



Отдел библиографической работы

По краю жизни



Родителям о подростковом суициде

*Миасс
2021*

У многих людей время от времени рождаются в голове мысли покончить с собой. Эти мысли не так опасны, как обдумывание и планирование самоубийства. Риск, что человек решится на суицид, резко возрастает, если суицидальные мысли становятся частыми и навязчивыми, если человек начинает разрабатывать реальный план того, как свести счеты с жизнью.

Наше издание поможет родителям разобраться в сущности явления подросткового суицида и вовремя помочь юному человеку,

Предназначено для родителей и педагогов.

По краю жизни: родителям о подростковом суициде: библиодайджест /Составитель О.Б.Шакирова. – Миасс: МКУ «ЦБС», 2021. – 24 с. – Текст: непосредственный, электронный.

Поколение RESET

Сегодня молодые люди, попав в тяжелую ситуацию, не затрудняют себя поиском решения проблем, а предпочитают по подобию компьютерной игры начать все сначала, просто нажав кнопку reset. По статистическим данным, число самоубийств среди детей и подростков составляет около трех тысяч в год. И эти цифры не включают в себя попытки свести счеты с жизнью.

По статистике, самоубийства происходят в два раза чаще, чем убийства. Смерть от суицида занимает третье место среди причин смерти подростков и молодых людей в возрасте от 15 до 24 лет. Как показывают исследования, только одна из сорока попыток покончить с собой заканчивается летальным исходом. Причем представительницы женского пола гораздо чаще совершают попытки суицида, но мужчины в четыре раза чаще доводят дело до конца.

Согласно данным статистики, самое большое количество попыток покончить жизнь самоубийством приходится на подростков и молодых людей в возрасте до 25 лет. Попытки заканчиваются смертью, когда подростку трудно выйти за рамки реальности, когда он не видит иного выхода в связи с отсутствием жизненного опыта. Большинство погибших подростков были абсолютно нормальными, психически здоровыми людьми. Любого из них можно было спасти, достаточно было просто вовремя обратить на них внимание и помочь преодолеть возникшие трудности.

Подростковый суицид

Истинный суицид — это всегда обдуманное решение, хотя иногда самоубийство и выглядит спонтанным. Самому факту суицида всегда предшествуют депрессия, угнетенное



состояние и суицидальные мысли. Человек уходит из жизни, стараясь избавиться от душевной боли, но перед этим он пытается найти альтернативные пути, ищет поддержки у близких людей, которые порой просто не замечают, что с подростком что-то происходит, из-за собственной невнимательности или даже черствости.

Ложный суицид выбирают те, для кого самоубийство неприемлемо, но и жить дальше они не хотят. Такие подростки не перерезают себе вены и не прыгают с крыши. Они выбирают для себя суицидальное поведение, которое рано или поздно приводит их как бы к случайной гибели. Суицидальным поведением можно назвать и быструю езду на автомобиле, и стремление попасть на войну в «горячую точку», и наркоманию. Что касается детей, то у них такое поведение может проявляться в опасных играх.

Есть точка зрения, что истинный суицид вызывается конкретными объективными причинами и присущ в основном взрослым людям, а ложный суицид — это имитация, шантаж, который практикуют подростки от безделья или нехватки внимания. Но подростковый суицид на самом деле явление гораздо более сложное, чем может показаться на первый взгляд.

Конечно, демонстративный суицид свойствен в основном подросткам. В некоторых молодежных субкультурах отметины на теле, оставленные неудачной попыткой самоубийства, воспринимаются как знаки отличия и высоко почитаются. Но зачастую за этим стоит не просто попытка эпатировать взрослых, но и более глубокий смысл, например, побороть в себе страх смерти. Надо отметить, что сам факт свершившегося самоубийства среди представителей таких субкультур в общем числе подростковых суицидов не так велик.



Причины

Почему??? Это самый распространенный вопрос, который задают родители и друзья погибшего от суицида подростка. Зачем он это сделал? Что его толкнуло на этот страшный поступок? Действительно, почему молодые люди, у которых, казалось бы, вся жизнь впереди, собственноручно лишают себя жизни?

