

Памятка для родителей по профилактике суицида

Суицид - намеренное, умышленное лишение себя жизни. Суицид может иметь место, если проблема, конфликт остается актуальной и нерешенной в течение длительного времени, и при этом ребенок ни с кем из своего окружения не делится личными переживаниями.

Будьте бдительны! Суждение, что люди, решившиеся на суицид, никому не говорят о своих намерениях, неверно.



Ребенок может прямо говорить о суициде, может рассуждать о бессмысленности жизни, что без него в этом мире будет лучше.

Должны насторожить фразы типа «*все надоело*», «*ненавижу всех и себя*», «*пора положить всему конец*», «*когда все это кончится*», «*так жить невозможно*», вопросы «*а что бы ты делал, если бы меня не стало?*», рассуждения о похоронах.

Тревожным сигналом является попытка *раздать все долги, помириться с врагами, раздарить свои вещи, особенно с упоминанием о том, что они ему не понадобятся.*

Также следует обратить особое внимание на:



- ✗ утрату интереса к любимым занятиям, снижение активности, апатия, безволие;
- ✗ появление тяги к уединению, отдаление от близких людей;
- ✗ резкие перепады настроения, неадекватная реакция на слова, беспричинные слезы;
- ✗ плохое поведение в школе, прогулы, нарушения дисциплины;
- ✗ склонность к риску и неоправданным и опрометчивым поступкам;
- ✗ потеря аппетита, плохое самочувствие, бессонница, кошмары во сне;
- ✗ стремление привести дела в порядок, подвести итоги, просить прощение за все, что было;
- ✗ самообвинения или наоборот - признание в зависимости от других;
- ✗ шутки и иронические высказывания либо философские размышления на тему смерти.