержки, объясните, что кризисные проблемы не долгосрочны).

6. Не оставляйте ребенка одного в ситуации высокого суицидального риска! Оставайтесь как можно дольше с ним, пока не разрешится кризис или не придет помощь!

7. Обратитесь за помощью к специалистам.

8. Сохраняйте проявления постоянной заботы и поддержки (если критическая ситуация миновала, семья или педагоги по-прежнему не могут позволить себе расслабиться! Не ослабляйте бдительность! Половина суицидентов совершает самоубийство не позже, чем через 3 месяца после начала психологического кризиса).

ОБРАЩАЕМ ВНИМАНИЕ ПЕДАГОГОВ И КЛАССНЫХ РУКОВОДИТЕЛЕЙ!

Поскольку причинами суицидов среди подростков зачастую являются нарушения межличностных отношений в школе, необходимо принять меры для формирования доброжелательного, открытого общения, основанного на уважении.

Характерные черты суицидальных личностей:

- настойчивые или повторные мысли о суициде;
- депрессивное состояние с потерей аппетита и сна;
- возможно присутствие алкогольной или наркотической зависимости;
- утрата семейного или общественного престижа, особенно в группе сверстников;
- ощущение безнадежности и беспомощности;
- неспособность общаться с другими людьми из-за мыслей о самоубийстве;
- в мыслях и речи наличие обобщения и фатальности;
- «туннельное» зрение, неспособность видеть положительные моменты и иной выход из ситуации;
- амбивалентность: хотят умереть и в то же время хотят жить.

Для предотвращения суицидов у детей учителя должны:

1. Вселять детям уверенность в своих силах и возможностях.
2. Внушать им оптимизм и надежду.
3. Проявлять сочувствие и понимание.
4. Осуществлять контроль поведения ребенка, анализировать его отношения со сверстниками и в случае необходимости – ставить в известность родителей о возможных проблемах.

Администрации школ необходимо уделять пристальное внимание и установить контроль за стилем общения учителей и специалистов с учащимися в целях предотвращения случаев оскорбления, унижения, психологического и физического насилия со стороны педагогов.

Помните! Только мы, взрослые, можем увидеть проблему, возникшую у ребенка и при наличии доверительного отношения скорректировать поведение и порядок разрешения сложной ситуации. Не оставайтесь равнодушными при наличии хотя бы одного признака, свидетельствующего о переживаниях ребенка!
Будьте бдительны и внимательны к детям!