Основные причины самоубийств среди подростков и молодежи



Существует целый ряд причин, которые мотивируют подростков перерезать себе вены, пить лекарство смертельными дозами, вешаться, топить, сбрасываться с крыши высотного дома. Конечно, каждый случай суицида индивидуален, поэтому выстроить какую-то классификацию не представляется возможным, но выделить общие тенденции, присущие именно подростковым самоубийствам, все-таки можно. И, нужно

отметить, мотивы, по которым дети и подростки уходят из жизни, существенно отличаются от мотивов взрослых людей.

Любовь. Романтическую историю юных Ромео и Джульетты, описанную Шекспиром, знают все. Молодые люди, принадлежавшие двум враждующим родам, полюбили друг друга, но на пути их любви встретилось слишком много препятствий, поэтому они, не выдержав разлуки, убили себя. Эта история стала примером для подражания для многих влюбленных подростков. Чаще всего такое самоубийство театрально обыгрывается, тщательно и долго планируется, в него вкладывается огромный смысл, оно задумывается как послание возлюбленному. Такие самоубийства обычно сопровождаются душеспасительной предсмертной запиской, обращенной к объекту любви. Особо заботит влюбленных подростков то, как будет выглядеть их тело после смерти. Им важно остаться юными и красивыми, даже лежа в гробу. Способы самоубийства при таком мотиве часто копируются из трагических фильмов о любви.

По мнению японского психолога Ямамото Тэя, число суицидов, совершаемых по этой причине, в возрасте до 16 лет составляет 36,6% у мальчиков и 42,2% — у девочек. К 25 годам число самоубийств, совершенных по причине неразделенной любви, резко снижается. Нередко подростки совершают самоубийство по причине любви, если их возлюбленный погибает. Отличающиеся повышенной эмоциональностью и возбудимостью, молодые люди не в состоянии справиться с утратой, поэтому принимают решение добровольно расстаться с жизнью и воссоединиться на «небесах» с любимым человеком.

Родители. Ценность родительского внимания и заботы утрачивается с возрастом, поэтому конфликты с родителями как причина суицида характерны в большей степени для детей, чем для подростков. Как правило, самоубийства, основанные на мотиве ссоры с родителями, являются случайными. Ребенок на самом деле не хочет умирать, в большинстве случаев просто не понимает, что делает. Решив напугать родителей, чтобы обратить на себя их внимание, ребенок не рассчитывает

наносимого вреда и в результате погибает. Очень часто такие случаи провоцируются появлением в семье второго ребенка.

Учеба. Неудачность и сложности в учебном процессе довольно часто провоцируют детей и подростков на самоубийство. Наиболее часто по этой причине лишают себя жизни студенты, обучающиеся точным и техническим наукам. Специалисты связывают этот факт с тем, что подобные профессии выбирают для себя замкнутые, необщительные дети, такие, которых называют «ботаниками». Такие подростки, как правило, обладают высоким уровнем интеллекта, что выделяет среди сверстников и делает их изгоями. Некоторые замыкаются в себе, многие попадают под зависимость от Интернета, находят себя в сетевых играх и на форумах. Те же подростки, у которых неразвиты компенсаторные механизмы, очень часто пытаются лишить себя жизни.

Мода и подражание. Как это ни дико звучит, но в подростковой среде групповые самоубийства вошли в моду. Молодые люди встречаются на форумах, посвященных суициду, в сети Интернет, обсуждают эту тему и договариваются в определенное время определенным образом лишить себя жизни. После этого средства массовой информации сообщают о странной серии произошедших самоубийств, унесших жизни нескольких подростков в одно и то же время в разных точках страны. Вообще, культура современной молодежи способствует развитию смертельной моды. Молодежь зачитывается книгами, смотрит фильмы и передачи, посвященные теме смерти. Часто самоубийства у подростков происходят на почве подражания вымышленным литературным героям или реальным кумирам, которые совершили суицид. Известные личности, лишившие



себя жизни по не известным для общества причинам, возводятся молодым поколением в ранг непризнанных гениев, которым подростки стремятся подражать во всем, даже в смерти.

Одиночество. Чувство одиночества, испытываемое подростком, довольно часто приводит его к решению о самоубийстве. Причины одиночества следует искать в ранимой психике не уверенных в себе подростков. Они могут чувствовать



себя одинокими, даже находясь в толпе. ***Они не физически одиноки, они чувствуют себя таковыми.*** Сначала им кажется, что никто их не может понять, никто не разделяет их идеи, мысли и чувства, потом они начинают думать, что это с ними что-то не так. Часто чувство одиночества у подростков усугубляется, если их не принимают в молодежную компанию, объединяющуюся по какому-либо признаку. Подросток, которого отвергли сверстники, начинает чувствовать себя изгоем, становится объектом для насмешек, что способно спровоцировать

желание уйти из жизни.

