



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ  
Государственное бюджетное образовательное учреждение  
«Центр психолого-педагогической реабилитации и коррекции «РостОК»  
356800 г. Буденновск, Ставропольского края, пр. Буденного, 71  
Тел. (86559) 7-29-26 E-mail: [Rost-psi@mail.ru](mailto:Rost-psi@mail.ru)  
ИНН/КПП 2624024648 / 262401001

## **«Подростковый суицид: как помочь подростку справиться с депрессией, разочарованием и психологическими травмами»**

Педагог-психолог ГБОУ ЦППРК «РостОК»  
Смирнова С. С.

**«Переходный возраст – это когда  
перестаёшь задавать вопросы  
окружающим и начинаешь задавать их  
себе»**

**(из к\ф «Урок литературы»)**



## Проблемы подросткового возраста:

1. Неудовлетворённость своей внешностью.
  2. Конфликты в семье.
  3. Напряжённые отношения с учителями и сверстниками.
  4. Взаимоотношения с противоположным полом.
  5. Проблемы с мотивацией.
  6. Заниженная самооценка.
  7. Депрессия.
- 

**«Если вам нравилось быть  
подростком, с вами что-то  
не так»**

(Стивен Кинг)



# Факторы суицидального риска

## 1. Клинические

- наличие психических расстройств (депрессия, шизофрения);
- зависимость от психоактивных веществ;
- расстройства пищевого поведения;
- тревожные и посттравматические расстройства;
- расстройства сна.

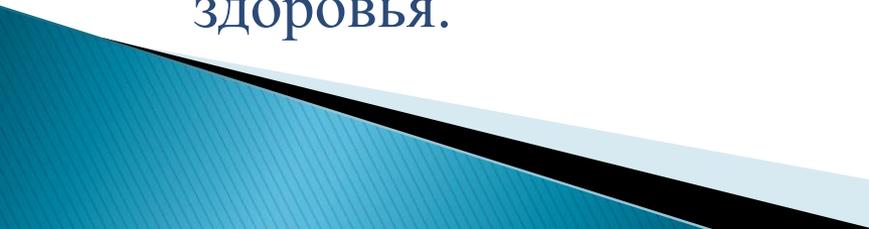
## 2. Психологические:

- проблемы идентичности (социальной и гендерной);
  - внутриличностный конфликт;
  - межличностные конфликты;
  - когнитивный фактор (убеждения, установки, представления о смерти);
  - личностные характеристики и личностные расстройства.
- 

### **3. Социально-средовые:**

- стрессовые события (смерть близкого человека, физическое, психологическое, сексуальное насилие);
  - определённые социальные характеристики (отсутствие семьи, низкое материальное и социальное положение семьи);
  - доступность средств суицида.
- 

## Защитные факторы:

- ▶ 1. поддержка семьи, друзей, других важных в жизни человека людей;
  - ▶ 2. религиозные, культурные и этнические ценности;
  - ▶ 3. участие в жизни общества;
  - ▶ 4. деятельность, приносящая радость и удовлетворение;
  - ▶ 5. наличие доступа к услугам по охране психологического здоровья.
- 

## На что нужно обратить особое внимание:

- ▶ 1. появление нехарактерного ранее для подростка поведения;
- ▶ 2. снижение успеваемости, пропуск занятий;
- ▶ 3. стремление к рискованным действиям, отрицание проблем;
- ▶ 4. высказывания о нежелании жить;
- ▶ 5. стойкая тяга к прослушиванию грустной музыки и песен;
- ▶ 6. негативные эмоции, связанные с нарушением удовлетворения потребностей в безопасности, уважении, независимости; накануне и в день совершения самоубийства возможно спокойствие;
- ▶ 7. приведение в порядок дел, примирение с давними врагами;
- ▶ 8. символическое прощание с ближайшим окружением.
- ▶ 9. совершение суицида кем-то из окружения подростка.

# Что делать родителям

- ▶ 1. Говорите с подростком о смерти;
- ▶ 2. не игнорируйте угрозы подростка покончить с собой; не ставьте под сомнение способность ребёнка совершить самоубийство;
- ▶ 3. если подросток просит записать его к психологу (психиатру) – выполните его просьбу;
- ▶ 4. если суицид совершил кто-то из окружения:
  - ▶ - избегайте давать характеристики;
  - ▶ - не романтизируйте событие;
  - ▶ - не пытайтесь выставить героем совершившего суицид;
- ▶ 5. создайте доверительную атмосферу в семье.
- ▶ 6. транслируйте мысль, что все проблемы решаемы.
- ▶ 7. проявляйте любовь к своему ребёнку.

**«Ребёнок нуждается в вашей любви  
больше всего именно тогда,  
когда меньше всего её заслуживает»**

**(Э. Бомбек)**



**Спасибо за внимание!**

