

**Учреждение образования «Барановичский технологический колледж»
Белкоопсоюза**

**Методические рекомендации кураторам учебных групп
по профилактике суицидального поведения подростков**

**Заместитель директора по воспитательной работе: Писарь Татьяна
Григорьевна**



Суицид - осознанное, умышленное лишение себя жизни.

Демонстративный суицид совершается с попыткой привлечь внимание к своей проблеме или избежать ее, и с надеждой выжить.

Аффективный суицид совершается импульсивно на высоте острого эмоционального переживания.

Истинный суицид заканчивается летальным исходом. Все виды суицидального поведения подростков требуют чрезвычайно серьезного отношения взрослых.

Возрастные особенности суицидального поведения подростков:

Эмоциональная лабильность, предельная ранимость, отсутствие истинного понимания необратимости смерти и экзистенциального мышления.

Основные причины и мотивы суицидального поведения подростков:

1.Протест 2.Призыв 3. Избегание наказания 4.Самонаказание 5. Отказ от жизни (практически не встречается у подростка).

Факторы риска суицидального поведения у подростка:

1. Акцентуация характера
2. Предыдущие попытки суицида
3. Насилие в семье (физическое или психическое)
4. Буллинг (травля) в учебной группе, статус «изгоя»
5. Длительное состояние депрессии (дольше 2-х недель): подавленное настроение, апатия, безнадежность, замкнутость, хроническая усталость
6. Употребление ПАВ
7. Неудачная любовная ситуация
8. Открытый конфликт с преподавателем

Что переживает подросток в кризисном состоянии:

Проблемы трех «Н»

- Непреодолимость трудностей
- Нескончаемость несчастья
- Непереносимость тоски и одиночества

Борьба с тремя «Б»

- Беспомощность
- Бессилие
- Безднадежность

Как понять, что подросток думает о суициде:

- высказывания и оговорки в речи типа: «мне все надоело, как меня все достали, без меня всем будет лучше, я никому не нужен, не вижу смысла в жизни, я больше не буду ни для кого проблемой, и т.д.»;
- признаки фиксации на теме смерти в социальных сетях (прямые или косвенные);
- необычное, нехарактерное для подростка поведение;
- символическое прощание (раздача личных вещей, просьбы о прощении и т.д.).

Меры профилактики суицидального поведения подростков

- В кризисном состоянии со стороны педагога необходима деликатная эмпатия, доброе участие, поддержка, нужно дать понять, что он не один.
- Сообщить сотрудникам социально-психологической службы колледжа, заместителю директора по воспитательной работе остораживающих признаках в поведении и состоянии подростка. Беседу с подростком в кризисном эмоциональном состоянии должен проводить специалист.
- Сообщить семье.
- Своевременная информированность куратора о личностных кризисах подростка (неудачная влюбленность, уходы из дома, возможное жестокое обращение в семье, открытый конфликт с преподавателем, буллинг в учебной группе.).
- Соблюдение правил корректного и уважительного отношения к личности подростка при любых обстоятельствах.
- Исключение методов дискриминации и психического насилия в педагогических подходах.
- Дать телефон доверия подростку.

**Телефоны доверия экстренной психологической помощи
г. Минск – для взрослых 8-017-352 44 44, 8-017-304 43 70**

**Круглосуточная кризисная линия Минского городского центра социальной
помощи семье и детям:**

8-017-317-32-32, 8-017-318-32-32

**г. Барановичи – Барановичский психоневрологический диспансер
8-0163-40-28-31 (понедельник-пятница 13.00-20.00)**

ЦЕНТР ДРУЖЕСТВЕННОГО ОТНОШЕНИЯ К ПОДРОСТКАМ «КОНТАКТ»

УЗ «Барановичская детская городская больница» ул. Чкалова, 2

8-0163-42-20-68 (психолог) понедельник, среда – 14.00-20.00

вторник, пятница – 08.00-14.00

четверг – 11.00-17.00

8-0163-42-24-95 (зав. отделением, педиатр)

**Республиканский центр психологической помощи (ИПУО «Белорусский
государственный педагогический университет им. М. Танка»)**

8-017-300 10 06 (понедельник-пятница 8.30-20.00)

Республиканская «Детская телефонная линия»

8-801-100-16-11

ТЕЛЕФОНЫ ДОВЕРИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ В РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ

**▪ ИНФОРМАЦИЯ О РАБОТЕ СПЕЦИАЛЬНЫХ СЛУЖБ ПО ОХРАНЕ И ЗАЩИТЕ
ПРАВ ДЕТСТВА, ТЕЛЕФОНЫ ДОВЕРИЯ**

**Республиканская "Горячая линия" для пострадавших от домашнего
насилия:**

т. 8- 801- 100- 8-801

ежедневно с 8.00 до 20.00 бесплатно со стационарной сети

Общественная приёмная Национальной комиссии по правам ребёнка:

г. Минск, ул. Кирова, 16 каб. 1:

т. 8 (017) 227-31-38

Детская телефонная линия:

т. 8-801-100-16-11

круглосуточно, бесплатно

▪ **Телефоны «Доверия»**
(экстренной психологической помощи)

Регион	Телефон
Республиканская «Детская телефонная линия»	8-801-100-1611
г. Минск: для взрослых	8 017290 44 44 8 017290 43 70
для детей и подростков	8 017263 03 03
г. Брест	8 016240 62 26
г. Витебск	8 021261 60 60
г. Гомель	8 023231 51 61
г. Гродно	170 (номер доступен только для жителей Гродненской области)
г. Могилев	8 022247 31 61
Минская область	8 017202 04 01

Составитель:

зам. директора по ВР Писарь Т.Г.