Психологические заболевания и расстройства личности. Еще совсем недавно всех людей, которые пытались покончить жизнь самоубийством, считали ненормальными, психически больными людьми. Конечно, это утверждение неправильное, потому что большинство людей, погибших от суицида, были абсолютно нормальными и здоровыми. Но, тем не менее, расстройства психики могут стать причиной самоубийства. Наиболее часто люди лишают себя жизни под воздействием накатившей депрессии. Бывают случаи самоубийства также на фоне неврозов. Как правило, суициды на фоне психических заболеваний носят истинный характер.

Другие причины – менее распространенные, но которые, тем не менее, встречаются в подростковой среде.

- **Юбилейные самоубийства.** Склонность к театральности иногда толкает группу подростков на массовое самоубийство, приуроченное к какой-то дате. Этот мотив можно было бы отнести к подражательным самоубийствам, но здесь есть существенное различие — момент смерти во времени. Важным является точность, иногда вплоть до минуты. Юбилейные суициды могут приурочиваться, например, к годовщине смерти какого-нибудь кумира. Так, в Америке самоубийство Курта Кобейна вызвало целый ряд юбилейных самоубийств среди подростков — фанатов его творчества. Подростки лишали себя жизни различными способами, но именно в дату его смерти, указывая эту причину в предсмертной записке.
- **Самоубийства-убийства.** Бывают случаи, когда отчаявшийся и забитый подросток, доведенный до крайней точки, лишая себя жизни, забирает с собой еще и своих обидчиков.
- **Самоубийства, связанные с физической неполноценностью или неизлечимыми болезнями.** Как правило, подростки очень болезненно и критически относятся к собственной внешности и к внешности других людей. Очень часто можно наблюдать картину, когда подростки издеваются и насмехаются над людьми, имеющими врожденные уродства или приобретенные увечья. Причем многие родители поощряют негативное отношение своих детей к неполноценным людям, запрещая с ними общаться. Многие подростки не могут найти в себе силы вынести постоянные издевки и насмешки со стороны сверстников, поэтому предпочитают добровольно расстаться с жизнью.
- **Самоубийства, связанные с недовольством собой.** Особенно этот мотив распространен у девочек, которые подвластны стереотипам. Еще в раннем детстве они мечтают иметь внешность, как у модели или какой-нибудь известной певицы или актрисы. Когда при взрослении у нее формируется несколько другие формы, для них это

становится катастрофой. Наиболее распространенный тип внешности, к которому в раннем возрасте стремятся практически все девочки, — это тип куклы Барби и др.: пышный бюст, длинные ноги, осиная талия. Отклонение от эталона довольно часто толкает девочек на суицид.

- **Самоубийства, связанные с религиозным сектантством.** Подростки в своем возрасте озадачены поиском смысла жизни. Иногда случается, что находят они его в религиозных сектах. Не будем сейчас углубляться в тему того, какое влияние могут оказать подобные организации на наивного подростка. Это и так всем известно. Но факт остается фактом. Существует множество примеров, когда руководители секты своими идеями доводили массы людей до суицида.

Надо помнить о том, что каждый человек индивидуален, поэтому подвести его к решению покончить с собой может все что угодно. Перечисленные мотивы суицида могут выступать в реальной жизни в различных комбинациях или в менее выраженных формах. Родители подростков должны помнить, что есть много негативных мыслей, которые, накапливаясь в мыслях, могут подвести их ребенка к краю пропасти.

Суицидальные мысли

Если человек в разговоре затрагивает темы смерти или высказывает желание уйти из жизни - не стоит оставлять эти слова без внимания, даже если они были сказаны как бы в шутку. С особой серьезностью следует относиться к неудавшимся попыткам суицида, даже если они не нанесли особого вреда здоровью человека. Сами по себе суицидальные мысли не так страшны. Если человек думает и говорит о самоубийстве, это не означает, что он планирует его совершить. Откровенный разговор может помочь вам понять, в каком состоянии пребывает человек, что его тревожит. Возможно, вам удастся вовремя помочь ему.

