



*МЫ
ВЫБИРАЕМ
ЖИЗНЬ!!!*

Остановись...

тебе стоит жить!



10 сентября

отмечается Международный день предотвращения самоубийств.

Самоубийства по самым разным причинам остаются актуальной проблемой. По данным ВОЗ, самоубийство является крупнейшей проблемой человечества, ежегодно суицид становится причиной смерти миллиона человек. Кроме того, самоубийство - одна из основных причин смертности в глобальном масштабе, прежде всего - среди молодежи.



Что такое суицид?

- Самоубийство, суицид (suicide) – сознательный отказ человека от жизни, связанный с действиями, направленными на ее прекращение.





**По официальной
статистике,
каждый год
совершают
самоубийство
1 100 000
человек, среди
них 55 тысяч в
России**



Количество самоубийств в России

- В 2014 году в России погибло в результате суицидов:
 - 8 детей в возрасте от 5 до 9 лет;
 - 355 детей возраста от 10 до 14 лет;
 - 2644 подростка и молодых человека возраста от 15 до 19 лет (каждый двенадцатый подросток).



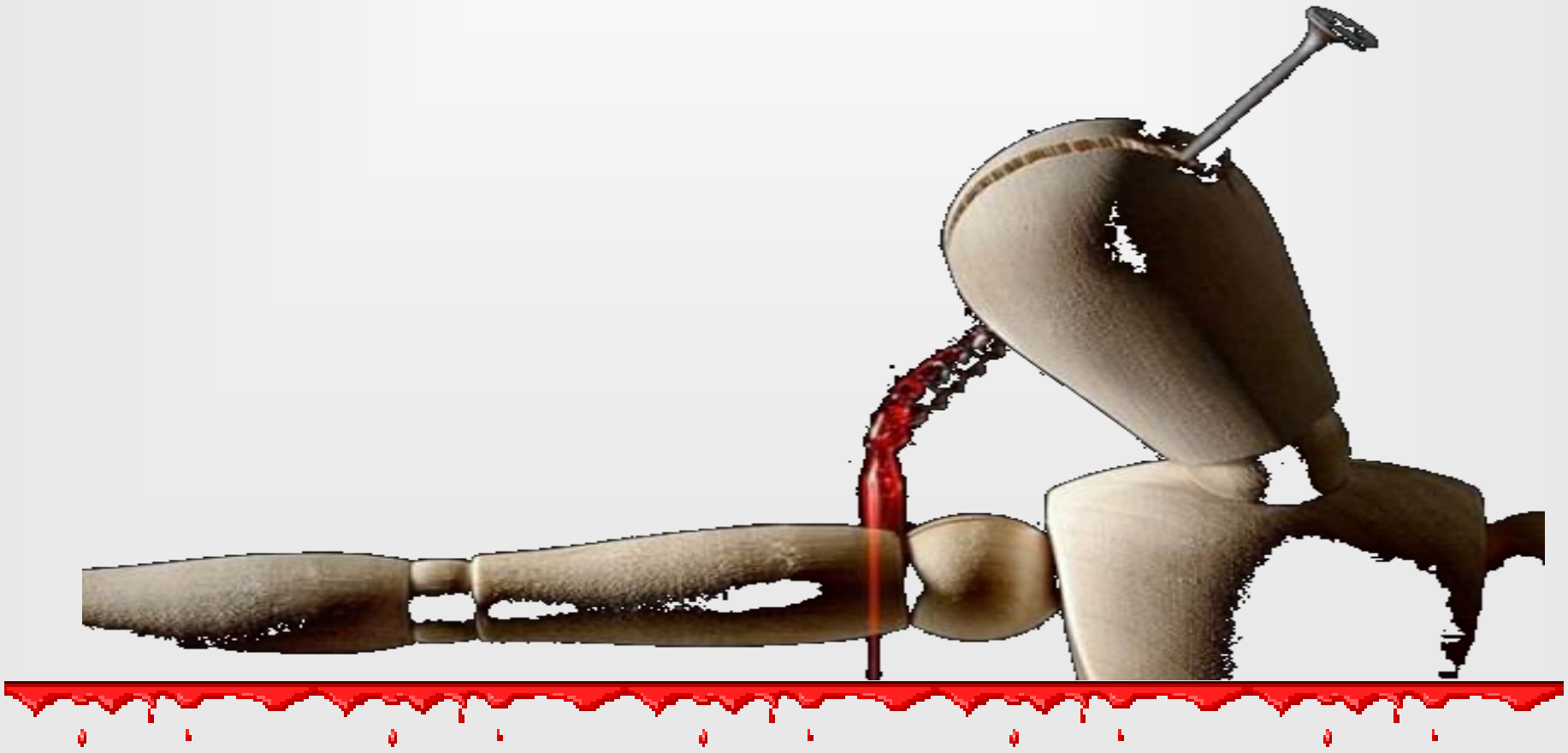
Чаще подвержены:

