

Родительское собрание по теме: «Профилактика суицидов в подростковой среде»

Слайд 1.

Сегодня мы собрались чтобы обсудить очень сложный и очень серьезный вопрос - детское самоубийство. Вопрос, о котором многие боятся даже задумываться и отгоняют мысли об этом, настолько страшным и невообразимым это кажется для многих. И такое отношение к нему вполне нормально, потому, что смерть сама по себе – это страшно и невообразимо. Человек не хочет умирать, в его сути биологически 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, если это ребенок - вот это уже настораживает. Согласно статистическим данным количество детских суицидов с каждым годом растёт.

Что нужно знать о суициде.

Слайд 2

Специалисты условно различают три вида самоубийств: истинные, скрытые и демонстративные.

Истинный суицид направляется желанием умереть, не бывает спонтанным, хотя иногда и выглядит довольно неожиданно. Такому суициду всегда предшествуют угнетенное настроение, депрессивное состояние или просто мысли об уходе из жизни. Причем окружающие такого состояния человека могут не замечать. Мотивы, как правило, межличностного плана (лишение любви, неразделенная любовь, конфликты в семье, отверженность). Первые мысли могут возникать за 1-1,5 года. Суицидальный акт совершается в одиночестве. **Психологический смысл – протест против сложившейся ситуации.** При неудаче – повтор через 1-3 месяца после первой попытки.

При истинном суицидальном поведении чаще прибегают к *повешению*.

Демонстративный суицид не связан с желанием умереть, а является способом обратить внимание на свои проблемы, позвать на помощь, вести диалог. Это может быть и попытка своеобразного шантажа. Смертельный исход в данном случае является следствием роковой случайности. Стадия пресуицида короткая. Возможная причина - конфликты, обиды, жалость к себе. **Психологический смысл - «крик о помощи».** Совершается в присутствии окружающих и направлен на разрешение кризисной ситуации. Часто незавершенные попытки носят характер суицидального шантажа. Могут многократно повторяться.

При демонстративном поведении способы суицидального поведения чаще всего проявляются в виде *порезов вен, отравления неядовитыми лекарствами, изображения повешения*

Скрытый суицид (косвенное самоубийство) — вид суицидального поведения, не отвечающий его признакам в строгом смысле, но имеющий ту же направленность и результат. Это действия, сопровождающиеся высокой вероятностью летального исхода. В большей степени это поведение нацелено на риск, на игру со смертью, чем на уход из жизни. 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 употребление сильных наркотиков, и самоизоляция.

Изучение проблемы суицида среди молодежи показывает, что в целом ряде случаев подростки решались на самоубийство в целях обратить внимание родителей, педагогов на свои проблемы и протестовали таким страшным образом против бездушия, безразличия, цинизма и жестокости взрослых. Решаются на такой шаг, как правило, *замкнутые, ранимые по характеру подростки от ощущения одиночества, собственной ненужности стрессов и утраты смысла жизни.*

Время года

Больше всего самоубийств регистрируется весной, когда человеческие несчастья контрастируют с цветением окружающей природы. Тусклые краски зимы в какой-то мере гармонируют с душевной подавленностью, но между мрачными переживаниями «Я» и яркими днями весны возникает явный контраст.

Чаще всего молодежь совершает суициды в возрасте от 15 до 24 лет. Хотя встречаются и случаи самоубийства в возрасте 7 лет.

Пол

Невзирая на социо–культуральные, экономические и географические различия, частота суицидов среди мужчин во всем мире значительно выше, чем среди женщин.

Слайд 3

Человек может решиться на самоубийство если:

1. Он социально изолирован (не имеет друзей или имеет только одного друга), чувствует себя отверженным.
2. Живет в нестабильном окружении (серьезный кризис в семье – в отношениях с родителями или родителей друг с другом); алкоголизм – личная или семейная проблема);
3. Ощущает себя жертвой насилия – физического, сексуального или эмоционального.
4. Предпринимал раньше попытки суицида.
5. Имеет склонность к самоубийству (случаи суицида в семье)
6. Перенес тяжелую потерю (смерть кого-то из близких, развод родителей).
7. Слишком критически настроен по отношению к себе.