Подростковое суицидальное поведение имеет несколько особенностей, отличающих его от суицидального поведения взрослого человека. Исследования показывают, что проявление суицидального поведения возрастает в возрасте 14–15 лет и достигает пиковой точки в 16–19 лет.

Одной из основных причин суицидального поведения, имеющих возрастной характер, является неадекватное восприятие подростками самой смерти. Присущий юному возрасту романтизм рисует подросткам картину смерти, на которой он видит свое бледное, но красивое и молодое тело в гробу, оплакиваемое родственниками и друзьями, но нет пока осознания того, что в реальности эту картину увидеть никому не удастся. Подростки воспринимают собственную смерть как временное явление, как метод воздействия на близких. Только к переходу во взрослую жизнь смерть начинает восприниматься человеком как необратимое явление.

У большинства подростков отсутствует чувство страха смерти именно из-за неправильного ее восприятия. Зачастую, опасные игры, в которые играют подростки, желая продемонстрировать свою смелость и бравость, привлечь внимание окружающих, приводят к трагическим последствиям. Считается, что половина попыток подростков уйти из жизни являются демонстративными, ложными, совершаются в качестве шантажа. Но на самом деле очень трудно распознать истинные и ложные попытки уйти из жизни. Специалисты предлагают обращать пристальное внимание на поведение подростков и подвергать тщательному анализу любые попытки суицида.

Необходимо помнить, что детские переживания и конфликты протекают несколько иначе, чем у взрослых. Порой родители воспринимают проблему своего ребенка как пустяковую, не понимая, что в данный момент подростку



кажется очень важной и он, в силу отсутствия опыта, не может ее самостоятельно решить. Отсутствие поддержки и понимания со стороны родителей оставляет подростка наедине с его проблемой и порождает чувство отчаяния, способного спровоцировать суицидальное поведение.

В подростковом возрасте спровоцировать суицидальное поведение могут депрессивные состояния, отличающиеся от взрослых. К ним можно отнести грустное настроение, скуку, усталость, бессонницу, чувство беспокойства, излишнюю эмоциональность, замкнутость в себе, невнимательность, агрессию, неуспеваемость в школе, злоупотребление алкоголем, наркозависимость.

На что стоит обратить внимание

На эти признаки родителям стоит обратить внимание, ведь изменение поведения всегда является сигналом о том, что с ребенком или подростком что-то происходит:

-  заметная перемена в обычных манерах поведения человека;
-  потеря аппетита или импульсивное обжорство, бессонница или повышенная сонливость в течение, по крайней мере, последних дней;
-  частые жалобы на соматическое недомогание (на боли в животе, головные боли, постоянную усталость, частую сонливость);
-  необычно пренебрежительное отношение к своему внешнему виду;
-  постоянное чувство одиночества, бесполезности, вины или грусти;
-  ощущение скуки при проведении времени в привычном окружении или выполнении работы, которая раньше приносила удовольствие;
-  уход от контактов, изоляция от друзей и семьи, превращение в человека-одиночку;
-  нарушения внимания со снижением качества выполняемой работы;
-  погружённость в размышления о смерти;

- ✚ отсутствие планов на будущее («Почему это должно меня беспокоить? Ведь завтра я могу умереть»);
- ✚ внезапные приступы гнева, зачастую возникающие из-за мелочей;
- ✚ приобщение к алкоголю или наркотикам или усиленное их потребление.
- ✚ Иногда сигналом готовности подростка расстаться с жизнью может послужить раздаривание личных вещей, которые представляют для него ценность, попытка уладить конфликты с людьми, с которыми он находился в ссоре.



Подросток, собирающийся совершить самоубийство, делится своими переживаниями хотя бы с одним человеком. Иногда информация может подаваться в завуалированной форме, чаще — как прямое предупреждение о самоубийстве, но кто-то из близкого окружения подростка, несомненно, об этом знает.

Если вы заметили, что ваш ребенок готовится к суициду, намерен лишить себя жизни, **в первую очередь необходимо с ним поговорить**. Выясните, что происходит с подростком. Если он открыто заявляет о намерении уйти из жизни, обсудите эту проблему. Задавайте ему вопросы, которые позволят ему самостоятельно сформулировать причину своего решения. Подросток должен почувствовать, что вы готовы разделить с

ним его проблему, поддержать его, что вы не равнодушны к его беде, к его чувствам.