- ❑ **страдающие тяжелыми соматическими или психическими заболеваниями;**
- ❑ **имеющие межличностные любовные конфликты;**
- ❑ **люди с повышенной тревожностью, заикленные на негативных эмоциях, с пониженным фоном настроения;**
- ❑ **люди, которые по тем или иным причинам считают себя виновными в проблемах близких людей.**



Виды суицидов

- Существует классификация суицидов:
истинный, скрытый, демонстративный.



- **Истинный суицид**
Никогда не бывает спонтанным. Такому суициду всегда предшествуют угнетенное настроение, депрессивное состояние или просто мысли об уходе из жизни. Причем окружающие, даже самые близкие люди, нередко такого состояния человека не замечают.



❑ **Скрытый суицид**

- ❑ **Это завуалированное самоубийство. Человек погибает от внешних сил, по большей части, им же спровоцированных. Например, рискованная езда на автомобиле, занятия экстремальными видами спорта, алкогольная или наркотическая зависимость...**



- **Демонстративный суицид**
Самоубийство, как способ привлечь внимание к своей личности, оказание давления на окружающих лиц с целью изменения конфликтной ситуации в благоприятную сторону. *Проявляется в виде порезов вен, отравлении лекарствами, изображения повешения.*



- **Считается, что болезнью самоубийц является депрессия — до 70% депрессивных больных обнаруживают суицидальные тенденции, а 15% из них совершают самоубийства. Поэтому проблема самоубийств — это проблема депрессий.**



ВОЗ насчитывает 800 причин самоубийств. Из них:

- -41% - неизвестны
- 19% - страх перед наказанием
- 18% – душевная болезнь
- 18% - домашние огорчения
- 6% - страсти
- 3% - денежные потери
- 1,4% - пресыщенность жизнью
- 1,2% - физические болезни.



Причины суицида

Призыв

Способ попросить помощи

Уход от проблем

Потеря надежды изменить жизнь к лучшему

Мсть

Попытка сделать больно другому человеку: «Они еще пожалеют»

Самонаказание

Ребенок решает, что он не заслуживает права жить, желает облегчить жизнь своей семье

Бегство от наказания

Совершил проступок, знает, что за этим последует наказание, легче самому уйти из жизни



- ❑ **Слишком жесткое воспитание** в виде морализаторства, очень строгого контроля и запретов, лишаящих свободы личного выбора (запрет на друзей, любимые занятия, игры, предпочитаемую одежду)
- ❑ **Конфликты с друзьями**
Чувство мести и бессильной злобы могут способствовать суициду
- ❑ **Несчастливая любовь, одиночество**
- ❑ **Страх перед будущим**
- ❑ **Потеря смысла жизни**
- ❑ **Подражание кумирам**



(с) Копирайт

RC-MIR.com

**Высокие ожидания,
повышенные притязания к
успехам ребенка, критика и
наказание со стороны родителей,
перегрузки и строгие требования
в школе, прессинг успеха**

Искренне желающие ребенку добра близкие постоянно настраивают его на обязательный успех: поступление в вуз, получение престижной профессии. В такой ситуации подросток просто вынужден тянуться за хорошими отметками, доказывать, что он лучше, умнее, успешней других своих сверстников.



