

**МБОУ «Хозанкинская ООШ»**

Родительское собрание

**«Мне плохо, я не хочу жить...» Способы борьбы с суицидальным поведением.**



**Макарова Альбина  
Александровна, классный  
руководитель 7 класса**

2024

## **Цель: рассмотреть проблему суицида и его социальное значение, для выявления возможных путей её решения.**

**На основе цели были поставлены следующие задачи:**

- 1. Изучить и проанализировать юридическую, психологическую и научную литературу, по теме исследования.
- 2. Выявить причины и установить побуждающие факторы подросткового суицида. Дать обоснование проблемы подросткового суицида.
- 3. Провести анализ статистических данных Росстата, Всемирной Организации здравоохранения, МВД РФ и Министерства здравоохранения РФ. Провести анкетирование среди несовершеннолетних в возрасте от 14 до 18 лет и проанализировать;
- 4. Сделать выводы, разработать предложения по законодательному урегулированию данной проблемы, и определить методы профилактической и коррекционной работы по устранению суицида среди несовершеннолетних.

# Классификации суицидального поведения:



- **Истинные.** Действия тщательно продуманы, просчитаны, являются четкой реализацией плана. Им предшествуют изменения мышления, высказываний, поведения. Решение принимается на основе долгих раздумий о смысле жизни, своем предназначении, бессмысленности существования.
- **Демонстративные.** Попытки самоубийства схожи с театральными действиями, организуются с расчетом на присутствие «зрителей».
- **Маскированные.** Скрытые суицидальные действия совершают подростки, осознающие, что самоубийство не является правильным способом решения проблем. Самоубийство реализуется косвенными способами – занятиями экстремальными видами спорта, участием в драках, скоростной ездой на автомобиле, мотоцикле, опасными путешествиями, употреблением наркотиков.

# Законодательное и нормативное правовое регулирование профилактики суицидального поведения обучающихся

- Конституция Российской Федерации.
- Национальная стратегия действий в интересах детей на 2012-2017 годы, утвержденная Указом Президента Российской Федерации от 01.06.2012 г. № 761.
- Федеральный Закон Российской Федерации от 24 июня 1999 г. № 120-ФЗ "Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних".
- Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2010 г. № 436-ФЗ "О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию".
- Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ.

Письмо Министерства здравоохранения РФ от 6 марта 2020 г. N 15-2/И/2-2645 О методических рекомендациях "Суицидальное поведение несовершеннолетних (профилактические аспекты)"

20 июля 2020

Министерство здравоохранения Российской Федерации в соответствии с пунктом 3 комплекса мер до 2020 года по совершенствованию системы профилактики суицида среди несовершеннолетних, утвержденного распоряжением Правительства Российской Федерации от 18.09.2019 N 2098-р "Об утверждении комплекса мер до 2020 года по совершенствованию системы профилактики суицида среди несовершеннолетних" направляет методические рекомендации "Суицидальное поведение несовершеннолетних (профилактические аспекты)" для использования в работе.

## Признаки суицидального поведения:

- ⦿ - постоянная сосредоточенность на проблемах, отсутствие способа их решения, новые потери, видение только негативных сторон жизни, сосредоточенность на смерти;
- ⦿ - изменение эмоционального состояния, слезливость, без явной причины, возрастание раздражительности, нетерпимости, снижение внимания к самому себе, замкнутость, буйное поведение или драки;
- ⦿ - вербальные выражения, предшествующие суицидальным попыткам;
- ⦿ - раздача личных вещей, упорядочивание жизни, составление завещания;
- ⦿ - внезапное улучшение, просветление после периода длительной депрессии

# Тезисы

## Родителям и педагогам необходимо:

- Внимательно слушать собеседника, т.к. подростки часто страдают от одиночества и невозможности излить душу;
- Правильно формулировать вопросы, спокойно и доходчиво расспрашивая о сути тревожащей ситуации и о том, какая помощь необходима;
- Не выражать удивления услышанным и не осуждать ребенка за любые, даже самые шокирующие высказывания;
- Не спорить и не настаивать на том, что его беда ничтожна, что ему живется лучше других; высказывания "у всех есть такие же проблемы" заставляют ребенка ощущать себя еще более ненужным и бесполезным;
- Постараться развеять романтически-трагедийный ореол представлений подростка о собственной смерти;
- Не предлагать неоправданных утешений, но подчеркнуть временный характер проблемы;
- Стремиться вселить в подростка надежду; она должна быть реалистичной и направленной на укрепление его сил и возможностей.



# *Комплекс психолого-педагогических условий, обеспечивающих профилактику суицидального поведения в образовательной среде:*

- выделение ключевых параметров образовательной среды;
- организация психолого-педагогического сопровождения и превенции как его направления;
- обучение педагогического коллектива навыкам раннего распознавания суицидального поведения несовершеннолетних;
- уровневая профилактика суицидов в образовательных организациях на основе внедрения индивидуальных и групповых программ по формированию навыков адаптивного поведения;
- совместная деятельность образовательных организаций и отдельных социальных институтов по предотвращению суицидального поведения молодежи.

# *Основные условия успешной реализации модели психолого-педагогического сопровождения профилактики суицидального поведения несовершеннолетних*

1. Микросоциальные (школьные) условия;
2. Понимание руководителями школы и педагогическим коллективом значимости решения вопросов формирования, сохранения и укрепления здоровья учащихся в процессе получения ими образования, присутствие фактора социального одобрения деятельности, отнесенной к здоровому образу жизни;
3. Формирование у школьников в процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей и значимой мотивации на соблюдение норм и правил ЗОЖ;
4. Конструктивная политика школы в отношении здоровья и личностного развития детей
5. Специальная профессиональная подготовка учителей, участвующих в реализации данной модели.