Постарайтесь ни в коем случае не оставлять подростка одного в таком состоянии. Если вам необходимо уйти, оставьте его на попечение другого взрослого. Если вы видите, что не можете самостоятельно справиться с проблемой и беседы результатов не дают, обратитесь за помощью к специалисту, который поможет вашему ребенку выйти из кризисного состояния.

Если слышите	Вы	Обязательно скажите	Нельзя говорить
«Ненавижу всех...»		«Чувствую, что что-то происходит. Давай поговорим об этом»	«Когда я был в твоём возрасте...да ты просто несешь чушь!»
«Все безнадежно и бессмысленно»		«Чувствую, что ты подавлен. Иногда мы все так чувствуем себя. Давай обсудим, какие у нас проблемы, как их можно разрешить»	«Подумай о тех, кому хуже, чем тебе»
«Всем было бы лучше без меня!»		«Ты много значишь для меня, для нас. Меня беспокоит твое настроение. Поговорим об этом»	«Не говори глупостей. Поговорим о другом...»
«Вы не понимаете меня!»		«Расскажи мне, что ты чувствуешь. Я действительно хочу тебя понять»	«Где уж мне тебя понять!»
«Я совершил ужасный поступок»		«Я чувствую, что ты ощущаешь вину. Давай поговорим об этом»	«И что ты теперь хочешь? Выкладывай немедленно!»

«У меня никогда ничего не ролучается»	«Ты сейчас ощущаешь недостаток сил. Давай обсудим, как это изменить»	«Не получается – значит, не старался!»
«Вы не понимаете меня!»	«Расскажи мне, что ты чувствуешь. Я действительно хочу тебя понять»	«Где уж мне тебя понять!»

Как разрушить романтизм подросткового суицида

Многие подростки видят в суициде красивый и героический поступок. Во многом это вина кино и телевидения, которые изображают смерть в искаженном виде, что позволяет подросткам неадекватно воспринимать это явление. Образ смерти, показываемый на экранах телевизора и описанный в художественных книгах, далек от реальности. Что думает о смерти подросток? Он представляет свое молодое красивое тело в гробу, окруженном друзьями и родственниками, которые оплакивают утрату. Все будут относиться к нему с уважением, вспоминать, каким он был хорошим сыном, другом, братом, горевать, что он так рано ушел из жизни.

Подросток представляет красивую могилу, на которой всегда будут стоять живые цветы, родные поставят ему красивый памятник. Все будут оплакивать его долгое время: и те, кто любил, и те, кто обижал. Последние поймут, что были к нему не справедливы, и будут просить прощения. Подростки не осознают, что смерть — это конец всему. Не у кого будет уже просить прощения. Нет больше человека. Не увидит он, кто его оплакивает, кто по нему страдает, а кто не понимает, зачем он это сделал.

Подростки идеализируют смерть. Подросток уже достаточно взрослый, чтобы узнать, как на самом деле выглядит тело самоубийцы в зависимости от способа лишения себя жизни.

Если вы видите, что ребенок идеализирует суицид, если смерть представляется ему красивой, посвятите его в некоторые детали реальности. Наверняка у него пропадет желание таким способом закончить свой жизненный путь.

Рассмотрим некоторые способы самоубийств, которые чаще всего выбирают подростки, чтобы «красиво» уйти из жизни.

Отравление

Этот способ чаще всего практикуют девочки-подростки. Они тщательно подготавливают сценарий, красиво обставляют комнату цветами, зажигают свечи, надевают самое красивое платье, делают прическу. Далее девочка принимает смертельную дозу таблеток, ложится в постель и ждет смерти, представляя, как ее найдут потом родственники или возлюбленный, такую красивую, бледную, как спящая красавица.

Проходит совсем немного времени, и события начинают развиваться совсем по другому сценарию. Начинается естественная реакция организма на таблетки — безудержная рвота. Рвотный рефлекс в этом случае невозможно подавить. Чаще всего смерть наступает даже не от отравления организма лекарственными препаратами, а от того, что человек задыхается собственными рвотными массами. Не слишком красивая картина. Кроме того, если к подростку успеет помощь, то его отправят в больницу, где будут долго и мучительно промывать желудок. Тоже не самая приятная процедура. Тут тоже возможны два варианта исхода событий. Первый: врачам не удастся спасти подростка, и он умирает в больнице. Второй вариант — жизнь спасена, но человек остается инвалидом, что не слишком романтично.

