Как предотвратить детский суицид

11.08.2025г

Одним из наиболее трагических явлений человека является суицид, суицид – это преднамеренная попытка лишить себя жизни.

По возрасту пик суицидов приходится на 15 – 16 лет и практически не встречается у детей до 8 лет, причем, больше склонны к суицидам мальчики. Важно помнить, в подростковой среде суициды лишь в 10% случаев имеется истинное желание покончить с собой, а в 90% суицидальное поведение – это крик о помощи.

Первостепенной задачей родителей, в семье которых есть дети, являются теплые отношения с собственным ребёнком и забота о нём. Родителям необходимо кроме материального обеспечения не забывать принимать участие в жизни подростка, интересоваться его состоянием, трудностями с которыми ему приходится сталкиваться. Важно совместно находить выход из сложных жизненных ситуаций, без потерь. Так как основной причиной детского суицида является отсутствие у ребенка близкого человека, с которым можно было бы поделиться своими проблемами.

Если при общении с подростком вы заметили:

-разговоры на темы самоубийств, смерти, повышенный интерес к орудиям лишения себя жизни, рассуждения об утрате смысла жизни, письма или разговоры прощального характера;

- объективная тяжесть жизненных обстоятельств: плохие отношения с близкими в данный период, потеря дорогого человека, общественное отвержение, тяжёлое заболевание;

-наличие опыта самоубийства в прошлом, наличие примера самоубийств в близком окружении, особенно родителей и друзей

**НЕОБХОДИМО:**

1. Внимательно выслушать, постараться приложить все усилия, чтобы понять проблему и оценить серьезность намерений и чувств, скрытую за словами;

2.Не пренебрегать ничем из сказанного, подросток может не давать волю чувствам, скрывая свои проблемы, но в то же время находиться в состоянии глубокой депрессии;

3.Поддержать его и быть настойчивым. Человеку в состоянии душевного кризиса нужны строгие и утвердительные указания. Осознание заинтересованности в его судьбе и готовности помочь дадут ему эмоциональную опору.

4. Не стесняйтесь обратиться за помощью. Если Вы не справляетесь сами, чувствуете неблагополучие в социальной, эмоциональной сфере Вашего ребенка, близкого или знакомого. Не надейтесь, что все само собой пройдет и наладится. Проявите бдительность. Специалисты помогут облегчить страдания подростка, помогут найди выход из трудной ситуации.

Помните: нет нерешаемых проблем, есть только проблемы, решение которых Вы ещё не нашли!!!

Фельдшер-лаборант Римденок О.Р.