**Родительское собрание на тему:**

**«Роль взрослых в оказании помощи детям и подросткам  в кризисных ситуациях. Причины и профилактика суицидального поведения детей и подростков».**

**Цель:** познакомить родителей с проблемой суицида среди детей и подростков, оказать профилактическую помощь родителям.

**Задачи:**

- расширить знания родителей о причинах, признаках и характере детского и подросткового суицида;

- предоставить возможность родителям задуматься и оценить взаимоотношения со своим ребёнком;

- формировать представления о разных способах выражения любви к ребёнку;

-  воспитывать уважение к личности ребенка и понимание к его проблемам;

- предложить рекомендации родителям по профилактике суицидального поведения среди детей и подростков.

Человек рождается

Перед ним открыты все двери. Каким он будет, кем он вырастет?

Находясь в теплых любящих руках мамы, папы ребенок учится улыбаться, говорить, делать первые шаги: учиться жить.

Он узнает и познает огромный мир под названием жизнь.

Но в жизни каждого ребенка есть радость ,победы, а есть и слезы, обиды, разочарования.

Если ребенка не утешить, одобрить ребенок становиться злым, несчастным, непонятым, непринятым.

Он растет, и вместе с ним растут его слезы, обиды, разочарования.

Не понят, не принят, отвергнут и все проблемы растут как ком.

Что делать, где найти выход?

Всегда ли поиски успешны – родители, учителя, друзья иногда бывают слепы.

Отчаяние, злость, агрессия, безразличие, алкоголь – где выход?

Не найдя выхода он…

Стоя перед пропастью, он делает шаг, и Вы, Вы шагаете вместе с ним.

Он ушел, он…а Вы…Вы остаётесь….

        Здравствуйте, Уважаемые родители! Вы все слышали про страшный случай, который произошел в нашем районе, поэтому я хочу обсудить с вами очень сложный и очень серьезный вопрос - детский и подростковый суицид. Мы с вами уже затрагивали эту тему, но, к сожалению, на данный момент она очень актуальна. Многие боятся даже задумываться и отгоняют мысли о таком ужасном поступке. И такое отношение к нему вполне нормально, потому, что смерь сама по себе – это страшно и невообразимо. Человек не хочет умирать, В его сути биологической заложено изначально - выжить и избежать ситуаций ведущих к смерти. А вот если человек смирился с мыслью о смерти, вынашивает ее и готов к этому, а тем более ребенок - вот это уже настораживает.

        Дети и подростки своеобразно воспринимают понятие  «смерть», как что-то временное, похожее на сон, не связанное с собственной личностью. Младшие школьники могут воспринимать смерть  не как конец жизни, а как отъезд куда – либо, или считают её наказанием за плохие дела.         Для  подростков смерть становится более очевидным явлением. Но они фактически отрицают её для себя, гоняя на мотоциклах, экспериментируя с опасными веществами. Несерьезное отношение к смерти формируют и компьютерные игры (кстати, изначально они разрабатывались для подготовки военнослужащих). Бонусы и возможность получить вторую-третью жизнь, начать игру сначала, с нового уровня, сами условия игры «убей, пока не убили тебя» нивелируют ценность человеческой жизни в сознании детей. В детских суицидах много экономических факторов, хотя суицид не относят к числу «болезней» низкого дохода или социального неблагополучия. В войну суицид почти не виден, суицида меньше в неблагополучных семьях и в детских домах. В таких условиях детям некому что-то

доказывать своей смертью, они более выносливы и быстрее взрослеют, суициды среди этой категории детей и подростков случаются в более «серьезных» случаях, как правило – от безысходности ситуации, от непереносимой обиды.

        В 60% детский и подростковый суицид является трагедией благополучных, чувствительных и умных детей. Люди забыли, что в природе закон естественного отбора пока ещё никто не отменял, рост суицидальных случаев у молодёжи - это результат психической изнеженности. Папа накричал на ребенка - и ребёнок не знает, как жить дальше!

        Психологический смысл подросткового суицида – крик о помощи, стремление привлечь внимание к своему страданию. Настоящего желания нет, представление о смерти крайне неотчетливо, инфантильно. Смерть представляется в виде желательного длительного сна, отдыха от невзгод, способа попасть в иной мир, так же она видится средством наказать обидчиков.

Довести подростка до суицида может все что угодно: плохая оценка, ссора с родителями, случайный клик в Интернете.

