

ПРОФИЛАКТИКА СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ:

1. Поддерживать активное общение с ребенком (чаще спрашивать о том, как прошел его день, с кем он общается, как обстоят дела в школе и др.).
2. Проявлять сочувствие, окружать теплом, заботой и вниманием. Демонстрировать ребенку, что Вы его любите таким, какой он есть.
3. Словом и поступком вселять уверенность в силы и возможности ребенка (не порицать, а поддерживать, внушать оптимизм в его действия).
4. Осуществлять контроль за поведением ребенка. Анализировать его отношения со сверстниками, уделять пристальное внимание сменам привычек, его кругу общения.



СУИЦИД – это умышленное самоповреждение со смертельным исходом (лишение себя жизни).

СУИЦИДАЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ – это проявление суицидальной активности – мысли, намерения, высказывания, угрозы, попытки, покушения.

Лучшая профилактика суицидального поведения – своевременно оказанная родительская поддержка и внимание семьи.



Педагог-психолог: З.А.Журавлева

МБОУ ООШ №21
имени И.Е.Яковченко

Профилактика суицида



Ст. Новолеушковская
2021 г.

**ПРИЗНАКИ В ПОВЕДЕНИИ РЕБЕНКА,
КОТОРЫЕ ПОМОГУТ ПОНЯТЬ О НАМЕРЕНИИ
СОВЕРШИТЬ СУИЦИД:**

- Присутствуют признаки стресса
- Ребенок открыто говорит о самоубийстве
- Изменение повседневных привычек, не соблюдение правил личной гигиены
- Перемены в поведении и настроении ребенка
- В беседах появляются темы о суициде, подросток выбирает литературу, социальные группы о смерти

ЧТО НУЖНО ПОНИМАТЬ О ДЕТЯХ:

1. Дети психологически уязвимее взрослых.
2. Более чувствительны к неудачам.
3. Очень непосредственны.
4. Мыслят конкретно, чем взрослые.
5. Не до конца осознают последствия своих поступков.
6. Дети информированы хуже взрослых о последствиях самоповреждающего поведения.

ПОЧЕМУ ДЕТИ ДЕЛАЮТ ЭТО?

- Неразделенная любовь
- Психологическое нездоровье
- Употребление психоактивных веществ
- Конфликты в семье (ссоры, разводы и пр.)
- Конфликты в школе (травля, шантаж, неприятие и пр.)
- Ситуационный фактор (потеря близкого человека, животного и др.).



**СПОСОБЫ, КОТОРЫЕ ПОМОГАЮТ СНЯТЬ
ВНУТРЕННЕЕ НАПРЯЖЕНИЕ, АГРЕССИЮ,
РАЗДРАЖЕНИЕ:**

- Смех
- Позитивная музыка
- Занятие спортом
- Принятие контрастного душа
- Любимое хобби
- Прогулка на свежем воздухе
- Уборка, мытье посуды
- Кинокомедия
- Общение с близкими друзьями
- Переключение вида деятельности
- Глубокие вдохи (до 10 раз)