

**Информационный материал
по профилактике суицидального поведения подростков
для классных руководителей для использования
на родительских собраниях**

Когда мы теряем ребёнка из-за болезни или несчастного случая – это огромное 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. Одна из форм девиантного поведения при острых аффективных реакциях.

В крае имеются такие случаи, поэтому необходимо сегодня каждому задуматься о поведении своего ребенка.

По предварительным данным за истекший период 2024 года в крае совершена 51 попытка суицида (за 2023 год – 68).

Совершено 23 суицида (за 2023 г. – 27). Из 23 несовершеннолетних, совершивших суицид, 14 юношей и 9 девушек, 5 детей в возрасте от 10 до 13 лет, 18 подростков в возрасте от 14 до 17 лет.

Из 23 несовершеннолетних в полных семьях воспитывались 14 человек (60,9 %), в неполных 8 человек (34,8 %), 1 человек (4,3 %) воспитывался в замещающей семье.

Стоит отметить, что одной из главных причин суицидов является нарушение детско-родительских отношений, конфликты с родителями, недостаток с их стороны любви, понимания, ребенок, желая привлечь к себе внимание, решается на трагический и необдуманный шаг.

Так, в Лабинском районе несовершеннолетний Ч. (16 лет) после ссоры с матерью из-за его употребления алкоголя в новогодние праздники, совершил повешение на дереве в лесу в г. Лабинске.

В г. Краснодаре несовершеннолетняя Щ. (14 лет) из-за конфликтных взаимоотношений с родителями по поводу их чрезмерного контроля совершила суицид путем прыжка с 18 этажа из окна квартиры.

В Новокубанском районе малолетняя Ф. (12 лет) из-за конфликта в семье по поводу запрета оставить себе найденную собаку, совершила суицид путем повешения на поясе от кофты в прихожей квартиры.

В г. Краснодаре малолетняя Б. (13 лет) из-за того, что отец разбил ее телефон после найденной в нем переписки со взрослым мужчиной совершила суицид путем падения с высоты многоэтажного жилого дома.

Также одной из причин суицидов среди детей является равнодушие, черствость и безразличие окружающих.

Так, в городском округе города-курорта Сочи Краснодарского края малолетняя Н. (13 лет) делилась с друзьями, что из-за проблем в школе у нее конфликты с родителями, и она хочет в день своего рождения совершить

суицид, но никто из друзей никому не сообщил об услышанном. В результате малолетняя совершила суицид путем медикаментозного отравления.

В Отраденском районе малолетняя М. (13 лет) высказывала намерения о суициде одноклассникам, однако никто не воспринимал данные высказывания в серьез, совершила суицид путем повешения в курятнике по месту жительства.

Также среди причин совершения суицида имеет место потеря смысла жизни несовершеннолетними.

Так, в г. Краснодаре несовершеннолетний К. совершил суицид путем повешения, в блокноте обнаружена предсмертная записка: «В содеянном никого не винит, потерял интерес к жизни, учебе. Ранее проявлял интерес к суициду, задавался вопросом, что будет после смерти».

Огромную роль в предотвращении подростковых суицидов призвана сыграть семья, как главный ресурс эмоциональной поддержки подростка. Обязанность взрослых – не допустить у подростка мысли о том, что выхода из сложившейся ситуации нет.

Причины подростковых самоубийств:

- 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 подростку:

1. Подберите ключи к разгадке суицида.
2. Примите суицидента как личность.
3. Установите заботливые взаимоотношения.
4. Не спорьте.
5. Будьте внимательным слушателем.
6. Задавайте вопросы.
7. Не предлагайте неоправданных утешений.
8. Предложите конструктивные подходы.
9. Вселяйте надежду.
10. Оцените степень риска самоубийства.
11. Не оставляйте человека одного в ситуации высокого суицидального риска.
12. Обратитесь за помощью к специалистам.
13. 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.
- Чувство 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.

- Если Вы стали свидетелем самоубийства, а у Вас нет времени на преодоление собственного эмоционального шока, нужно принять быстрые действия.
- Необходимо вызвать помощь по телефону: 112.
- 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!!!**

Типичные ошибки и заблуждения, бытующие среди взрослых, которые затрудняют профилактику самоубийств

Заблуждение1. Самоубийства совершаются в основном психически ненормальными людьми.

Заблуждение 2. Самоубийства предупредить невозможно. Тот, кто решил покончить с собой, рано или поздно это сделает.

Заблуждение 3. Если человек открыто заявляет о желании покончить с собой, то он никогда не совершит самоубийства.

Заблуждение 4. Если загрузить человека работой, то ему некогда думать о самоубийстве.

Заблуждение 5. Чужая душа – потемки. Предвидеть попытку самоубийства невозможно.

