**Куда можно обратиться за своевременной и профессиональной помощью при суицидальном поведении**

***Кабинет медико-социально-психологической помощи***

***Специалисты кабинета осуществляют:***

*- медико-социально-психологическую помощь лицам, оказавшимся в сложной жизненной ситуации.*

*-консультацию родителей, дети которых находятся в кризисном состоянии*

*-профилактическую работу с учителями, родителями, учениками*

*-лекции и тренинги по профилактике суицидов, преодолению стрессовых ситуаций, разрешению конфликтов.*

***Приём ведут: врач-психиатр, врач-психотерапевт, специалист по социальной работе и медицинский психолог.***

***Телефон кабинета: 47-66-74***

***Телефон анонимного консультирования: 38-01-50***

***адрес: г.Саранск, ул.Лесная д2 (2 этаж)***

***часы работы: с 8.00 до 15.00***

**Материал подготовлен по источникам**: Арнольд О. Дар редчайший, дар бесценны; Волкова А.Н. Психолого-педагогическая поддержка детей суицидентов Вестник психосоциаль- ной и коррекционно-реабилитационной работы. Вронов Е. Что толкает в петлю. Дарк О. Право на смерть//Независимая газета. – 1999 (3 сентября) Лебедев В.И. Личность в экстремальных условиях. Мелихова А. Мышь черная, белая… или профилактика суицида//Учительская газета. – 1999, Научные и организационные проблемы в суицидологии. Павлов И.П. Самоубийство – великая печаль русской жизни//Медицинская газета, 1999 Снайдер Р. Практическая психология для подростков.



***г.Саранск-2017***

***ГБУЗ РМ «Мордовская республиканская клиническая психиатрическая больница»***





"Любовь сильнее смерти, она даёт смысл жизни" (Л.Н.Толстой)

**Что такое суицид и суицидальное поведение, и кто на него способен? (рекомендации по выявлению подростков группы** **суицидального риска)**

***Суицид-*** *это осознанный акт устранения из жизни под воздействием острых психотравмирующих ситуаций, при котором собственная жизнь теряет для человека смысл.*

***Суицидальное поведение****- это проявление суицидальной активности-мысли, намерения, высказывание угрозы, попытка покушения на собственную жизнь.*

*Общей причиной суицида является социально-психологическая дезадаптация, возникающая под влиянием острых психотравмирующих ситуаций, нарушения взаимодействия личности с ее ближайшим окружением. Однако для подростков это чаще всего не тотальные нарушения, а нарушения общения с близкими, с семьей. В категорию детей с суицидальным поведением включаются те, чье поведение и активность наносит вред им самим, их физическому и душевному здоровью.*

*Помочь детям и подросткам, имеющим суицидальное поведение, можно лишь только в том случае, если хорошо понимать причины, приводящие к пренебрежению жизнью.*



**Причины суицидов и суицидального поведения детей и подростков**

*Наиболее частыми причинами суицидов у подростков называют неразделенную любовь, конфликты с родителями или сверстниками, наличие страха перед будущим, или проблемы одиночества.*

*Кроме того, значительно усугубляют ситуацию многократное муссирование случаев самоубийств в средствах массовой информации, а так же — широкая доступность Интернет-ресурсов, отражающих данную тематику.*

*Особенностью подросткового суицида является то, что истинное желание свести счеты с жизнью имеют только 10% из них, все остальные таким образом «кричат» о помощи, пытаясь данной попыткой привлечь внимание значимых людей. Такое поведение носит часто демонстративный характер, может являться «суицидальным шантажом». К сожалению, в том числе, и такие поступки нередко заканчиваются гибелью подростка.*



**На что педагогу стоит обратить внимание при суицидальном поведении подростка**

***Поведение!!!***

*Меняется его поведение. Вы сможете наблюдать у ребенка следующие особенности:*

*-отгораживание от контактов, замкнутость, апатичность, сосредоточенность на себе и, как следствие, внешняя рассеянность;*

*- сниженное настроение;*

*-плохой аппетит или избирательность в еде (это когда ребенок может месяцами питаться пищей одного и того же типа);*

*-пробелов в знаниях, умениях и навыках;*

*- плаксивость;*

*- агрессивность;*

*- расстройства сна;*

*- жалобы на множественные недомогания.*

*-«антивитальные» детские переживания, такие, как например - жизнь бессмысленна. Какой в этом смысл, я ни кому не нужен, зачем мне всё это, всем лучше и проще будет без меня и т.д.*

**Что делать учителю, если он обнаружил опасность**

* *Будьте внимательны к детям*
* *Спросите, можете ли Вы ему помочь и как, с его точки зрения, это сделать лучше.*
* *Не игнорируйте ситуацию*
* *Не оставляйте в одиночестве*
* *Будьте компетентны в данном вопросе, соблюдайте такт, терпение*
* *Если Вы классный руководитель, свяжитесь с родителями ребёнка*
* *Обратитесь к школьному психологу*
* *Попытайтесь убедить родителей и подростка обратиться к специалистам (психолог, врач-невропатолог, врач-психиатр, врач-психотерапевт)*