Признаки готовящегося самоубийства

- ❑ 80 % задумавших совершить самоубийство предварительно дают знать о своих намерениях окружающим. Способы сообщения могут быть завуалированы, и чрезвычайно необходимо их понять!



Словесные признаки

- ❑ Часто говорит о своем душевном состоянии, о своей никчемности, беспомощности, о своем безнадежном положении.
- ❑ Шутит на тему самоубийства.
- ❑ Проявляет нездоровую заинтересованность вопросами смерти. Упоминает об эпизодах суицидов в фильмах и романах.



Поведенческие признаки

- ❑ Раздача ценных вещей Люди, собирающиеся уйти из жизни, часто раздают вещи, которые очень многое для них значат. Это должно насторожить окружающих, особенно, если это преподносится со словами: «Мне эта вещь больше уже не понадобится» или «Я хочу, чтобы у тебя что-то осталось от меня на память»
- ❑ Приведение дел в порядок Одни кинутся убирать дом, другие поспешат расплатиться с долгами, вымыть пол в комнате, разобрать ящики письменного стола. Во всех этих поступках нет ничего подозрительного; напротив, сам по себе каждый из них совершенно нормален и закономерен. Однако в сочетании с другими «предупреждающими знаками» такая вдруг возникшая тяга к порядку может означать, что подросток долго задерживаться в этом мире не собирается
- ❑ Прощание
- ❑ Демонстрируют радикальные перемены Вдруг начинают вести себя непривычно



Ситуационные признаки

- ❑ Социально
изолирован
- ❑ Живет в
нестабильном
состоянии
- ❑ Ощущает себя
жертвой насилия
- ❑ Перенес тяжелую
потерю



