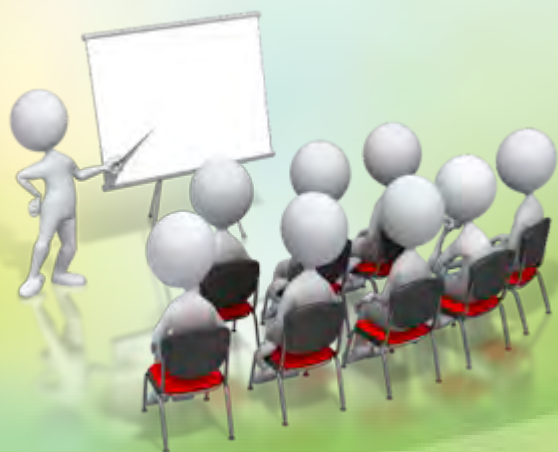


***Родительское собрание
«Профилактика подросткового суицида:
как помочь подростку справиться с депрессией,
разочарованием и психологическими
травмами?»***



***Подготовил: педагог – психолог
МАОУ «СОШ № 13 им. М.К. Янгеля»
Сердюченко Евгения Валерьевна***

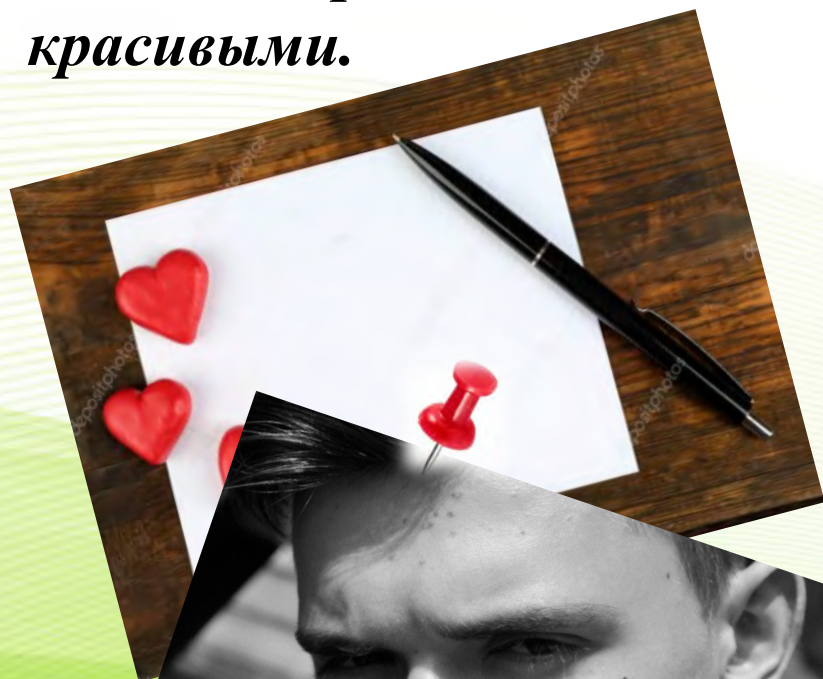
*Святая наука — расслышать друг друга...
Не только расслышать, но и понять и помочь.
Если сделать это вовремя, то, сколько
жизней детей и подростков мы сможем
сохранить.*

Автор неизвестен



Упражнение «Чистый лист»

Все дети приходят в этот мир чистыми, красивыми.



Откуда же берутся потом подростки с повышенной тревожностью, заикленные на негативных эмоциях, с пониженным фоном настроения, с нежеланием жить, трудновоспитуемые и социально запущенные.

Анкетирование родителей

Предлагаю ответить Вам на некоторые вопросы, которые помогут увидеть и отразить картину взаимоотношений с вашим ребенком.

1. Рождение вашего ребенка 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 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 влюбленности, симпатиях?
10. Вы знаете о его недругах, недоброжелателях, врагах?
11. Вы знаете, какой любимый предмет в школе?
12. Вы знаете кто у него любимый учитель в школе?
13. Вы знаете, какой у него самый нелюбимый учитель и почему?
14. Вы первым идете на примирение, разговор?
15. Вы не оскорбляете и не унижаете своего ребенка?



