# *Мудрые мысли*

**“СУИЦИДАЛЬНЫЙ ЧЕЛОВЕК ПОМЕЩАЕТ СВОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ СКЕЛЕТ В ШКАФУ У ОСТАВШИХСЯ В ЖИВЫХ БЛИЗКИХ”**

**ЭДВИН ШНЕЙДМАН**

**«ДВА МИРА ЕСТЬ У ЧЕЛОВЕКА:**
**ОДИН, КОТОРЫЙ НАС ТВОРИЛ,**
**ДРУГОЙ, КОТОРЫЙ МЫ ОТ ВЕКА**
**ТВОРИМ ПО МЕРЕ НАШИХ СИЛ»**

**НИКОЛАЙ ЗАБОЛОЦСКИЙ**

**«СУИЦИД ЕСТЬ ИЗДЕВАТЕЛЬСТВО НАД СМЕРТЬЮ»**

**НИКОЛАЙ БЕРДЯЕВ**

**«НЕКОТОРЫЕ ИЗ САМОУБИЙЦ УМИРАЮТ, МОЛЯСЬ, ЧТОБЫ ИХ КТО-ТО НАШЕЛ И СПАС ДО ТОГО, КАК НАСТУПИТ КОНЕЦ»**

**ДИ СНАЙДЕР**

**«МИР, ВЕРОЯТНО, СПАСТИ УЖЕ НЕ УДАСТСЯ, НО ОТДЕЛЬНОГО ЧЕЛОВЕКА ВСЕГДА МОЖНО»**

**ИОСИФ БРОДСКИЙ**

## Советы для родителей по профилактике подростковых суицидов.

1. Открыто обсуждайте семейные и внутренние проблемы детей;

2. Помогайте своим детям строить реальные цели в жизни и стремиться к ним;

3. Обязательно содействуйте в преодолении препятствий;

4. Любые стоящие положительные начинания молодых людей одобряйте словом и делом;

5. Ни при каких обстоятельствах не применяйте физические наказания;

6. Больше любите своих подрастающих детей, будьте внимательными и, что особенно важно, деликатными с ними.

От заботливого, любящего человека, находящегося рядом в трудную минуту, зависит многое. Он может спасти потенциальному суициденту жизнь.

Самое главное, надо научиться принимать своих детей такими, какие они есть.

Принятие человека таковым, каким он является, принятие его сущности и сути его существования на Земле - и есть Любовь в истинном её проявлении.

**Памятку подготовила педагог психолог**
**КЕРИМОВА В.А .2024-г**
**МАОУ СОШ №3**

# Как спасти наших детей

**Информационный буклет**

# Статистика

**Суицид** – акт лишения себя жизни, при котором человек действует целенаправленно, преднамеренно, осознанно.

1. Каждую минуту в мире кто-то предпринимает попытку преднамеренного самоубийства;
2. 60-70 раз в день попытки самоубийств оканчиваются «успешно»;
3. На 1 «успешную» попытку самоубийства приходится 30-40 попыток не приведших к смерти;
4. Число самоубийств среди молодежи выросло в 3 раза;
5. Каждый двенадцатый подросток в возрасте 13-17 лет пытается совершить попытку самоубийства;
6. Число законченных суицидов среди юношей в среднем в 3 раза больше, чем среди девушек;
7. Девушки пытаются покончить с собой в 4 раза чаще, чем юноши.

# Причины проявления суицида

- Отсутствие доброжелательного внимания со стороны взрослых;
- Резкое повышение общего ритма жизни;
- Социально-экономическая дестабилизация;
- Алкоголизм и наркомания среди родителей;
- Жестокое обращение с подростком, психологическое, и сексуальное насилие;

- Алкоголизм и наркомания среди подростков;
- Неуверенность в завтрашнем дне;
- Отсутствие морально-этических ценностей;
- Потеря смысла жизни;
- Низкая самооценка, трудности в самоопределении;
- Бедность эмоциональной и интеллектуальной жизни;
- Безответная влюбленность.

# Что может удержать подростка от суицида:

- Установите заботливые взаимоотношения с ребенком;
- Будьте внимательным слушателем;

- Будьте искренними в общении, спокойно и доходчиво спрашивайте о тревожащей ситуации;
- Помогите определить источник психического дискомфорта;
- Вселяйте надежду, что все проблемы можно решить конструктивно;
- Помогите ребенку осознать его личностные ресурсы;

- Окажите поддержку в успешной реализации ребенка в настоящем и помогите определить перспективу на будущее.

Все известные мировые религии не одобряют суицид, и этому есть объяснение. С точки зрения религиозного человека – жизнь – это Божий дар, а самоубийца «швыряет Божий дар в лицо Богу».

**Подумайте об этом!**