Слайд 4

Но если человек серьезно задумал совершить самоубийство, то обычно об этом можно догадаться по ряду характерных признаков. Эти люди прямо или косвенно намекают 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!»**

- некоторые из них много шутят на тему самоубийства;
- проявляют нездоровую заинтересованность вопросами смерти;
- начинают раздавать другим вещи, имеющие большую личную значимость;
- окончательно приводить в порядок дела;
- мирятся с давними врагами;
- могут 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.

Слайд 5

Одна из причин подростковых суицидов кроется в семье и специфическом представлении некоторых родителей о «правильном» воспитательном процессе.

Сознание собственной непогрешимости и правоты делает родителей поразительно нетерпимыми, неспособными без оценок, без суждения и поучения просто любить и поддерживать ребенка. Опыт показывает, что суицид чаще случается в тех семьях, где господствует авторитарный стиль воспитания, где все нормы и правила обязательны к выполнению, и ориентация воспитания в основном на внешнее благополучие. В таких семьях можно часто услышать:

-«Я не желаю ничего слышать. Это должно быть сделано.

- «Не позорь меня перед соседями».

Воспитание больше похоже на указания начальника, которому нужен факт и не интересен внутренний мир сотрудника, служащего.

Вместо понимания и сочувствия зачастую можно услышать:

- «Мне бы твои проблемы, вот где денег достать. –А это пройдет!»

Упрекая ребенка, родители, произносят порой слова настолько злобные и оскорбительные, что ими поистине можно убить. Часто слова сказаны в порыве гнева, несдержанности, но родители при этом не думают, что

безобразным своим криком буквально толкают своего ребенка на опасный для жизни поступок.

РОДИТЕЛЯМ СЛЕДУЕТ ПОНИМАТЬ: если скандал уже разгорелся, нужно остановиться, *заставить себя замолчать* (это, к стати ,проще, чем заставить замолчать другого), сознавая свою правоту. Ведь ваша задача по сути в споре с подростком – не доказать свою правоту или авторитет, а оградить ребенка от беды. А подросток очень часто видит перед собой задачу любым способом доказать право на свое мнение и добиться уважения собственных родителей, которые никак не могут смириться с тем, что ребенок вырастет. В состоянии аффекта подросток крайне импульсивен и агрессивен. Любой попавший под руку острый предмет, лекарство в вашей аптечке, подоконник в вашей квартире – все станет реально опасным, угрожающим его жизни.

Если внимательно понаблюдать за семьями, где дети предпринимали попытки самоубийства, то окажется, что их благополучие лишь кажущиеся. На самом деле эти семьи можно отнести в разряд неблагополучных, но не с материальной точки зрения, а с психологической. Все дело во внутрисемейной атмосфере. Ребенок должен знать, что все проблемы можно решить. И именно родители воспитывают эту уверенность в своих силах.

Слайд 6

Давайте ответим с вами на некоторые вопросы, которые помогут увидеть и отразить картину взаимоотношений с вашим ребенком.

1. Рождение вашего ребёнка было желанным?
2. Вы каждый день его целуете, говорите ласковые слова или шутите с ним?
3. Вы с ним каждый вечер разговариваете по душам и обсуждаете прожитый им день?
4. Раз в неделю проводите с ним досуг (кино, концерт, театр, посещение родственников, поход на лыжах и т.д.)?
5. Вы обсуждаете с ним создавшиеся семейные проблемы, ситуации, планы?
6. Вы обсуждаете с ним его имидж, моду, манеру одеваться?
7. Вы знаете его друзей (чем они занимаются, где живут)?
8. Вы в курсе о его время проведении, хобби, занятиях?
9. Вы в курсе его влюблённости, симпатиях?
10. Вы знаете о его недругах, недоброжелателях, врагах?
11. Вы знаете, какой его любимый предмет в школе?
12. Вы знаете кто у него любимый учитель в школе?
13. Вы знаете, какой у него самый нелюбимый учитель в школе?
14. Вы первым идёте на примирение, разговор?

15. Вы не оскорбляете и не унижаете своего ребёнка?

