

Суицид - это умышленное самоповреждение со смертельным исходом.

Люди, совершающие суицид, обычно страдают от сильной душевной боли и находятся в состоянии стресса, а также чувствуют невозможность справиться со своими проблемами.

Подвержены риску суицида дети и подростки с определенными психологическими особенностями:

- Эмоционально чувствительные, ранимые;

- Настойчивые в трудных ситуациях и, одновременно, неспособные к компромиссам;

- Негибкие в общении. Способы взаимодействия с окружающими достаточно однотипны и прямолинейны;

- Склонные к импульсивным, эмоциональным, необдуманным поступкам;

- Склонные к сосредоточенности на эмоциональной проблеме, к формированию сверхзначимого отношения;

- Пессимистичные;

- Замкнутые, имеющие ограниченный круг общения;

Наиболее частые причины проявления суицида:

- Отсутствие доброжелательного внимания со стороны взрослых;

- Резкое повышение общего ритма жизни;

- Социально-экономическая дестабилизация;

- Алкоголизм и наркомания среди родителей;

- Жестокое обращение с подростком, психологическое, физическое и сексуальное насилие;

- Алкоголизм и наркомания среди подростков;

- Неуверенность в завтрашнем дне;

- Отсутствие морально-этических ценностей;

- Потеря смысла жизни;

- Низкая самооценка, трудности в самоопределении;

- Бедность эмоциональной и интеллектуальной жизни;

- Безответная влюбленность;

Для того чтобы уберечь ребенка от совершения суицида необходимо:

- Установить заботливые взаимоотношения с ребенком;

- Быть внимательным слушателем;

- Быть искренними в общении, спокойно и доходчиво спрашивать о тревожащей ситуации;

- Помогать определить источник психического дискомфорта;

- Вселять надежду, что все проблемы можно решить конструктивно;

- Помогать ребенку осознать его личностные ресурсы;

- Оказать поддержку в успешной реализации ребенка в настоящем и помогите определить перспективу на будущее;

Обращать внимание на эмоциональное состояние вашего ребенка. Общаться, обсуждать проблемы.

Учить разрешать их, внушать оптимизм. Если взрослый не справляется сам, чувствует неблагополучие в социальной, эмоциональной сфере своего ребенка, не стесняйтесь обращаться за помощью. Не стоит полагаться на время - что все само собой пройдет и наладится. Проявите бдительность.

Специалисты помогут облегчить страдание вашего ребенка, помогут найти выход из трудной ситуации.