## *Если замечена склонность школьника к самоубийству, следующие советы помогут изменить ситуацию:*

- 1. Внимательно выслушайте подростка, решившегося на самоубийство. Приложите все усилия, чтобы понять проблему, скрытую за словами.
- 2. Оцените серьезность намерений и чувств ребенка. Если он уже имеет конкретный план самоубийства - ему срочно нужна помощь.
- 3. Оцените глубину эмоционального кризиса. Замечайте детали. Например, если человек, находившийся в состоянии депрессии, вдруг начинает проявлять бурную деятельность - это может служить основанием для тревоги.
- 4. Внимательно отнеситесь ко всем, даже самым незначительным обидам и жалобам. Не пренебрегайте ничем из сказанного. Подросток может не давать волю чувствам, скрывая свои проблемы, но в то же время находиться в состоянии глубокой депрессии.
- 5. Не бойтесь прямо спросить ребенка, не думает ли он (или она) о самоубийстве. Часто подросток бывает рад возможности открыто рассказать о своих проблемах.

Уважаемые родители! Обращайте внимание на эмоциональное состояние вашего ребенка. Общайтесь, обсуждайте проблемы, учите их разрешать, внушайте оптимизм. Если вы не справляетесь сами, чувствуете неблагополучие в социальной, эмоциональной сфере вашего ребенка, не стесняйтесь обращаться за помощью. Не надейтесь, что все само собой пройдет и наладится. Проявите бдительность. Специалисты помогут облегчить страдания вашего ребенка, найдут выход из трудной ситуации.



## Основные формы работы с несовершеннолетними по профилактике суицидального риска:

- обеспечение адаптации к школе, выявление группы детей, испытывающих различные трудности в обучении, поведении и самочувствии;
- меры по предупреждению конфликтных ситуаций среди обучающихся;
- мониторинг;
- развивающие занятия;
- индивидуальные и групповые коррекционные занятия, консультации;
- консультации ребенка и родителей;
- горячая линия.

## Ответьте на некоторые вопросы, которые помогут увидеть картину ваших взаимоотношений с ребенком.

- 1. Вы каждый день целуете ребенка, говорите ласковые слова или шутите с ним?
- 2. Вы с ним каждый вечер разговариваете по душам и обсуждаете прожитый им день?
- 3. Раз в неделю проводите с ним досуг (походы в кино, концерт, театр, посещение родственников, катание на лыжах и т. д.)?
- 4. Вы обсуждаете с ним создавшиеся семейные проблемы, ситуации, планы?
- 5. Вы обсуждаете с ним его имидж, моду, манеру одеваться?
- 6. Вы знаете его друзей (чем они занимаются, где живут)?
- 7. Вы знаете о его времяпровождении, хобби, занятиях?
- 8. Вы в курсе его влюбленности, симпатий?
- 9. Вы знаете о его недругах, недоброжелателях, врагах?
- 10. Вы знаете, какой его любимый предмет в школе?
- 11. Вы знаете, кто его любимый учитель?
- 13. Вы знаете, кто его нелюбимый учитель?
- 14. Вы первым идете на примирение, разговор?
- 15. Вы не оскорбляете и не унижаете своего ребенка?



# Подсчет результатов:

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 ребенку. Если же большинство ответов "нет", необходимо немедленно изменить поведение, услышать и понять подростка, пока не случилась беда!



## *Телефоны доверия и горячих линий*

- Всероссийский детский телефон доверия 8 (800) 200-01-22 (звонок из любого региона РФ бесплатный, абонент попадает в службу своего региона, круглосуточно, анонимно).
- Телефон неотложной психологической помощи Московской службы психологической помощи населению 051 - звонок возможен только со стационарных городских телефонов, не мобильных, (круглосуточно, анонимно, бесплатно).
- Детский телефон доверия Центра экстренной психологической помощи ГБОУ ВПО «Московский городской психолого-педагогический университет» 8 (495) 624-60-01.
- Научно-практический центр психического здоровья детей и подростков,  
Адрес: 119334, г. Москва, 5-й Донской пр-д., д. 21А, тел. справочной службы:  
8 (495) 952-49-20.
- Кризисный центр при больнице № 20 (с 15 лет), тел: 8 (495) 471-11-38 (с 9.00 до 14.00 кроме сб., вс.), госпитализация - тел.: 8 (495) 471-21-63.
- Отделение суицидологии ФГБУ «Московский НИИ психиатрии» Минздравсоцразвития РФ, тел.: 8 (495) 963-75-72 (консультации с возможной госпитализацией).
- Городская клиническая психиатрическая больница № 15, Медико-педагогический лечебно-реабилитационный центр по подростковой психиатрии для детей 15-18 лет.
- Психоневрологическая, консультативная, лечебно-реабилитационная и медико-педагогическая помощь, тел.: 8 (495) 324-54-89 - справочная; 8 (495) 324-54-59 - приемное отделение; 8 (495) 324-41-05 - клиничко-диагностическое лечебно-реабилитационное отделение.
- Московская служба психологической помощи населению (отделения по всем округам г. Москвы), тел.: 8 (499) 173-09-09 - запись на прием.

# Спасибо за внимание!

Детский суицид - это то, чего практически всегда можно избежать. Главное, что для этого необходимо - это вовремя заметить тревожные сигналы.