Ассоциативная карта



Суицид – это

Суицид - это преднамеренное лишение себя жизни , как правило, самостоятельное и добровольное.

Подростковый суицид - это крик о помощи, стремление привлечь внимание к своему страданию.

Подросток часто переживает проблемы трех «Н»:

- * непреодолимость трудностей*
- * нескончаемость несчастья*
- * непереносимость тоски и одиночества.*

Отчаявшийся подросток вынужден бороться с тремя «Б»:

- * беспомощностью*
- * бессилием*
- * безнадежностью.*



Формы суицидального поведения



Демонстративное суицидальное поведение - это изображение попыток самоубийства без реального намерения покончить с жизнью, с расчетом на спасение.



Аффективное суицидальное поведение - тип поведения, характеризующийся прежде всего действиями, совершаемыми в состоянии аффекта.



Истинный суицид - намеренное, обдуманное поведение, направленное на реализацию самоубийства, иногда долго вынашиваемое.

Факторы провоцирующие суицид

- употребление алкоголя и наркотиков
- межличностные конфликты
- неразделенная любовь
- одиночество
- насмешки, чувство неполноценности
- травля среды

- ошибки семейного воспитания
- расстройства пищевого поведения (анорексия и булимия)
- конфликт с учителем
- смерть близкого человека
- насилие (физическое, моральное, сексуальное)
- конфликты самооценки

- чувство обиды, стыда и вины
- состояние переутомления
- боязнь быть наказанным за проступок
- действительная или мнимая утрата родительской любви
- пьянство родителей

Знаки, сигнализирующие о суицидальном намерении подростка

- Заметная перемена в обычных манерах поведения;
- Недостаток сна, повышенная сонливость;
- Ухудшение, улучшение аппетита;
- Признаки беспокойства;
- Признаки вечной усталости;
- Неряшливый внешний вид или педантичное отношение к внешнему виду;
- Усиление жалоб на физическое недомогание;
- Склонность к быстрой перемене настроения;
- Отдаление от семьи, друзей;
- Излишний риск в поступках;
- Поглощённость мыслями о смерти или загробной жизни; разговоры о собственных похоронах;
- Необычные вспышки раздражительности или любвеобильности;
- Усиленное чувство тревоги;
- Приобщение к алкоголю, наркотикам, усиление их потребления;
- Раздача в дар ценного имущества;
- Приведение в порядок всех дел;
- Составление записки об уходе из жизни;
- Словесные заявления: *«Ненавижу жизнь», «Они пожалеют, о том, что мне сделали», «Не могу больше этого выносить», «Я покончу с собой».*

*«Ошибки семейного воспитания,
которые могут создать почву для
суицидального поведения
подростков».*





ОШИБКА ПЕРВАЯ.

Родители вольно или невольно провоцируют в ребёнке чувство вины.

ОШИБКА ВТОРАЯ.

Родители жёстко контролируют поведение, распорядок дня, учёбу и даже настроение ребёнка.

ОШИБКА ТРЕТЬЯ.

Родители относятся к ребёнку, как к своей последней игрушке.

ОШИБКА ЧЕТВЕРТАЯ.

Родители стараются объяснять все события в жизни ребёнка внешними причинами, игнорируя возможность самого человека быть хозяином своей судьбы и чувств.

ОШИБКА ПЯТАЯ.

Родители постоянно оберегают ребёнка от ошибок.