Заблуждение 6. Существует некий тип людей, склонных к самоубийству.

Заблуждение 7. Не существует никаких признаков, которые указывали бы на то, что человек решился на самоубийство.

Заблуждение 8. Решение о самоубийстве приходит внезапно, без предварительной подготовки.

Признаки готовящего самоубийства

- Приведение своих дел в порядок – раздача ценных вещей, упаковывание. Человек мог быть неряшливым, и вдруг начинает приводить всё в порядок. Делает последние приготовления.

- Прощание. Может принять форму благодарности различным людям за помощь в разное время.

- Внешняя удовлетворённость – прилив энергии. Если решение покончить с собой принято, а план составлен, то мысли на эту тему перестают мучить.

- Письменные указания (в письмах, записках, дневнике).
- Словесные указания или угрозы.
- Вспышки гнева у импульсивных подростков.
- Потеря близкого человека.
- Уход из дома.
- Бессонница.
-

Самоубийство ребёнка

часто бывает полной неожиданностью для родителей.

Помните, дети решаются на это внезапно!

Притча: «Жил-был царь. Несмотря на то, что он был очень мудрым, жизнь его была очень беспокойной. Однажды он решил обратиться за советом к придворному мудрецу: «Помоги мне – очень многое в этой жизни способно вывести меня из себя. Я подвержен страстям, и это сильно осложняет мою жизнь!» На что Мудрец ответил: «Я знаю, как помочь тебе. Вот тебе кольцо, на нем сделана надпись, способная излечить твое беспокойство» Царь принял кольцо и прочитал надпись: «И ЭТО ПРОЙДЕТ!»

Разговор «по душам» с собственным ребёнком – главный фактор его уверенности в том, что он сам – главная ценность в этом мире. А все обиды, разочарования, беды – ВСЕ ПРОЙДЕТ.

Предлагаем Вашему вниманию 2 видеоролика.

(ссылка для скачивания <https://disk.yandex.ru/d/miQtZlzFMzEzFg>).

Информационный материал по профилактике транспортного травматизма

На сегодняшний день по Краснодарскому краю в дорожно-транспортных происшествиях (далее – ДТП) пострадали 1066 детей, в которых 1026 детей получили травмы и 40 детей погибло. За аналогичный период 2023 года в ДТП пострадало 970 детей, из них 945 детей получили травмы, 25 детей погибло.

Отмечается, что из числа погибших в ДТП, 1 несовершеннолетний находился за рулем автомобиля (Красноармейский район), в остальных случаях несовершеннолетние управляли питбайками, мопедами и т.п., не имея на это права.

Так, несовершеннолетний М., управляя питбайком «Кауо», при совершении маневра обгона допустил столкновение с попутно движущимся автомобилем, от столкновения допустил наезд на припаркованный автомобиль, в результате падения получил травмы, несовместимые с жизнью, несовершеннолетний пассажир питбайка был госпитализирован в реанимационное отделение ГБУЗ «Городская больница г. Анапы» с диагнозом: закрытая травма живота. Аналогичные случаи произошли еще в 7 районах края. Стоит отметить, что в большинстве случаев виновниками были несовершеннолетние водители, которые в нарушение ПДД управляли мотосредствами, не имея водительского удостоверения.

В Красноармейском районе несовершеннолетний Б. взял без спроса автомобиль родителей покататься. Выехав на полосу встречного движения допустил столкновение с грузовым автомобилем. В результате ДТП несовершеннолетний скончался на месте происшествия до приезда бригады скорой медицинской помощи.

Имеют место факты смертельного ДТП, в которых погибшие дети не были пристегнуты ремнем безопасности, а также родителями не были установлены автокресла для перевозки детей.

Так, в Брюховецком районе водитель легкового автомобиля не выдержал безопасный боковой интервал со встречным грузовым автомобилем, в результате произошло столкновение, погиб малолетний К. (2 месяца), находился на руках у матери. В г. Горячий Ключ произошла аналогичная ситуация, при ДТП пострадал малолетний Р. (1 месяц), находился на руках у бабушки. В Динском районе погибла малолетняя В. (2 года), в автомобиле отсутствовало автокресло, ребенок не был пристегнут ремнем безопасности.

Также имеют место факты смертельных ДТП на пешеходных переходах, нерегулируемых перекрестках.

Так, в г. Сочи несовершеннолетняя С. управляя электросамокатом, на нерегулируемом перекрестке равнозначных дорог, не уступила дорогу автомобилю, в результате произошло столкновение, несовершеннолетняя С. скончалась, также пострадала несовершеннолетняя пассажирка электросамоката.