Если на все вопросы вы ответили "ДА", значит, вы находитесь на верном родительском пути, держите ситуацию под контролем и сможете в трудную минуту прийти на помощь своему ребёнку.

А если у вас большинство "НЕТ", то необходимо *немедленно* измениться, повернуться лицом к своему ребёнку, услышать его.

Слайд 7

Ребенок должен знать, что родители всегда его поймут или, по крайней мере, попытаются понять. Поэтому если ребёнок доверил вам свое «горе», не занимайтесь нравоучениями и уж тем более не устраивайте скандал. Этим вы только оттолкнете его и спровоцируете на безрассудные поступки. Прежде всего, дайте ему высказаться и просто пожалейте. У него сейчас нет сил слушать ваши нотации. Разбор полетов отложите на потом, когда ребёнок немного успокоится и сможет более спокойно мыслить. Нельзя смеяться над его горем. Даже если вам эта проблема кажется сущим пустяком. Поэтому радуйтесь, что ребенок со своим горем пришел именно к вам, а не к чужому. Он вам доверяет. А это значит, что совместными усилиями вы легко преодолеете его «большие проблемы». Самое главное, чтобы ребенок знал, что жизнь прекрасна и родители его очень любят.

У меня для вас уважаемые родители, есть небольшой совет, который должен стать для вас законом: подросток заговорил с вами о своем – бросайте мыть посуду, положите телефонную трубку, отложите все свои дела, садитесь напротив, глаза в глаза – и слушайте, вникайте, сопереживайте, думайте вместе! И еще: ребенок, подросток должен знать, что он всегда может рассчитывать на вашу поддержку и помощь.

Из предсмертной записки Маши Н. (11 лет): «Меня никто не любит! Я им не нужна. Папа ушел к другой девочке, наверное, более хорошей, чем я. А мама только и думает, как от меня избавиться. Мамочка я тебя очень люблю, и больше не буду мешать тебе жить! До свидания...». Как потом выяснилось, девочка очень сильно переживала развод родителей. А они не скрывали от Маши свои чувства и выясняли отношения при ней. Именно так Маша узнала, что папа ушел жить к другой девочке (его новая женщина родила ему дочку) и решила, что она чем-то провинилась, раз ее бросили. А последней каплей стал случайно услышанный девочкой телефонный разговор. Мама, считая, что Маша спит, жаловалась подруге, что ребенок помеха в личной жизни и с такой взрослой дочкой она никому не нужна. Маша (воспитанная телевизором и сериалами) выпила упаковку снотворного.

Подросток должен уметь выплескивать отрицательные эмоции, а не замыкаться. Почаще проявляйте к нему нежность. Пусть он видит, что вы его очень любите и всегда готовы прийти на помощь. Также подросток должен видеть, что родители тоже иногда чувствуют боль или страх. Почаще жалейте друг друга. Не вмешивайте детей в решение междоусобных

семейных конфликтов. Оберегайте юную, ранимую душу от скверных ругательств и оскорблений!

Советую родителям не оставлять детей один на один с этой сложной жизнью. Будьте рядом, станьте своему ребенку другом, советчиком, защитником. Не забывайте говорить о своей любви к детям и учите любить их самих.

Слайд 8

Трудности в отношениях с родителями – не единственный фактор, который может довести подростка до самоубийства. Эксперты поясняют: в подростковом возрасте человек воспринимает смерть как что-то обратимое, как некий эксперимент. Во многом этому способствуют компьютерные игры, где у героя много жизней, и если он "погиб", то всегда можно его "оживить". И сделав шаг из окна, жизнь пойдет на перезагрузку, и все проблемы решатся сами собой.

Слайд 9, 10

Расскажите родителям о группах **вконтакте**, о новых играх подростков «Беги и умри» (неожиданное перебегание дороги перед машинами).

Слайд 11

Телефон доверия для детей и подростков

Слайд 12

И в заключении можно сказать одно. Любите своих детей и будьте к ним внимательны! Ваши отношения должны быть тем местом, куда ребенок может возвращаться в любое время и отдыхать. Быть там столько, сколько ему нужно, и только набравшись сил, снова выходить в «большой мир».