Рекомендации для родителей

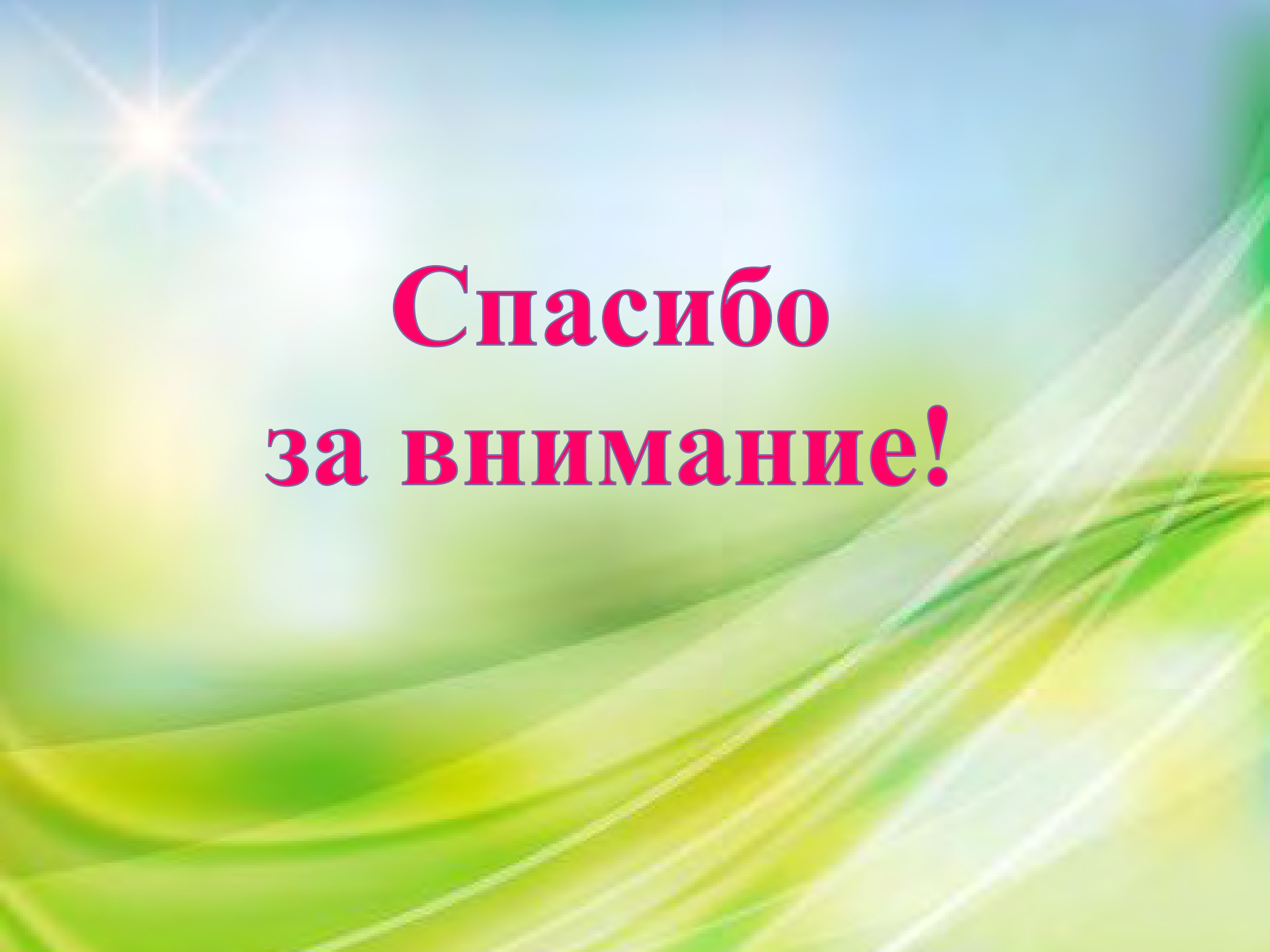
Родителям необходимо учить подростков:

- ✓ **сосредотачивать свое внимание на хорошем;**
уметь видеть окружающий мир с точки зрения возможностей, а не препятствий;
- ✓ **заботиться о себе** с помощью физических упражнений и рационального питания;
- ✓ **уметь сотрудничать с людьми,** ровесниками и взрослыми; получать понимание и социальную поддержку; помнить, что нет ничего плохого в том, чтобы попросить кого-то о помощи;
- ✓ **реализовывать свои возможности** в тех сферах деятельности, где подростку действительно этого хочется: в спорте, в танцах, путешествиях, занятиях искусством.

Методика
«Диета хороших новостей»



**ХОРОШИЕ
НОВОСТИ!**



**Спасибо
за внимание!**