В Ленинградском районе на нерегулируемом пешеходном переходе водитель грузового автомобиля КамАЗ с прицепом не предоставил преимущество движения пешеходам, допустил наезд на детей, в результате погиб малолетний М. (6 лет) и пострадала несовершеннолетняя М. (15 лет).

Рекомендуем родителям (законным представителям) повторить с детьми правила дорожного движения и правила возможного передвижения транспортными средствами.

Профилактика суицидального поведения подростков

За истекший период 2024 года совершено 23 суицида (за 2023 год - 27).

Из них 14 юношей и 9 девушек:

5 детей в возрасте от 10 до 13 лет;

18 подростков в возрасте от 14 до 17 лет.

в полных семьях воспитывались 14 человек (60,9%);

в неполных семьях - 8 человек (34,8%);

в замещающей семье - 1 человек (4,3%).

Причины подростковых самоубийств:

1. Проблемы и конфликты в семье.
2. Насилие в семье.
3. Несчастливая любовь.
4. Подражание кумирам или из чувства коллективизма.
5. Потеря родственников и близких.

Что можно сделать для того, чтобы помочь подростку:

1. Подберите ключи к разгадке суицида.
2. Примите суицидента как личность.
3. Установите заботливые взаимоотношения.
4. Не спорьте.
5. Будьте внимательным слушателем.
6. Задавайте вопросы.
7. Не предлагайте неоправданных утешений.
8. Предложите конструктивные подходы.
9. Вселяйте надежду.
10. Оцените степень риска самоубийства.
11. Не оставляйте человека одного в ситуации высокого суицидального риска.
12. Обратитесь за помощью к специалистам.
13. Важность сохранения заботы и поддержки.

Признаки, предупреждающие о возможности суицида:

1. Перемены в поведении - уединение, рискованное поведение.
2. Проблемы в учебе - падение успеваемости, эмоциональные взрывы, засыпание на уроках.
3. Признаки депрессии - перемены в питании и времени сна, беспокойство, Безднадежность.
4. Чувство вины, потеря интереса.
5. Устные заявления - «Я желаю быть мертвым», «Оставь меня в покое».
6. Темы о смерти - накопительный интерес к данной тематике, усиленное внимание к оккультизму, тяжелому металлу в музыке.
7. Вызывающая одежда.
8. Предыдущая суицидальная попытка.
9. Подростки практически не умеют (и не способны) справляться с трудностями.
10. Сексуальное или физическое злоупотребление.
11. Употребление, а в последствие, злоупотребление алкоголем.
12. Неожиданная беременность.
13. 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: **112**.
3. Попытаться оказать первую доврачебную помощь: остановить кровотечение — на вены наложить давящую повязку, на артерии (пульсирующая алая струя) — жгут выше раны.
4. При повешении часто травмируются шейные позвонки, потому, после того как пострадавшего вынули из петли, надо избегать резких движений.
5. Если нет пульса, проводить непрямой массаж сердца и искусственное дыхание до прибытия бригады скорой помощи.
6. 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.
7. Если пострадавший может глотать, принять **10 таблеток активированного угля**.
8. Если пострадавший в сознании — необходимо поддерживать с ним **постоянный!!!** контакт, психологически **не оставляя его одного!!!**

Типичные ошибки и заблуждения, бытующие среди взрослых, которые затрудняют профилактику самоубийств

Заблуждение 1. Самоубийства совершаются в основном психически ненормальными людьми

Заблуждение 2. Самоубийства предупредить невозможно. Тот, кто решил покончить с собой, рано или поздно это сделает

Заблуждение 3. Если человек открыто заявляет о желании покончить с собой, то он никогда не совершит самоубийства.

Заблуждение 4. Если загрузить человека работой, то ему некогда думать о самоубийстве.

Заблуждение 5. Чужая душа — потемки. Предвидеть попытку самоубийства невозможно.

Заблуждение 6. Существует некий тип людей, склонных к самоубийству.

Заблуждение 7. Не существует никаких признаков, которые указали бы на то, что человек решился на самоубийство.

Заблуждение 8. Решение о самоубийстве приходит внезапно, без предварительной подготовки.

Признаки готовящего самоубийства

1. Приведение своих дел в порядок - раздача ценных вещей, упаковывание. Человек мог быть неряшливым, и вдруг начинает приводить все в порядок. Делает последние приготовления.
2. Прощание. Может принять форму благодарности различным людям за помощь в разное время.
3. Внешняя удовлетворённость - прилив энергии. Если решение покончить с собой принято, а план составлен, то мысли на эту тему перестают мучить.
4. Письменные указания (в письмах, записках, дневнике).
5. Словесные указания или угрозы.
6. Вспышки гнева у импульсивных подростков.
7. Потеря близкого человека.
8. Уход из дома.
9. Бессонница.