



Официальный сайт

Главное следственное управление
Следственного комитета Российской Федерации
по городу Москве

"ТАСС" Следователи СК подготовили памятку родителям, как выявлять суицидальные мысли у ребенка

Насторожить родителя должно устойчиво сниженное настроение ребенка

МОСКВА, 9 ноября. /ТАСС/. Сотрудники Главного следственного управления Следственного комитета РФ выпустили памятку для родителей, как своевременно выявить наличие суицидальных мыслей у ребенка.

Как рассказала ТАСС представитель ГСУ СК РФ по Москве Юлия Иванова, этой осенью в столице вновь прошла серия суицидов подростков, в связи с чем для разработки памятки родителям следователи привлекли научно-практический центр психического здоровья детей и подростков.

Насторожить родителя должно устойчиво сниженное настроение ребенка. "Частым спутником суицидального поведения является депрессия. Нередко грустное настроение сопровождается мыслями об отсутствии перспективы, пессимистической трактовкой любого события. Высокий уровень тревоги. Насторожить родителей должны постоянное беспокойство ребенка, его повышенная тревожность, особенно если они сочетаются с нарушениями сна, аппетита", - говорится в памятке.

Кроме того, ребенок проявляет "чувство вины, которое не связано с реальными проступками". "Подросток допускает самоуничижительные высказывания, "копается" в себе, обвиняет себя в неудачах, неприятностях, проблемах", а в его поведении появляются разговоры о самоубийстве, о бессмысленности жизни, вопросы ребенка родителям: "А как бы вы жили, если бы я не родился?", "А как вы будете жить, если меня не будет?", - говорится в памятке.

Также на наличие таких мыслей говорят и частые поисковые интернет-запросы на тему смерти и способов ухода из жизни, он проявляет повышенный интерес к лекарствам. Еще одним признаком может быть раздаривание вещей, особенно субъективно значимых для ребенка.

Риск таких проявлений выше, говорится в памятке, если в характере ребенка есть



Официальный сайт

Главное следственное управление
Следственного комитета Российской Федерации
по городу Москве

импульсивность, несдержанность, склонность к действиям на основе сиюминутных порывов без достаточного продумывания возможных последствий.

Что делать

Родителям советуют при первых же малейших подозрениях открыто и деликатно поговорить с подростком, выслушать его без осуждения и постараться вникнуть в его проблему. Нередко дети скрывают свои переживания от родителей или находятся в оппозиции к ним, поэтому надо постараться поговорить с друзьями ребенка, их родителями, учителями в школе, спросите, как он ведет себя в школе, в компании сверстников.

Разработчики памятки подчеркивают, что "безразличное или пренебрежительное отношение к жалобам подростка способно подтолкнуть его на необдуманный шаг".

"Со стороны взрослых ребенок должен постоянно получать поддержку, особенно в периоды возрастных кризисов и эмоциональных переживаний. Открыто обсуждайте с ребенком семейные и внутрисемейные проблемы. Помогайте ребенку строить реальные жизненные планы и поддерживайте его в достижении своих жизненных целей. Учите ребенка распознавать источник психологического дискомфорта, преодолевать препятствия и трудности, опираясь на надежду и уверенность. Учите не только советами, но и своим примером. Поощряйте и развивайте в ребенке все хорошее, помогайте ему осознавать его способности", - советуют авторы.

Они призывают ни при каких обстоятельствах не использовать физические наказания.

"Атмосфера взаимного доверия является обязательным условием воспитания счастливого человека", - подчеркивают авторы памятки мамам и папам.

По словам представителя ГСУ, в минувшем году подростки совершили в Москве 39 самоубийств. В этом году, благодаря принятым мерам профилактики, - 24.

09 Ноября 2015

Адрес страницы: <https://moscow.sledcom.ru/press/smi/item/986631>