



**Самоубийство (суицид)** — намеренное, осознанное лишение себя жизни.

*Суицидальная попытка* (синонимы: парасуицид, незавершенный суицид и др.) — это любое умышленное действие по причинению себе вреда, которое по той или иной причине не привело к смертельному исходу.

*Пубертатный суицид* — подростковый суицид.

СУЩЕСТВУЕТ ТРИ СТЕПЕНИ СУИЦИДАЛЬНОГО РИСКА:

- ❖ Незначительный риск (есть суицидальные мысли без определенных планов);
- ❖ Риск средней степени (есть суицидальные мысли, план без сроков реализации);
- ❖ Высокий риск (есть мысли, разработан план, есть сроки реализации и средства для этого).

# ПРИЧИНЫ ПОДРОСТКОВОГО СУИЦИДА:



- **Потери:**
  - Разрыв романтических отношений
  - Смерть любимого человека
  - Смерть домашнего животного
  - Потеря работы
  - Потеря «лица»
  - Развод родителей

- Давления
  - Давление в школе со стороны учителей
  - Давление со стороны сверстников
  - Давление родителей
- Низкая самооценка
  - Физическая непривлекательность
  - Неуспешность в учебе
- Недостаток общения
- Бесперспективность и безнадежность

## Признаки готовящегося самоубийства

- **80 % задумавших совершить самоубийство предварительно дают знать о своих намерениях окружающим.**  
**Способы сообщения могут быть завуалированы, и чрезвычайно необходимо их понять!**



## Маркеры суицидального поведения

- Если профиль несовершеннолетнего закрыт даже от родителей, следует тактично, аккуратно выяснить причину, по которой он это сделал.
- Тревожным маркером может быть появление среди виртуальных друзей незнакомых лиц. Желательно познакомиться со страницами таких виртуальных друзей, чтобы оценить их интересы.
- Маркером суицидального поведения может являться закрывание на фотографиях лица руками или одеждой, особенно в сочетании с демонстрированием указательного пальца.



- Маркером суицидального поведения может быть частое размещение на своей странице отрывков из различных произведений (стихов, рассказов, фильмов, песен), посвященных смерти, идеализации суицидов, об употреблении ПАВ, а также отрывков из книг мистического содержания.
- Если несовершеннолетний комментирует фотографии, посты других пользователей и при этом в своих комментариях говорит о смерти.



- Если несовершеннолетний размещает на своей странице посты или прописывает от своего имени самоуничижительные фразы, иллюстрации, фотографии самоповреждений и травм (чужих или своих).



- Требуют внимания несовершеннолетние, которые сохраняют у себя на странице музыкальные произведения депрессивного настроения, открыто пропагандирующих смерть. Это является наиболее ярким маркером суицидального поведения.







Единый общероссийский  
номер на помощь детям

**«ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ»**

тел. **8-800-2000-122**

**БЕСПЛАТНО  
КРУГЛОСУТОЧНО**



**ВЫ МОЖЕТЕ ПОГОВОРИТЬ:**

- об отношениях с родителями и учителями...
- о своей жизни и проблемах...
- о жестоком обращении с тобой и сверстниками...
- о дружбе и первой любви...

# Оказание первой помощи в беседе

Если вы слышите	Обязательно скажите	Запрещено говорить
«Ненавижу учебу, класс...»	«Что происходит у тебя, из-за чего ты себя так чувствуешь?»	«Когда я был в твоём возрасте... да ты просто лентяй!»
«Все кажется таким безнадежным...»	«Иногда все мы чувствуем себя подавленными. Скажи, какие у тебя 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 твоё 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?»
«Я совершил ужасный поступок...»	«Давай сядем и поговорим об этом»	«Что посеешь, то и пожнешь!»
«А если у меня не получится?»	«Если не получится, я буду знать, что ты сделал все возможное»	«Если не получится — значит, ты недостаточно постарался!»

За помощью можно обратиться в консультационный центр, который находится по адресу МОУ «Заринская СОШ» Свердловская область Алапаевский район п. Заря ул. Набережная д.20

**Телефон: 8(34346)35074**