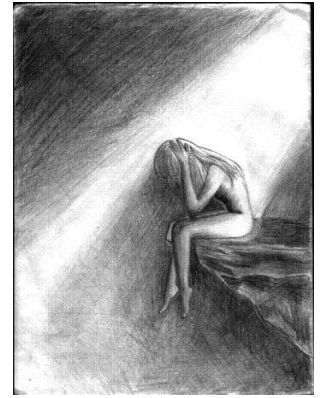


Фактори ризику суїциду, на які слід звертати увагу вчителям, класним керівникам:

- висока конфліктність спілкування;
- ізоляція підлітка у класі чи групі;
- несприятливе сімейне оточення;
- спадковий фактор;
- неадекватна самооцінка;
- конфлікт, психотравмуюча ситуація;
- різка зміна у поведінці;
- асоціальний спосіб життя;
- Егоцентризм;
- втрата членів сім'ї, погані стосунки.



Деякі з цих ознак мають, так би мовити, «подвійне» значення, тобто можуть свідчити не тільки про суїцидальну загрозу, а і про інші особистісні проблеми, кризи у житті юної людини. Але психологу, педагогу, соціальному працівнику не слід ніколи забувати про «суїцидальну тему» при появі цих ознак.

Тривожні сигнали для батьків:

- скарги на відсутність сенсу життя: «Навіщо мені жити?», «Який сенс в тому, що я живу?»;
- висловлювання дитини: «Мені усе набридло!», «Не хочу нікого бачити, не хочу нічим займатися!»;
- скарги на дурні передчуття: «Я відчуваю, що скоро помру!»;
- підвищений, стабільний інтерес до питань смерті, загробного життя, до похоронних ритуалів;
- словесні натяки на смерть, що наближується: «Потерпіть, недовго Вам залишилося мучитися!», «Ви ще пожалієте, але буде пізно!»;
- наведення особливого порядку у своїй кімнаті, серед своїх особистих речей, роздача деяких речей товаришам, остаточне з'ясування стосунків;
- раптовий, без видимих причин наступ спокою, смиренного стану після стресу або тривалого стану депресії;
- таємні приготування до чогось, що дитина відмовляється пояснювати;
- тривалий стан внутрішньої зосередженості, що не було раніше для дитини характерним, відсутність бажання спілкуватися з друзями, родичами, ходити в гості, грати, вести активний спосіб життя.

У випадку, коли ваші діти виявляють суїцидальні тенденції або відчай, слід поводитися наступним чином:

Виявляйте щирі участь і інтерес до дитини, не удавайтеся до допиту з пристрастю, задавайте прості, щирі запитання («Що трапилось?», «Що відбулося?»), які будуть для дитини менше загрозливими, аніж складні, «розслідувальні» запитання. Намагайтеся побачити кризову ситуацію очима своєї дитини, приймайте її бік, а не бік інших людей, котрі можуть спричинити їй біль, або котрим вона може зробити боляче. Надайте сину або доньці можливість знайти свої власні відповіді, навіть тоді, якщо ви вважаєте, що знаєте вихід із кризової ситуації. Якщо ви не знаєте, що говорити, не говоріть нічого, але будьте поруч!

Що робити для того, щоб суїцидальний ризик в вашій родині буде менший?

Завжди підкреслюйте все добре й успішне, що властиве вашій дитині. Це підвищує впевненість у собі, зміцнює віру у майбутнє, покращує її стан.

Не чиніть тиск на підлітка, не висувайте надмірних вимог у навчанні, житті тощо.

Демонструйте дитині справжню любов до неї, а не тільки слова, щоб вона відчула, що її дійсно люблять.

Приймайте, любіть дітей такими, якими вони є - не за гарну поведінку та успіхи, а тому, що вони ваші діти, ваша кров, ваші гени, майже ви самі!



Що необхідно знати про суїцид педагогам і батькам

Щорічно в Україні в середньому 80 дітей, молодших 14 років та понад тисячу підлітків у віці 14-17 років вкорочують собі віку



З метою привернення уваги влади та громади до проблеми суїциду створена Міжнародна асоціація з попередження самогубств, за ініціативою якої щорічно 10 вересня відмічається Всесвітній день попередження самогубств.



У багатьох державах доведення до самогубства карається законом. В українському законодавстві це питання розглядається в ст. 120 Кримінального кодексу України.

Самогубство (суїцид) — це усвідомлене позбавлення себе життя.

У давньоєгипетських джерелах можна знайти вислови про толерантне відношення до самогубства людини, що почуває себе самотньою в оточуючому її світі.

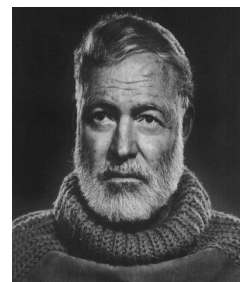
У японській культурі самогубство у вигляді розрізання живота вважалося виходом із ситуації, коли честь самурая була згнаньблена або коли йому погрожував полон.

У індійській культурі смерть рахувалася не гріхом, а «звільненням» від ланцюга безкінечних перероджень (закону карми).

В ісламі і християнстві самогубство вважалося одним з найтяжчих (смертних) гріхів і розглядалося в якості злочину проти Бога. У середньовічній Західній Європі труп самовбивці виносили звичайно не через двері, а в пролам, зроблений у стіні або викидали у вікно. Ховати самогубців було прийнято вночі і без релігійних церемоній. На Русі самогубців ховали окремо від інших.

10 загальних рис усіх суїцидів:

1. **метою** суїциду є знаходження рішення;
2. **завдання** суїциду полягає у припиненні свідомості;
3. **стимулом** до скоєння суїциду є нестерпний психічний (душевний) біль;
4. **стресором** при суїциді є фрустровані психологічні потреби;
5. **суїцидальною емоцією** є безпорадність-безнадійність;
6. **внутрішнім ставленням** до суїциду є амбівалентність;
7. **станом** психіки при суїциді є звуження когнітивної сфери;
8. **дією** при суїциді є втеча;
9. **комунікативною дією** при суїциді є повідомлення про свої наміри;
10. **закономірністю** є відповідність суїцидальної поведінки загальному життєвому стилю поведінки.



Серед відомих самогубців: письменник Ернест Хемінгуей, художник Вінсент Ван Гог, поетеса Марина Цветаєва, співак Курт



Відомі масові самогубства:

Самоспалення старовірів у XVII—XVIII століттях; Масове харакірі японців (число тих, хто покінчив з життям у різних джерелах варіюється від 35000 до 200000) після підписання капітуляції в 1945 році; Інтернет-клуби самогубців з'явилися ще наприкінці 90-х років і одержали поширення практично по всьому світу (Японія стала лідером серед країн групового суїциду через Інтернет); Секта «Гілка Давида» (самоспалення 87 осіб) в 1993 році;