Все суициды делятся на три группы: истинные, скрытые и демонстративные .

Истинный суицид никогда не бывает спонтанным, хоть иногда и выглядит довольно неожиданным. Такому суициду всегда предшествуют угнетенное настроение, депрессивное состояние или просто мысли об уходе из жизни. Причем окружающие, даже самые близкие люди, нередко такого состояния человека не замечают (особенно если откровенно не хотят этого). И своеобразный тест на готовность к истинному суициду - размышления человека о смысле жизни. Подросток часто не находит для себя ответа, каково его предназначение в этом мире, а в силу подросткового максимализма принять ответ - «жить для того, чтобы жить» - ему еще очень трудно.

Но основная часть суицидов – это попытка подростка вести диалог, только вот таким своеобразным и совершенно непригодным для этого методом. Большинство самоубийц, как правило, хотели вовсе не умереть, а только достучаться до кого-то, обратить внимание на свои проблемы, позвать на помощь. Это демонстративный суицид.

Конечно, демонстративный суицид иногда проявляется и как способ своеобразного шантажа - "сделай то-то и то-то или я застрелюсь, повешусь, брошусь под поезд...". И бич демонстративных самоубийц - случайность: случайно выстрелило ружье, случайно затянулась петля, случайно оказался скользким перрон... А они-то хотели только попугать! Скажите же такому человеку, что никто не заставляет его жить насильно, и если он хочет в этой жизни быть значимой личностью, то не лучше ли приложить свою голову и руки к тому, чтобы добиться значимости более адекватными способами.

Скрытый суицид - удел тех, кто понимает, что самоубийство - не самый достойный путь решения проблемы, но тем не менее другого пути человек найти не может. Такие люди выбирают не открытый уход из жизни «по собственному желанию», а так называемое «суицидально обусловленное поведение». Это и рискованная езда на автомобиле, и занятия экстремальными видами спорта или опасным бизнесом, и добровольные поездки в горячие точки, и даже алкогольная или наркотическая зависимость. Даже дети, которые катаются на крыше лифта, могут делать это по той же самой причине. И сколько угодно можно твердить человеку о том, что все это опасно для жизни, как правило, именно этой опасности и жаждут скрытые суициденты.

Если человек серьезно задумал совершить самоубийство, то обычно об этом нетрудно догадаться по ряду характерных признаков, которые можно разделить на 3 группы: словесные, поведенческие и ситуационные.

***СЛОВЕСНЫЕ признаки***

Человек, готовящийся совершить самоубийство, часто говорит о своем душевном состоянии. Он или она могут:

Прямо или косвенно намекать о своем намерении: «Лучше бы мне умереть». «Я больше не буду ни для кого проблемой». «Тебе больше не придется обо мне волноваться». «Скоро все проблемы будут решены». «Вы еще пожалеете, когда я умру!»…

Много шутить на тему самоубийства.

Проявлять нездоровую заинтересованность вопросами смерти.

***ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ признаки***

Раздавать другим вещи, имеющие большую личную значимость, окончательно приводить в порядок дела, мириться с давними врагами.

Демонстрировать радикальные перемены в поведении, такие, как:

– в еде – есть слишком мало или слишком много;

– во сне – спать слишком мало или слишком много;

- во внешнем виде – стать например неряшливым;

- в школьных привычках – пропускать занятия, не выполнять д.з., избегать общения с одноклассниками; проявлять раздражительность, угрюмость; находиться в подавленном настроении;

- замкнуться от семьи и друзей;

- быть чрезмерно деятельным или, наоборот, безразличным к окружающему миру; ощущать попеременно то внезапную эйфорию, то приступы отчаяния.

***СИТУАЦИОННЫЕ признаки***

Человек может решиться на самоубийство если:

Социально изолирован (не имеет друзей или имеет только одного друга), чувствуют себя отверженным.

Живет в нестабильном окружении (серьезный кризис в семье – в отношениях с родителями или родителей друг с другом); алкоголизм – личная или семейная проблема);

Ощущает себя жертвой насилия – физического, сексуального или эмоционального.

Предпринимал раньше попытки суицида.

Имеет склонность к самоубийству впоследствии того, что оно совершалось кем-то из друзей, знакомых или членов семьи.

Перенес тяжелую потерю (смерть кого-то из близких, развод родителей).

Слишком критически настроен по отношению к себе.

