

Требования к проведению беседы с подростком, размышляющим о суициде.

Преподавателю рекомендуется:

- ⇒внимательно слушать собеседника, так как подростки очень часто страдают от одиночества и невозможности излить перед кем-то свою душу;
- ⇒правильно формулировать вопросы, спокойно и доходчиво расспрашивая о сути тревожащей ситуации и о том, какая помощь необходима;
- ⇒не выражать удивления от услышанного и не осуждать ребенка за любые, самые шокирующие высказывания;
- ⇒не спорить и не настаивать на том, что его беда ничтожна, ему живется лучше других, поскольку высказывания типа «у всех есть такие же проблемы» заставляют ребенка ощущать себя еще более ненужным и бесполезным;
- ⇒постараться изменить романтически-трагедийный ореол представлений подростка о собственной смерти;
- ⇒не предлагать неоправданных утешений, поскольку подростки зачастую не способны принять советы, но подчеркнуть временный характер проблемы;
- ⇒одновременно стремиться вселить в подростка надежду, которая, однако, привести конструктивные способы ее решения; должна быть реалистичной и направленной на укрепление его сил и возможностей.



Бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Омской области «Омский музыкально-педагогический колледж»
(БПОУ «ОМПК»)

Памятка для педагогических работников о профилактике суицидального поведения



г. Омск, 2022 г.

Помните!
Лучшая профилактика суицида – родительская, педагогическая и психологическая поддержка!

Частота суицидальных действий среди молодежи в течение последних двух десятилетий удвоилась. У 30% лиц в возрасте 14-24 лет бывают суицидальные мысли, 6% юношей и 10% девушек совершают суицидальные действия. Некоторые специалисты пишут о том, что в 10% случаев суицидальное поведение имеет цель покончить с собой, а в 90% подросток пытается привлечь к себе внимание.

Очень часто приходится сталкиваться с жалобами родителей на «неуправляемость» детей и подростков: мол, на учебных занятиях шалит, разбил стекло, нахамил преподавателю, избил товарища... Просят проверить, все ли у ребенка в порядке с психикой. А на самом деле детям просто не хватает внимания со стороны родителей и педагогов.

Признаки, которые следует выявлять среди обучающихся:

- ⇒ демонстрация суицидальных мыслей и чувств или намерения лишиться себя жизни, в том числе в образной форме (рассказы, изображения);
- ⇒ внезапное или резкое снижение успеваемости;
- ⇒ перепады настроения, например, частые слезы, плач или симптомы тяжелых психологических переживаний;
- ⇒ пессимистическая оценка будущего;
- ⇒ изменения в поведении, в частности, отстраненность от людей, потеря интереса к любимым занятиям или повышенная гневливость, недоброжелательность, возбужденность, раздражительность и импульсивность;
- ⇒ несоблюдение дисциплины, в том числе конфликты с другими обучающимися или персоналом колледжа;
- ⇒ участвовавший пропуск занятий или невнимательность на уроках;
- ⇒ употребление алкоголя или наркотиков;
- ⇒ агрессивное поведение или разрыв отношений со сверстниками.

Особого внимания требуют перемены настроения и изменения в поведении в периоды повышенного стресса, например, во время подготовки к экзаменам, а также до и во время других серьезных перемен в жизни обучающегося.

Что делать, если у вас имеются основания для беспокойства?

1. Побеседуйте с обучающимся один на один, расскажите ему, что вызывает у вас тревогу, и внимательно выслушайте его, не подвергая его слова оценке.

2. Посоветуйте обучающемуся обратиться к человеку, которому он доверяет: родителю, родственнику, взрослому знакомому или социальному педагогу. Предложите предварительно поговорить с выбранным человеком, но делайте это только с согласия самого обучающегося.

3. Если обучающийся сделал попытку нанести себе вред или сообщает о намерении это сделать, следует немедленно обратиться за помощью к специалистам внутри колледжа (педагогу-психологу, социальному педагогу или медицинскому работнику) или за ее пределами. **Не оставляйте обучающегося в одиночестве!**