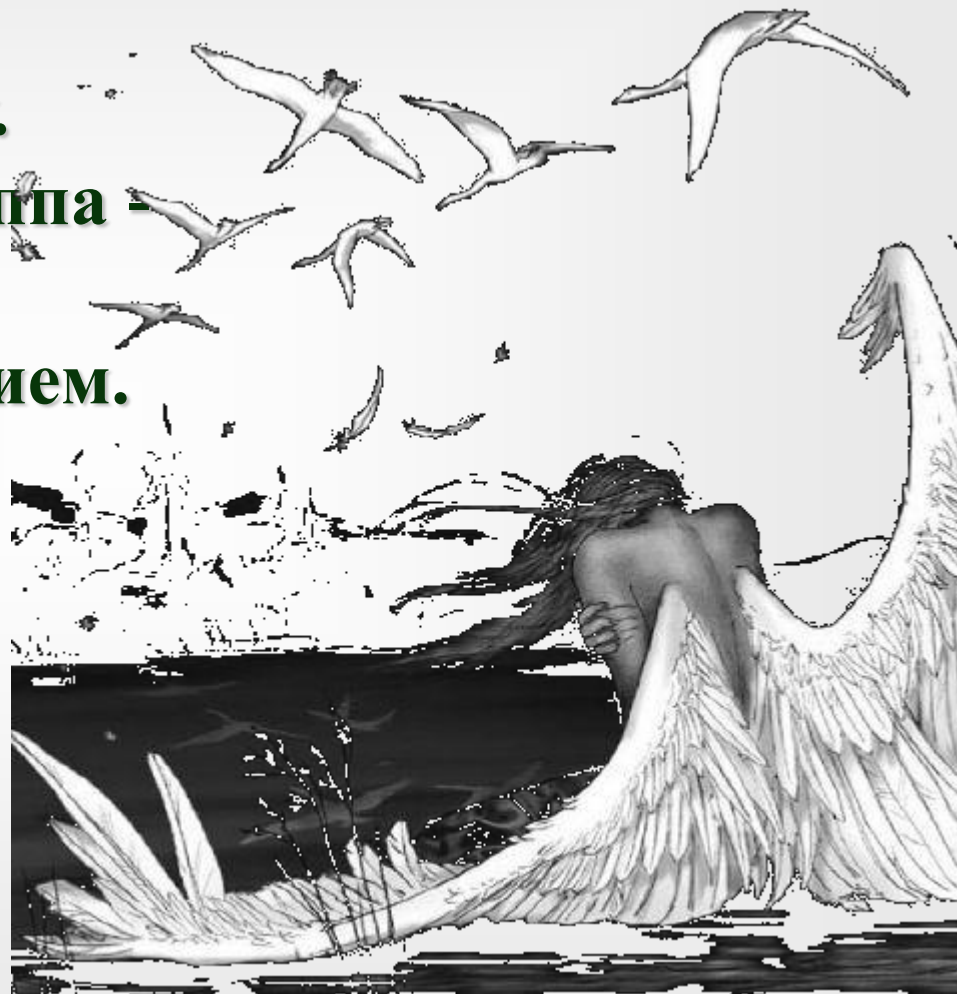
□ Прощальные записки

оставляют 44%
самоубийц. Они
адресованы:

- «всем» - 20%,
- близким – 12%,
- начальникам – 8%,
- никому – 4%.



- **Образование** - люди с высоким уровнем образования менее склонны к суициду. Самая опасная группа - люди с неполным средним образованием.



■ **Взаимоотношения:**

- Общались с широким кругом людей – 24%
- С несколькими людьми – 60%
- Были замкнуты и избегали общения – 16%



- ❑ **Общественные катаклизмы** оказывают непосредственное влияние на число суицидов. Экономические кризисы влияют не только на материальное, но и на психическое состояние. В этой ситуации будущее кажется крайне неопределенным, а самоубийство - единственным приемлемым решением.



- 12% после неудачной попытки суицида в течение двух лет повторяют ее и достигают желаемого. 80% покончивших с собой, пытались сделать это в прошлом по крайней мере однажды.



- ❑ **С начала 19 века наблюдается постоянное и равномерное возрастание статистики самоубийств во всех странах мира.**
- ❑ **По прогнозу ВОЗ к 2020 ежегодно будут кончать самоубийством**
- ❑ **1 500 000 человек.**



Как предотвратить суицид?



- **Гармоничные
отношения в
семье,
предполагающие
создание и
сохранение
теплых
и доверительных
отношений с
ребенком**





- **Воспитывать
позитивный
взгляд на все
аспекты
жизни**

▣ Вовлечь подростков
в полезные виды
деятельности



- **Подросток должен помнить о том, что в трудной жизненной ситуации он может обратиться к людям, которым доверяет: родителям, классному руководителю, психологу**



Телефон доверия для детей, подростков и родителей

8-800-300-83-83, 385-73-83

Телефон экстренной помощи

8-800-300-11-00

Интернет консультирование

ICQ 648092345

vk.com/id270527095

Свердловская областная клиническая психиатрическая больница:

☞ *Детское диагностическое отделение.* Телефон: (343) 320-36-93.

☞ *Отделение №35 - детский психиатрический стационар.* Телефон: (343) 320-32-00.

☞ *Наркологическое диспансерное отделение.* Телефон: (343) 330-48-36 (регистратура).

Отделение невротических и кризисных состояний детей и подростков.

Телефон: (343) 320-36-93, 320-36-94

Адрес: Екатеринбург, ул. Индустрии, 100 А.

**Недопустимо открытое прямое публичное
обсуждение с несовершеннолетними
суицидальных случаев зачастую цена
подобных мероприятий (родительских
собраний, классных часов) – жизнь кого-то
из подростков, так как в подростковой
среде возможно повторение суицидальных
попыток по механизму подражания,
заражения, протестной реакции и др.**

Спасибо за внимание!

**Остановись на полдороге,
Доверься небу, как себе,
Подумай – если не о боге –
Хотя бы просто о себе.**

