

## **Как выявить суицидальные наклонности у ребенка**

Для установления предрасположенности ребенка к суициду специалисты советуют обратить внимание на следующие признаки:

### **1. Потеря интереса к привычным занятиям.**

Ребенок чем-то увлекался, а потом резко перестал, большую часть времени проводит в одиночестве. Смена интересов - это характерный признак подросткового возраста, однако важно обратить внимание на резкую смену состояния и привычек.

### **2. Резкая смена типа поведения.**

Периоды грусти, отчаяния, пассивности и безразличия сменяются бурной деятельностью, приподнятым настроением и наоборот. Это может быть признаком психической неустойчивости.

### **3. Ребенок перестал общаться с друзьями.**

Ребенок был окружен друзьями, но вдруг резко и без видимых причин прекращает с ними общаться.

### **4. Безразличие к общественным и социальным нормам.**

Подросток может использовать в речи такие фразы как «Мне уже всё равно», «Я могу делать всё что захочу, всё равно умру» и т.д., для него становятся неважными любые регуляторы поведения.

Самый уязвимый возраст - от 13 до 15 лет.

Тревожность у многих подростков появляется, когда родители очень требовательны к успеваемости в школе, а количество самоубийств растет в период школьных экзаменов. Если дети понимают, что дома их будут ругать за плохие результаты, они могут пойти на крайнюю меру, чтобы таким образом вызвать сочувствие, понимание и любовь у родителей.

**Любое несвойственное ребенку, странное или даже опасное (например, самоповреждение) для него поведение нельзя игнорировать**, не нужно показывать свой страх или ругать ребёнка. В таком случае стоит поговорить с ребёнком в доверительной обстановке, дать ему совет, помочь разобраться в проблемах.


**Будьте внимательны** к своим детям, анализируйте их поведение, поскольку, как показывают статистические данные, **70% родителей не знали о том, что их ребёнок планировал суицид.**

Старайтесь выстроить с ребёнком доверительные отношения, не игнорируйте его проблемы, даже если они кажутся вам незначительными и глупыми.

Помните, что чем больше ребёнок занят (увлечения, кружки, секции и т.д.), тем меньше у него времени на негативные мысли. Но при этом не нужно предъявлять к ребёнку высокие требования и ожидать результатов, главное, чтобы увлечения ему нравились и приносили удовольствие, а не были еще одним источником стресса.

При наличии признаков суицидального поведения у ребенка или попытке суицида незамедлительно обратитесь с ребёнком к квалифицированным специалистам, сложившуюся проблему также можно обсудить по единому телефону доверия: 8-800-200-01-22.

Старший помощник прокурора



А.Н. Морозова