

# Профилактика суицидального поведения



*Когда мы теряем ребёнка из-за болезни или несчастного случая - это огромная горе, но когда ребёнок сам прерывает свой жизненный путь - это непоправимая трагедия.*

Суицид – умышленное самоповреждение со смертельным исходом (лишение себя жизни). Суицидальное поведение – это проявление суицидальной активности – мысли, намерения, высказывания, угрозы, попытки, покушения. Одно из форм девиантного поведения при острых аффективных реакциях.

## Причины:

- ⊗ Проблемы и конфликты в семье.
- ⊗ Насилие в семье.
- ⊗ Несчастливая любовь.
- ⊗ Подражание кумирам или из чувства коллективизма.
- ⊗ Потеря родственников и близких.

## Что можно сделать для того, чтобы помочь:

- ⊗ Подберите ключи к разгадке сложившейся ситуации.
- ⊗ Установите заботливые взаимоотношения.
- ⊗ Не спорьте.
- ⊗ Будьте внимательным слушателем
- ⊗ Задавайте вопросы.
- ⊗ Не предлагайте неоправданных утешений.
- ⊗ Предложите конструктивные подходы.
- ⊗ Вселяйте надежду.
- ⊗ Оцените степень риска самоубийства.
- ⊗ Не оставляйте человека одного в ситуации высокого суицидального риска.
- ⊗ Обратитесь за помощью к специалистам.
- ⊗ Важность сохранения заботы и поддержки.



## Признаки, предупреждающие о возможности суицида:

- ◆ перемены в поведении - уединение, рискованное поведение;
- ◆ проблемы в учёбе - падение успеваемости, эмоциональные взрывы, засыпание на уроках;
- ◆ признаки депрессии - перемены в питании и времени сна, беспокойство, безнадежность;
- ◆ чувства вины, потеря интереса;
- ◆ устные заявления - «Я желаю быть мёртвым», «Оставь меня в покое»;

- ◆ темы о смерти - накопительный интерес к данной тематике, усиленное внимание к оккультизму, тяжёлому металлу в музыке;
- ◆ вызывающая одежда;
- ◆ предыдущая суицидальная попытка;
- ◆ подростки практически не умеют (и не способны) справляться с трудностями;
- ◆ сексуальное или физическое злоупотребление;
- ◆ употребление, а в последствие, и злоупотребление алкоголем;
- ◆ неожиданная беременность;
- ◆ наличие среди знакомых тех, кто ранее практиковал суицид.

### ***Первая помощь при суициде.***

1. Если Вы стали свидетелем самоубийства, а у Вас нет времени на преодоление собственного эмоционального шока, нужно принять быстрые действия.
2. Необходимо вызвать помощь по телефону: 103
3. Попытаться оказать первую доврачебную помощь:



- ✓ остановить кровотечение - на вены наложить давящую повязку, на артерии (пульсирующая алая струя)- жгут выше раны;
- ✓ при повешении часто травмируются шейные позвонки, потому, после того как пострадавшего вынули из петли, надо избегать резких движений;
- ✓ если нет пульса, проводить непрямой массаж сердца и искусственное дыхание до прибытия бригады скорой помощи; при отравлении - вызвать рвоту, если человек в сознании!
- ✓ при бессознательном состоянии следить за проходимость дыхательных путей и повернуть голову на бок, чтобы не запал язык;
- ✓ если пострадавший может глотать, принять 10 таблеток активированного угля,
- ✓ если пострадавший в сознании - необходимо поддерживать с ним постоянный!!! контакт, психологически не оставляя его одного!!!



**НОВЫЙ ДЕНЬ —  
ЭТО ПОДАРОК!**

***Социально-педагогическая  
и психологическая служба***