***Профилактика суицидального поведения среди подростков***

*Суицид*– это крик о помощи, вызванный желанием ребенка или подростка привлечь к себе внимание и вызвать сочувствие у окружающих. Нередко ребенок представляет смерть, как временное состояние, он не осмысливает, что может больше не увидеть этот мир. Своим поступком чаще всего он лишь хочет наладить свои отношения с близкими и друзьями, вызвать у них сострадание, привлечь к себе внимание окружающих.

Склонность к суициду обусловлена психологическими и эмоциональными особенностями подростка, но чаще всего это страхи. Страх за наказание, за неуспешность в учебе, неразделенная любовь, конфликт в семье, одиночество, ощущение недостатка внимания и любви к себе со стороны родных и окружающих. Корни суицидального поведения детей и подростков берут начало с детства. В семьях, где часто происходят конфликты между родителями, родителями и ребенком, отсутствие понимания в семье, факты жестокого обращения и насилия, ребенок чувствует себя брошенным. За происходящие конфликты в семье ребенок чаще берет вину на себя, считая себя эпицентром всех невзгод.

***Существуют три стадии приближения ребенка или подростка к осуществлению суицидальных намерений:***

* *На первой стадии им кажется, что этот шаг, один из возможных решений данной проблемы*;
* *На второй стадии подросток продумывает возможные пути совершения суицида;*
* *На третьей стадии, когда решение о самоубийстве уже принято, ребенок продумывает план, пишет письмо или записку, прощается с близкими ему людьми.*

Суицидальные попытки специалисты разделяют на истинные, демонстративные и шантажные. Согласно статистических данных число демонстративных попыток в 10-15 раз больше, чем завершенных. Совершая демонстративные или шантажные попытки, ребенок выражает протест, тем самым старается добиться определенной цели. Наиболее опасны истинные суицидальные попытки, которыми он совершает саморазрушение.

С позиции социально-психологического подхода выделяют социальные, психологические, ситуационные и поведенческие факторы риска.

***Социальные факторы:***

* неблагополучие в семье (проживание с родственниками с асоциальными формами поведения, наличие в семье психически больных);
* отсутствие одного из родителей, дети-сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей;
* физическое насилие или жестокое обращение в семье;
* воспитание в семье, где были суицидальные угрозы и случаи самоубийств;
* тяжелое материальное положение семьи;
* завышенные требования к себе и окружающим;  увлечение молодежными субкультурами. ***Психологические факторы:***
* индивидуальные и возрастные особенности подростка (повышенная впечатлительность, раздражительность, чувство собственной неполноценности, заниженная самооценка);  активное употребление алкоголя и наркотических средств;  состояние эмоциональной дезадаптации. ***Поведенческие факторы:***
* открытые высказывания желаний покончить с собой (в письмах родственникам и знакомым, друзьям, одноклассникам);
* косвенные намеки на возможность суицидальных действий;
* активная подготовка и поиск средств покончить с собой;
* частые разговоры о смерти, о загробной жизни;
* сужение круга контакта, стремление к уединению, отсутствие интереса к окружающим;
* изменение стереотипа поведения;
* внезапное проявление несвойственных ранее подростку черт аккуратности, откровенности, щедрости.

***Ситуационные факторы:***

* конфликты и конфликтные ситуации с близкими и родными;
* неразделенная любовь;
* внезапное прекращение отношений;
* отвержение сверстниками, травля (в том числе в социальных сетях);
* тяжелая жизненная ситуация (потеря близкого человека, тяжелое неизлечимое заболевание);
* ложное благополучие семьи (занятость родителей, отсутствие общих семейных интересов, дефицит внимания со стороны родителей);
* нестабильная семейная ситуация (развод, конфликты родителей, низкий материальный уровень семьи).

Предупреждение побуждений к суицидальным попыткам у подростков «группы риска» является одной из важных задач всех участников образовательного процесса.