

Подростковый возраст — это остро протекающий переход от детства к взрослости, в котором в поведении ребенка переплетаются противоречивые тенденции:

уровень притязаний подростка намного превышает его возможности и реальный социальный статус (он еще не взрослый, но начинает требовать, чтобы к нему относились как к взрослому);

чрезвычайная сконцентрированность на самих себе, эгоцентризм, с одной стороны, а с другой - способность проявлять альтруизм (бескорыстие), внимание и чувствительность;

с одной стороны, внимание неустойчиво, с другой стороны - подростки могут сидеть часами, сосредоточившись на том, что им действительно интересно;

особенность эмоционального реагирования подростков - сравнительная легкость возникновения у них переживаний эмоциональной напряженности, психологического стресса, способность бурно и непосредственно выражать свои эмоции, зачастую неумение сдерживать радость, гнев, замешательство.

В этот непростой период Вам особенно важно проявлять терпение, понимать интересы ребенка.

Для разрядки эмоционального напряжения полезно научить подростка использовать юмор, самим уметь с помощью шутки разрядить напряженные ситуации.

Нужно направить усилия на развитие поисковой активности подростков,

«включать» его в такие виды деятельности (например, в системе дополнительного образования, внеурочной деятельности), в которых есть усложненные, интересные для них новые задания, предъявляющие к нему повышенные требования.

Мечта имеет чрезвычайно важное значение для развития подростка, создавая идеальные образы будущего, как личностного, так и профессионального.

Важно «услышать», понять, о чем мечтают Ваши дети, обеспечить им стабильность, безопасность, уверенность в себе, помочь определиться с возможной профессиональной сферой будущей жизни.

Ситуации, связанные с возможными суицидальными намерениями, на которые родителям обязательно надо обращать особое внимание.

Резкое изменение поведения. Например, ребенок теряет интерес к тому, чем любил заниматься, у него резко сокращается круг привычных и любимых увлечений.

Ребенок проводит в сети практически все время, зачастую в ущерб учебе, развлекательным мероприятиям и так далее, почти никогда не расстается с мобильным телефоном. При этом им устанавливаются пароли на всех девайсах (Девайс представляет собою технологичное устройство с аккумуляторами и различными функциями: умные часы, смартфон, ноутбук и пр.), используются графические ключи для входа, проводится постоянная очистка используемых

графические ключи для входа, проводится постоянная очистка используемых браузеров, корзины.

«Зависание» в социальных сетях в любое время, в том числе, ночью.

Изменение образа жизни. В частности, ребенок уходит из дома, не поясняя куда, в том числе, вечером и даже ночью.

проявление «аутоагрессии» - наличие на теле и конечностях ран, порезов (как правило, в области запястий), иных повреждений, объяснить происхождение которых подросток не может, либо наоборот, стандартно оправдывается («упал», случайно порезался») и так далее).

Наличие примера суицида в ближайшем окружении, а также среди значимых взрослых или сверстников.

Значимые признаки, связанные с возможными суицидальными намерениями подростка, на которые необходимо обратить внимание родителям при мониторинге страницы своего ребенка в социальной сети.

В своих изображениях, публикуемых на страницах социальных сетей, детьми могут размещаться фотографии проявлений аутоагрессии: самоунижения, оскорбления себя в разных и порой даже жестоких формах, вплоть до нанесения себе травм, в частности, и порезов.

Символичными являются сохранение фотографий китов (которые выбрасываются на берег и, таким образом, добровольно уходят из жизни), бабочек (которые летят на

свет, хотя знают, что это приведет их к неминуемой гибели), единорогов (смерть едет на единороге в ад), съемки с высоты, крыш и чердаков.

Следует обратить внимание на круг друзей и подписчиков, изучить оставленные ребенком комментарии в различных группах.

Зачастую в «статусе» страницы указывается так называемый «обратный отчет» (например, «До самоубийства осталось 10 дней»).

Необходимо фиксировать время посещения (а в отдельных случаях и продолжительность ребенком своей страницы в социальных сетях).

В процессе беседы родителей с ребенком наличие всех вышеперечисленных признаков дети чаще всего объясняют тем, что хотели «разыграть» родителей или друзей, отрицая любые подозрения в намерении совершить суицид.

Родителям необходимо иметь в виду, что суицидальные попытки совершают и дети из полных благополучных семей, зачастую, с хорошим достатком и организованным досугом, широким кругом общения.



Наш адрес:

г. Когалым,
ул. Дружбы Народов, д.12

Контактный телефон

отделения психологической помощи
гражданам 8 (34667) 2-76-25

Часы работы:

09.00 – 17.45

Выходные дни:

суббота, воскресенье

Сайт учреждения:

www.kson86.ru

*Бюджетное учреждение
Ханты - Мансийского автономного округа –
Югры «Когалымский комплексный центр
социального обслуживания населения»*

**ОТДЕЛЕНИЕ
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ ГРАЖДАНАМ**

ПАМЯТКА

**«Раннее выявление
суицидального риска у
несовершеннолетних»**



г. Когалым