



ПРИЧИНЫ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ ДЕТЕЙ: разбираемся со специалистами



О нарушениях может сказать странное поведение подростка, а именно:

- заявление о желании убить себя, поиск в сети вариантов суицида, пассивные суицидальные мысли;
- уход из дома;
- тяжёлое событие в жизни ребёнка (развод родителей, конфликты с друзьями и одноклассниками, гибель кумира);
- «завершение дел»: раздаривание личных вещей, улаживание отношений, составление писем, встречи со значимыми людьми.
- плохое настроение (более 10-14 дней), переживания по поводу бессмысленности жизни, одиночества, покинутости, ложной вины;
- агрессивное поведение или причинение вреда самому себе;
- бессонница, изменение вкусов, эмоционального состояния (агрессия, грубость, замкнутость);
- изменение круга общения, потеря интереса к:

ЛЮБЫМ ЗНАЧИМЫМ АСПЕКТАМ ЖИЗНИ

ХОББИ

СПОРТУ

Как вести себя родителям, если поведение ребёнка изменилось и вызывает опасение?



Замечать даже незначительные перемены в настроении подростка и несвойственные для него:

- состояния
эйфорию, чрезмерную радость, тревожность или апатию;
- предпочтения
изменение стиля одежды, появление пирсинга, татуировок.



Проявлять интерес к эмоциональному состоянию ребёнка и его переживаниям, даже если проблемы кажутся незначительными.



Не сравнивать ребёнка со сверстниками, подсвечивая его негативные черты, провоцировать нездоровую конкуренцию и безосновательную соревновательность может быть опасно.



Внимательно относиться к потребностям подростка в семье, межличностному общению и заботе, особенно при появлении младших детей.



Исключить использование слов, которые смогут побудить ребёнка к самоубийству:

Например:

- «если тебя не будет»;
- «от тебя одни проблемы»;
- «ты портишь мне жизнь»;
- «исчезни».



Чаще всего такие высказывания произносятся на эмоциях, но ребёнок может не почувствовать разницы и принять это как единственную возможность получить одобрение.

Что может помочь подростку найти радость в жизни?



Внимание взрослых к его жизни:

кругу общения, музыкальным и игровым предпочтениям, группам общения в Сети и другим хобби.

Совместное времяпрепровождение:

Например, интересные для всех членов семьи фильмы, концерты, игры, экскурсии, спортивные мероприятия.



Консультации с психологами

в рамках индивидуальной или семейной терапии.