Повешение

Непосредственно после того, как самоубийца выбивает из-под ног опору, у него начинается агония. Он раскачивается на веревке, ударяется о находящиеся рядом предметы, вследствие чего на теле образуются множественные кровоподтеки и

ссадины. Особо неромантичным покажется тот факт, что у повешенного непроизвольно расслабляются сфинктеры заднего прохода и мочевого пузыря. Вся кровь из тела оттекает в ноги, поэтому труп становится бледным, а ноги приобретают бордовый цвет и распухают. Очень часто шейные позвонки не выдерживают и ломаются. На лице у повешенного — жуткая гримаса. Ну очень нелицеприятное зрелище.



Прыжок с крыши

Интересно, о чем думает подросток, прыгивая с крыши высотного дома? На какую красоту он рассчитывает? Чаще всего человек от удара о землю превращается просто в фарш, в месиво. Кости и внутренние органы вываливаются на всеобщее обозрение. Череп от удара деформируется так, что не разобрать, где нос, где рот, а где уши. Самоубийца лежит на асфальте в луже крови, на которую тут же слетаются мухи. Вокруг сразу же собирается толпа зевак, которые с интересом рассматривают, обсуждают, осуждают. Вряд ли это покажется кому-то романтичным. К тому же хоронить то, что осталось от человека, будут в зарытом гробу.

Перерезание вен

Перед потерей сознания у человека начинается агония. Лицо сводит судорогой, кровь оттекает, начинается непроизвольное слюноотделение. Так же, как и при повешении, расслабляются сфинктеры заднего прохода, человек плавает в ванне вместе с собственными фекалиями. Если человека находят не сразу, то к этой красоте добавляются еще и изменения, присущие утопленникам. Картина не слишком красивая.

Самострел

В фильмах мы видим, что человек пускает в себя пулю и у него в голове остается только маленькое обожженное отверстие. Ну да — романтично. Входное отверстие действительно маленькое, зато выходное — очень большое. Мозг человека при этом растекается по стене. Огнестрельное ранение в голову всегда обезображивает лицо до неузнаваемости. Голову просто разрывает изнутри. Череп иногда раскалывается пополам или на несколько кусков. Бывают случаи, что домашние животные, застав хозяина в таком виде, начинают пробовать его на вкус. Романтичное зрелище — кошка, поедающая мозг своего хозяина? Кровь в жилах стынет.

Смерть далека от романтики. Нет в ней абсолютно ничего прекрасного. Донесите эту информацию до подростка. Пусть он выкинет из головы эти страшные мысли. Живет и наслаждается жизнью.

Литература

- ✓ Мэтьюз, Э. Останови их : как справиться с обидчиками и преследователями: [для подростков и их родителей]: [пер. с англ.] / Эндрю Мэтьюз. - Москва : Эксмо, 2013. - 232 с. - (Психология. Счастье по Мэтьюзу). - Текст : непосредственный. (Отдел организации и использования единого фонда, Центральная городская библиотека им.ю.Н.Либединского, библиотека-филиал № 22)

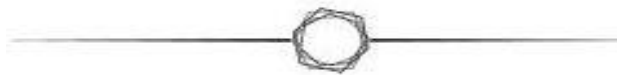


- Башаров, С. Как не попасть в сети. Опыт противодействия : [суицидальные группы в интернете. Воздействие на подростков] / С. Башаров. - Текст : непосредственный // Основы Безопасности Жизни. - 2017. - № 3. - С. 26-29.
- Воликова, С. В. Школьное насилие и суицидальное поведение детей и подростков / А.В.Нифонтова,

А.Б.Холмогорова. - Текст : непосредственный // Вопросы психологии. - 2013. - № 2. - С. 24-30.

