



Краевое государственное автономное учреждение социальной защиты «Камчатский центр социальной помощи семье и детям «СЕМЬЯ»



## Что важно знать о суициде?

информация для родителей

г. Петропавловск-Камчатский,  
ул. Ключевская, д. 28  
Тел. (84152)46-77-96

## Суицид – это преднамеренное лишение себя жизни.

### Суицид - основная причина смерти сегодняшней молодёжи

*Услуги экстренной психологической помощи — тел. 8-800-2000-122*

#### Семейный многофункциональный центр

г. Петропавловск-Камчатский,  
ул. Ключевская, д. 28

<https://kamsoccentr.ru/about/SMFC/>

Тел. 8 (4152) 46-78-02, 42-75-03

#### Подростковое пространство «ПОРТАЛ»

Петропавловск-Камчатский,  
ул. Матросова д. 37.

Тел. 8(4152)43-28-02, 46-31-85

<https://t.me/familyterritorykam>

Режим работы:

Понедельник – Четверг 9.00 – 19.30

Пятница 09.00 – 16.00

Суббота 10.00—17.00

Обед с 12.12– 13.00

Пятница 09.00—16.00



#### **Что Вы можете сделать?**

- будьте внимательны к своему ребенку;
- умейте показывать свою любовь к нему;
- откровенно разговаривайте с ним;
- умейте слушать ребенка;
- не бойтесь прямо спросить о самоубийстве;
- не оставляйте ребенка один на один с проблемой;
- предлагайте конструктивные подходы к решению проблемы;
- вселяйте надежду, что любая ситуация может разрешиться конструктивно;
- привлечите к оказанию поддержки значимых для ребенка лиц;
- обратитесь за помощью к специалистам.

#### **Чего нельзя делать?**

- не читайте нотации;
- не игнорируйте человека, его желание получить внимание;
- не говорите «Разве это проблема?», «Ты живешь лучше других» и т.д.;
- не спорьте;
- не предлагайте неоправданных утешений;
- не смейтесь над подростком.

**Иногда в жизни случаются такие ситуации, когда начинает казаться, что ничего нельзя исправить, а душевная боль никогда не кончится... В такой момент могут посетить мысли о нежелании жить...**

**Внимание окружающих может предотвратить беду!**

### **Что важно знать о суициде?**

1. Как правило, суицид не происходит без предупреждения;
2. Суицид можно предотвратить;
3. Разговоры о суициде не наводят подростков на мысли о суициде;
4. Суицид не передаётся по наследству;
5. Суициденты, как правило, психически здоровы;
6. Тот, кто говорит о суициде, совершает суицид;
7. Суицидальные подростки считают, что их проблемы серьёзны;
8. Суицид, следствие не одной неприятности, а многих;
9. Самоубийство может совершить каждый;
10. Чем лучше настроение у суицидента, тем больше риск;
11. Самое важное: друг может предотвратить самоубийство!

**Если вас что-то беспокоит в поведении вашего ребенка —скорее обратитесь к нам!**

**Мы готовы оказать вам помощь!**

### **Формы проявления суицидального поведения**

#### **ВНУТРЕННИЕ ПРОЯВЛЕНИЯ**

**Антивитаальные представления** (т.е. *размышления об отсутствии ценностей жизни*);

**Пассивные суицидальные мысли** (*представления на тему своей смерти вообще при отсутствии общего замысла самовольное лишение себя жизни «хорошо бы умереть» и т.д.*);

**Суицидальные замыслы** (*характеризуются уже разработкой плана самоубийства продумыванием его деталей*).

**суицидальные намерения предполагают принятие решения на самоубийство.**

#### **ВНЕШНИЕ ПРОЯВЛЕНИЯ**

**суицидальные высказывания;**  
**суицидальные попытки** (*целенаправленное оперирование средствами лишения себя жизни, не заканчивающееся смертью*).

**завершённый суицид.**

#### **Признаки готовящегося суицида:**

- угрожает покончить с собой;
- отмечается резкая смена настроения;
- раздает любимые вещи;
- «приводит свои дела в порядок»;
- становится агрессивным, бунтует, не желает никого слушать;
- живет на грани риска, не бережет себя,
- утратил самоуважение.

### **Почему ребенок решается на самоубийство?**

- нуждается в любви и помощи;
- чувствует себя никому ненужным;
- не может сам разрешить сложную ситуацию;
- накопилось множество нерешенных проблем;
- боится наказания;
- хочет отомстить обидчикам;
- хочет получить кого-то или что-то.

#### **В группе риска – подростки, у которых:**

- сложная семейная ситуация;
- проблемы в учебе;
- мало друзей;
- нет устойчивых интересов, хобби;
- перенесли тяжелую утрату;
- семейная история суицида;
- склонность к депрессиям;
- употребляющие алкоголь, наркотики;
- ссора с любимой девушкой или парнем;
- жертвы насилия;
- попавшие под влияние деструктивных религиозных сект или молодежных течений.

**Вы можете обратиться за помощью к специалистам Подросткового пространства «ПОРТАЛ» или Семейного МФЦ.**

**Помощь вам могут оказать анонимно по телефону 8-800-2000-122**