***«Профилактика суицидального поведения подрастающего поколения»***

**Суицид** – умышленное самоповреждение со смертельным исходом (лишение себя жизни).  
**Суицидальное поведение** – это проявление суицидальной активности – мысли, намерения, высказывания, угроза, попытки, покушения.  
**Суицидент** – человек, совершивший попытку суицида, либо демонстрирующий суицидальные наклонности.

Динамика развития суицидального поведения

* Первая стадия – стадия вопросов о смерти и смысле жизни
* Вторая стадия – суицидальные замыслы
* Третья стадия – суицидальные намерения и собственно суицидальная попытка.
* **Ежегодно в мире от самоубийств погибает 1 миллион человек.**
* **Смертность вследствие суицидов превосходит ежегодные мировые показатели смертности от убийств и военных конфликтов.**
* **Соотношение завершенных суицидов и суицидальных попыток составляет 1:20.**

Распространенность суицидов в Республике Казахстан

* **Смертность от самоубийств в Республике Казахстан составляет 26,9 на 100 000 человек населения.**

(по данным **РНПЦ ППН** )

* ***По мировым стандартам уровень самоубийств, превышающий 20 случаев на 100 000 населения в год, считается критическим.***

Области РК со сверхвысокими показателями

* Восточно-Казахстанская область – 50,4,
* Акмолинская - 42,0,
* Западно-Казахстанская -41,3,
* Павлодарская - 38,6,
* Карагандинская - 36,5,
* Костанайская - 34,9,
* Северо-Казахстанская - 32,8.

**Факторы, препятствующие возникновению суицидального поведения у подростков**

* Эмоциональная привязанность к родным и близким
* Выраженное чувство долга, обязательность
* Боязнь причинения себе физ. ущерба
* Учет общественного мнения и избегание осуждения со стороны окружающих
* Наличие жизненных, творческих и др. планов
* Наличие духовных, нравственных и эстетических критериев в мышлении
* Умение компенсировать негативные личные переживания, использовать методы снятия психической напряженности
* Уровень религиозности
* Негативная проекция своего внешнего вида после суицида

**Причины суицида детей и подростков**

* Напряженные отношений с родителями;
* Конфликты со сверстниками, неразделенной любви;
* Употребления наркотиков и алкоголя;
* Психических расстройств.
* Слишком серьезное отношение к учебе
* Проблема выбора карьеры;
* Проблема выбора группы и членство в ней (реакция группирования со сверстниками);
* Проблема употребление алкоголя и наркотиков.
* Неблагополучие в семье

**Личностные особенности подростков склонных к суицидальному поведению**

* повышенная эмоциональная напряженность,
* стремление к эмоциональной близости,
* неумение справляться со стрессовыми ситуациями;
* импульсивность,
* эмоциональная неустойчивость,
* наличие чувства вины и низкой самооценки;
* сниженная эмоциональная реакция на конфликтную ситуацию (то есть чувства ребенок «держит в себе»

**Сигналы опасности**

* Угроза совершить суицид.
* Резкие изменения в поведении.
* Стремление к уединению.
* Тяжкая утрата
* Раздача ценных вещей
* Приведение дел в порядок.
* Потеря самоуважения.

**Рекомендации для взрослых**

* БУДЬТЕ ОТКРЫТЫ ДЕТЯМ.
* ДЕМОНСТРИРУЙТЕ СВОЮ ЛЮБОВЬ И ЗАБОТУ.
* ПОМНИТЕ, ЧТО ДЕТИ НУЖДАЮТСЯ В ПОДДЕРЖКЕ САМЫХ БЛИЗКИХ ЛЮДЕЙ НА СВЕТЕ.
* БУДЬТЕ ТЕРПЕЛИВЫ И ИСКРЕННИ.
* НАУЧИТЕСЬ СЛУШАТЬ И СЛЫШАТЬ ДЕТЕЙ.

Что важно помнить !

* Акт суицида - это уход от решения проблемы, побег от наказания, унижения, позора, разочарования, утраты, отчаяния, отвергнутости и потери самоуважения - от всего, что составляет многообразие жизни, пусть и не в самых лучших ее проявлениях.
* Суицид, как правило, не случается внезапно.