- Диагностика суицидального поведения детей и подростков : методические рекомендации по организации работы в образовательных учреждениях. - Текст : непосредственный // Социальная педагогика. - 2012. - № 6. - С. 48-70.
- Иовчук, Н. М. Остановить на краю : детские депрессивные состояния и связанные с ними суицидальные настроения / Н. М. Иовчук. - Текст : непосредственный // Не будь Зависим. - 2015. - № 7-8. - С. 12-15.
- Казьмина, О. Ю. Прогноз суицида при депрессии : исследование на базе Московской психиатрической больницы. Средний возраст 25 лет / О. Ю. Казьмина и др. - Текст : непосредственный // Вопросы психологии. - 2015. - № 3. - С. 38-48.
- Кий, Н. М. Формирование у подростков жизнеутверждающих установок : практические занятия для старшеклассников, которые могут быть включены в программу работы по профилактике суицидальных тенденций / Н. М. Кий. - Текст : непосредственный // Социальная педагогика. - 2012. - № 5. - С. 57-71.
- Курганский, С. М. Когда страх перед жизнью сильнее страха смерти : детский и подростковый суицид / С. М. Курганский. - Текст : непосредственный // Социальная педагогика. - 2011. - № 4. - С. 78-88.
- Лешик, С. Цена жизни : одна из страшных опасностей подросткового возраста - суицид / С. Лешик. - Текст : непосредственный // Здоровье школьника. - 2014. - № 5. - С. 56-59.
- Малинина, К. "Твой бонус - самоубийство" : проблемы подросткового суицида обсуждают в Миассе / К. Малинина. - Текст : непосредственный // Глагол. - 2017. - 20 апреля. - С. 4.
- О чем молчит подросток : Статистика и анализ детских суицидов от следственного комитета. - Текст : непосредственный // Глагол. - 2013. - 30 августа. - С. 6.

- О чем молчит подросток : Статистика и анализ детских суицидов от следственного комитета. - Текст : непосредственный // Глагол. - 2013. - 30 августа. - С. 6.
- Профилактика суицидального поведения детей и подростков: организация работы в образовательных учреждениях. - Текст : непосредственный // Социальная педагогика. - 2012. - № 5. - С. 46-56.
- Северный, А. А. Профилактика суицидального поведения у детей и подростков / А. А. Северный. - Текст : непосредственный // Не будь Зависим. - 2016. - № 1. - С. 17-19.
- Сидорчук, В. Медиапсихоз для подростков : о массовых акциях суицида рассказывает педагог-психолог ГБОУ "Областного центра диагностики и консультирования". Телефоны психологической помощи / беседовал А.Файрузов. - Текст : непосредственный // Южноуральская панорама. - 2017. - 16 марта. - С. 12.
- Синягина, Н. Ю. Психологическая характеристика детского суицида и его профилактика / Н. Ю. Синягина. - Текст : непосредственный // Социальная педагогика. - 2013. - № 3. - С. 117-125.
- Что нужно знать родителям о подростковых суицидах?. - Текст : непосредственный // Не будь Зависим. - 2015. - № 7-8. - С. 40-43.
- Шкуричева, Н. А. Педагогическая профилактика детского суицидального поведения / Н. А. Шкуричева. - Текст : непосредственный // Начальная школа. - 2012. - №5. - С. 18-25.



- «Мы ругаем их за тройки, а они разрабатывают план самоубийства». –Текст: электронный // Азбука..ru : [сайт]. – URL: <https://azbyka.ru/deti/my-rugaem-ikh-za-trojki-a-oni->

[razrabatyvayut-plan-samoubijstva-pyat-pisem-podrostkov](#) (дата обращения: 09.10.2021).

- Зинова, У. Суицид – не выход: 10 советов родителям подростков / У.Зинова. – Текст: электронный // Правмир.ru : [сайт]. – URL: <https://www.pravmir.ru/suitsid-ne-vyihod-10-sovetov-roditelyam-podrostkov/> (дата обращения: 09.10.2021).
- Подростковый суицид: 9 фактов, о которых необходимо знать всем родителям. – Текст: электронный // Моноклер.ru : [сайт]. – URL: <https://monocler.ru/podrostkovyj-suiczid/> (дата обращения: 09.10.2021).

Оглавление

Поколение RESET	3
Подростковый суицид	3
Причины.....	5
Суицидальные мысли	10
На что стоит обратить внимание.....	12
Как разрушить романтизм подросткового суицида	15
Литература	18

Эти слова ласкают душу Вашего ребенка...

- ❖ Ты самый любимый!*
- ❖ Ты очень много можешь!*
- ❖ Спасибо!*
- ❖ Что бы мы без тебя делали!*
- ❖ Иди ко мне!*
- ❖ Садись с нами!*
- ❖ Расскажи мне, что с тобой?*
- ❖ Я помогу тебе...*
- ❖ Я радуюсь твоим успехам!*
- ❖ Чтобы ни случилось, твой дом –
твоя крепость!*
- ❖ Как хорошо, что ты у нас есть!*

