**Подростковый суицид**

**Памятка для взрослых**

**ЧЕРТЫ ПОДРОСТКОВОГО СУИЦИДА**

**кратковременные конфликты в сферах близких отношений (в семье, школе, группе);**

**конфликт воспринимается как крайне значимый и травматичный, вызывая внутренний кризис и драматизацию событий;**

**суицидальный поступок воспринимается в романтически-героическом ореоле: как смелый вызов, как решительное действие, как мужественное решение и т.п.**

**суицидное поведение демонстративно, в нем есть признаки "игры на публику";**

**суицидальное поведение регулируется скорее порывом, аффектом, в нем нет продуманности, взвешенности, точного просчета;**

**средства самоубийства выбраны неумело (прыжок с балкона 2-3 этажа, малотоксические вещества, тонкая веревка и т.п.).**

**ПРИЧИНЫ ПРОЯВЛЕНИЯ СУИЦИДА**

**Отсутствие доброжелательного внимания со стороны взрослых**

**Резкое повышение общего ритма жизни**

**Социально-экономическая дестабилизация**

**Алкоголизм и наркомания среди родителей**

**Жестокое обращение с подростком, психологическое, физическое и сексуальное насилие**

**Алкоголизм и наркомания среди подростков**

**Неуверенность в завтрашнем дне**

**Отсутствие морально-этических ценностей**

**Потеря смысла жизни**

**Низкая самооценка, трудности в самоопределении**

**Бедность эмоциональной и интеллектуальной жизни**

**Безответная влюбленность**

**Общей причиной суицида является социально-психологическая дезадаптация, возникающая под влиянием острых психотравмирующих ситуаций, нарушения взаимодействия личности с ее ближайшим окружением. Однако для подростков это чаще всего не тотальные нарушения, а нарушения общения с близкими, с семьей.**

**ПРЕДПОСЫЛКИ ПРОЯВЛЕНИЯ**

**Биологические**

**Личностные (напряжение потребностей и желаний, неумение найти способы их удовлетворения, отказ от поиска выхода из сложных ситуаций, низкий уровень самоконтроля, неумение ослабить нервно-психическое напряжение, эмоциональная нестабильность, импульсивность, повышенная внушаемость, бескомпромиссность и отсутствие жизненного опыта)**

**Социальные**

**ЧТО МОЖЕТ УДЕРЖАТЬ:**

**Установите заботливые взаимоотношения с ребенком**

**Будьте внимательным слушателем**

**Будьте искренними в общении, спокойно и доходчиво спрашивайте о тревожащей ситуации**

**Помогите определить источник психического дискомфорта**

**Вселяйте надежду, что все проблемы можно решить конструктивно**

**Помогите ребенку осознать его личностные ресурсы**

**Окажите поддержку в успешной реализации ребенка в настоящем и помогите определить перспективу на будущее.**