

Уважаемые родители! Деструктивное поведение подростков остается острой в наше время. Эта памятка о признаках такого поведения.

Мотивы суицидального поведения:

- ▶ Переживание обиды, одиночества, непонимания, ненужности никому
- ▶ Утрата любви и доверия родителей
- ▶ Сложная обстановка в семье: развод, смерть или уход одного родителя
- ▶ Чувства вины, стыда, оскорбленного самолюбия.
- ▶ Боязнь позора, насмешек, унижения.
- ▶ Страх наказания (ранняя беременность, не сдача экзамена).
- ▶ Любовные неудачи, трудности в сексуальных отношениях.
- ▶ Нереализованные потребности в самоутверждении, в принадлежности к значимой группе.

Факторы суицидального риска

1. Индивидуально-психологические (ребенка)

- ▶ Эмоциональная нестабильность
- ▶ Агрессивность
- ▶ Замкнутость, депрессия
- ▶ Неадекватная самооценка
- ▶ Недовольство внешностью, способностями
- ▶ Трудности адаптации к социуму, коллективу
- ▶ Отсутствие цели в жизни
- ▶ Высокая тревожность

2. Приобретенные

- ▶ Смерть родного человека
- ▶ Развод, длительный конфликт м. родителями
- ▶ Директивность матери при навязывании ребенку чувства вины
- ▶ Враждебность отца
- ▶ Неуспехи в учебе
- ▶ Конфликты с педагогами, одноклассниками
- ▶ Попадание под чужое влияние
- ▶ Насмешки, унижения значимых сверстников

Особенности эмоционального состояния, свидетельствующие о суицидальной угрозе

- ▶ Резкое снижение успеваемости, проявление безразличия к учебе и к оценкам.
- ▶ Затяжное подавленное настроение, низкий эмоциональный фон, раздражительность.
- ▶ Резкое изменение поведения (стал неряшливым, не хочет разговаривать с близкими людьми, избегание, раздаривает дорогие ему вещи, потеря интереса к тому, что любил, отдаляется от друзей, приводит личные дела в порядок).
- ▶ Опасное поведение с высоким риском причинения вреда своей жизни и здоровью.
- ▶ Изменение аппетита
- ▶ Написание «записок-завещаний»
- ▶ Прямые или косвенные сообщения о суицидальных намерениях: «хочу умереть», «Я больше не могу», «Ты меня больше не увидишь»
- ▶ Шутки, высказывания о желании умереть, о бессмысленности жизни
- ▶ Уверения в беспомощности и зависимости от других
- ▶ Прощание
- ▶ Самообвинения
- ▶ Сообщения о конкретном плане суицида

Если вы заметили не один, а несколько признаков, обратитесь к педагогу-психологу школы.