Каковы же мотивы суицидального поведения подростков?  На что родителям нужно обратить внимание, чтобы предотвратить беду:

1.Одной из самых распространённых причин детских суицидов является неразделённая любовь. Основной процент самоубийств "из-за любви" происходит потому, что детская влюбленность - не что иное, как отражение потребности быть нужным хоть кому-то: если уж не родителям, то Ему или Ей. И когда взаимности не возникает, нередко приходит ощущение, что ВО ВСЕМ МИРЕ ТЫ НИКОМУ НЕ НУЖЕН.

2.Другой серьёзнейший мотив детского суицида –страх наказания или позора. Подростки, опасаясь сказать родителям правду о совершённой ошибке, часто заблуждаются по поводу ценностных приоритетов. Любовь близких- это один из важнейших антисуицидальных барьеров.

3. Ситуация гиперопеки, чрезмерного давления на ребёнка, ситуация «Колобка» из сказки. Дети и подростки, живущие в подобных условиях, говорят о своей жизни так: «Они мне прохода не дают, туда не ходи, с этим не дружи, как будто это их жизнь, а не моя». В подобной ситуации единственным способом выживания является протест и бегство. И они бегут: попадают под поезд, начинают принимать наркотики, а всё для того, чтобы доказать родителям свою состоятельность.

        Попытка самоубийства – это крик о помощи, обусловленный попыткой привлечь к себе внимание. Это его последний аргумент. Очень часто представляя смерть как нечто временное «я умру и посмотрю, что вы будете делать». Подросток просто хочет наладить взаимоотношения с окружающими. Часто нет и шантажа просто наивная вера, что смерть может образумить окружающих.

        В школе – интернате в течение года проводится профилактическая работа по профилактике суицидальных проявлений. Зам. директора по УВР систематически проверяет содержание страниц в социальных сетях наших обучающихся, для обнаружения групп, представляющих опасность. Педагогом психологом - проводятся психодиагностические исследования обучающихся:

-уровень тревожности;

- уровень агрессивности;

- выявление самооценки обучающихся;

- мотивация к обучению;

- диагностику адаптации вновь прибывших обучающихся;

- диагностика склонности к риску (среди учащихся 5-9 классов).

коррекционно – развивающие занятия и классные часы, профилактические беседы:

 по темам:

-«Мир, который я создаю сам»;

- «Скажи мне кто твой друг, и я скажу, кто ты»;

- «Жизнь одна»;

- «Коридор безопасности»;

- «Жизнь дана на добрые дела»

-«Жизнь не игра – перезагрузки не будет»;

-«Смысл жизни»;

- «Тренируйте уверенность в себе»;

- «Разговор о жизненных ценностях»

-«Депрессия: давай поговорим» и т.д.,

А так же постоянные индивидуальные беседы и консультации с обучающимися по любым возникающим проблемам и вопросам.

        Закончить выступление я хочу интересной притчей: «Жил-был царь. Несмотря на то, что он был очень мудрым, жизнь его была очень беспокойной. Однажды он решил обратиться за советом к придворному мудрецу: « Помоги мне – очень многое в этой жизни способно вывести меня из себя. Я подвержен страстям, и это сильно осложняет мою жизнь!» На что Мудрец ответил: «Я знаю, как помочь тебе. Вот тебе кольцо, на нём сделана надпись, способная излечить твоё беспокойство» Царь принял кольцо и прочитал надпись «И ЭТО ПРОЙДЁТ!»

Разговор « по душам» с собственным ребёнком – главный фактор его уверенности в том, что он  сам – главная ценность в этом мире. А все обиды, разочарования, беды – ВСЁ ПРОЙДЁТ.

**ПАМЯТКА**

**родителям по профилактике детского подросткового суицида**

1. Прислушиваетесь к своему ребенку, старайтесь услышать его. Вникайте в проблему ребенка. Не обязательно соглашаться с точкой зрения ребенка, но благодаря родительскому вниманию он почувствует свою значимость и ощутить свое человеческое достоинство.

2. Принимайте решения совместно с ребенком, а также давайте ему право принимать самостоятельные решения: ребенок охотнее подчиняется тем правилам, которые устанавливал сам. При этом мы не отрицаем, что некоторые решения могут принимать только родители. Предоставьте ребенку право выбора, чтобы он реально почувствовал, что он.волен сам выбирать из нескольких возможностей.

3. Постарайтесь предупредить ситуацию или изменить её так, чтобы ребенку не нужно было вести себя неправильно.

4. Предоставляйте ребенку возможность отдохнуть, переключится с одного вида деятельности на другой.

5. Требуя что-то от ребенка, давайте ему четкие и ясные указания. Но не возмущайтесь.если ребенок, может быть, что-то не понял или забыл. Поэтому снова и снова, без раздражения, терпеливо разъясняйте суть своих требований. Ребенок нуждается в повторении.

6. Не требуйте от ребенка сразу многого, дайте ему постепенно освоить весь набор ваших требований он просто не может все делать сразу.

7. Не предъявляйте ребенку непосильных требований: нельзя от него ожидать выполнения того, что он не в силах сделать.

8. Не действуйте сгоряча. Остановитесь и проанализируйте, почему ребенок ведет себя так, а не иначе, о чем свидетельствует его поступок.

9. Обязательно обращайте внимание на то, чем занимается в Интернете ребёнок: по возможности контролируйте сайты , которые он посещает.

10. Подумайте, в чем трудность ситуации, в которую попал ребенок. Чем вы можете помочь ребенку в этой ситуации? Как поддержать его?

**Памятка для родителей Родителям о суициде**

* Что можно сделать для того, чтобы помочь детям, склонным к суициду:
* Для ребенка, который чувствует, что он бесполезен и нелюбим, забота и участие отзывчивого родителя являются мощными ободряющими средствами. Именно таким образом вы лучше всего проникнете в изолированную душу отчаявшегося ребенка.
* Дети, которые хотят закончить жизнь самоубийством особенно страдают от сильного чувства отчуждения. В силу этого они бывают не настроены принять ваши советы. Гораздо больше они нуждаются в обсуждении своей боли, о чем говорят: «У меня нет ничего такого, ради чего стоило бы жить». Если ребенок страдает от депрессии, то ему нужно больше говорить самому, чем беседовать с ним. Следует спокойно и доходчиво спросить о тревожащей ситуации, например: «С каких пор ты считаешь свою жизнь столь плохой? Kaк ты думаете, почему у тебя появились эти чувства?». Ваше согласие выслушать и обсудить то, чем хотят поделиться с Вами, будет большим облегчением для отчаявшегося ребенка.
* Необходимо выяснить причину, которая тревожит ребенка. Наиболее подходящими вопросами могут быть: «Что с тобой случилось за последнее время? К кому из окружающих твои проблемы имеют отношение?»
* Постарайтесь определить серьезность возможного самоубийства. Ведь намерения ребенка могут различаться, начиная с мимолетных, расплывчатых мыслей о такой «возможности» и заканчивая разработанным планом суицида путем отравления, прыжка с высоты, использования огнестрельного оружия или веревки. Очень важно выявить и другие факторы, такие, как алкоголизм, употребление наркотиков, эмоциональные нарушения.
* Чем более разработан метод самоубийства, тем выше его риск. Очень мало сомнений в серьезности ситуации остается, например, если депрессивный ребенок, не скрывая, дарит кому-то свой любимый магнитофон, с которым он ни за что бы не расстался. В этом случае лекарства, оружие или ножи следует убрать с поле зрения ребенка.
* Не оставляйте ребенка одного. Оставайтесь с ним как можно дольше или попросите кого-нибудь побыть с ним, пока не разрешится кризис или не прибудет помощь. Возможно, придется позвонить в скорую помощь или обратиться в поликлинику. Помните, что поддержка накладывает на Вас определенную ответственность.
* Обратитесь за помощью к специалистам. Они хорошо информированы, могут правильно оценить серьезность ситуации.
* Если критическая ситуация и миновала, расслабляться не стоит. Самое худшее может не быть позади. За улучшение часто принимают повышение психической активности. Бывает так, что накануне самоубийства депрессивные дети просят прощения у всех, кого обидели. Видя это, вы облегченно вздыхаете и ослабляете бдительность. Но эти поступки могут свидетельствовать о решении умереть.
* Иногда в суматохе жизни окружающие забывают о людях, совершивших суицидальные попытки окончить жизнь самоубийством. По иронии судьбы к ним многие относятся, как к неудачникам. Такие люди испытывают большие трудности в поисках принятия и сочувствия семьи и общества.

***Если у Вас возникнут проблемы или Вам нужна консультация, специалисты школы окажут Вам и Вашим детям помощь.***