

Цель: повышение психолого-педагогических знаний родителей о причинах, признаках и характере подросткового суицида, видах оказания первой помощи в кризисной ситуации.

Задачи:

познакомить родителей с проблемой суицида в подростковой среде, влиянии характера внутрисемейных взаимоотношений на поведение ребёнка;
формировать представления о способах выражения любви и внимания к ребёнку, понимание о проблемах подросткового возраста;
воспитывать уважение к личности подростка;
предложить рекомендации по профилактике подросткового суицида, видах оказания помощи в кризисной ситуации.

Ход мероприятия:

Здравствуйте уважаемые родители! Именно сегодня хотелось бы начать нашу встречу словами героя фильма «Доживем до понедельника»: «Счастье – это тогда, когда тебя понимают».

Ведь так важно, чтобы люди, которые находятся рядом, понимали нас с полуслова, с полувзгляда, с полужеста. Но не всегда так получается в реальной жизни, к большому нашему сожалению.

Представьте или вспомните на минуту ситуацию, когда мы, взрослые, что-то доказываем, приводим аргументы, а нас просто не понимают. Сразу же возникает дискомфорт. А каково детям? Многие трудности семейного воспитания зачастую связаны с непониманием, с неумением родителей войти в мир вещей и взаимоотношений ребенка, в мир детства. И часто мы, родители, слышим: «Ты меня не понимаешь!».

Поэтому прежде, чем мы начнём работать дальше, давайте выполним вместе упражнение «Психологическая зарядка», чтобы определить, насколько сегодняшняя тема важна именно для Вас.

Итак, слушаем внимательно и выполняем инструкцию:

Если в вашей семье время от времени возникают «приступы непослушания» – похлопайте в ладоши.

Если вы ребенка чаще хвалите, чем ругаете и наказываете – дотроньтесь до кончика носа.

Если вы считаете себя хорошим родителем – постучите кулаком в грудь.

Если у вас возникают какие-либо сложности или непонимание со своим ребенком – закройте глаза.

Бывает ли в вашей семье так: вы наказываете ребенка, а другие члены семьи тут же начинают упрекать вас в излишней строгости и утешать ребенка – потопайте ногами.

Если вы считаете, что в воспитании детей главное – пример взрослых – поднимите руку.

Если вы делаете все возможное, чтобы вашему ребенку было комфортно в семье – погладьте себя по голове.

Спасибо за работу. Анализируя ваши движения, можно легко заметить, что иногда нам трудно понять наших детей, найти с ними общий язык, хотя все мы стараемся приложить максимум усилий для того, чтобы дать все самое лучшее своему ребёнку, забывая о том, что самое лучшее – это наши внимание и забота.

Сегодня нам хочется обсудить непростую, но крайне важную тему, которая связана с безопасностью жизни и здоровья детей. Говорить мы будем о проблеме суицида среди детей и подростков. Актуальность данной проблемы обусловлена тем, что в последнее время увеличился рост количества суицидальных попыток в подростковой среде.

Просмотр видеоролика: «Я не вернусь сюда никогда».

1. Какие эмоции вызвал у вас этот фильм?
2. Как вы думаете, что стало причиной трагического события в семье?
3. Что можно было сделать, на ваш взгляд, чтобы предотвратить трагедию?

Действительно, в данном ролике была показана неблагополучная семья, в которой жестоко обращались с детьми. Атмосфера напряженности и конфликтных семейных ситуаций действует на ребенка резко отрицательно. Дом перестает быть для него опорой, он теряет чувство безопасности, исчезает тот источник, которым была для него семья, когда в ней царила эмоциональная связь родителей, когда они и мир их ценностей были примером для подражания. Нарушение такой стабильности семейной системы может привести ребенка, особенно в младшем школьном и подростковом возрасте, к поискам опоры вне дома. В таком состоянии дети легче поддаются внешним влияниям, так как стремятся к разрядке внутреннего напряжения.

Надо помнить, что чем длительнее по времени разногласия в семье, тем сильнее их отрицательное влияние на ребенка. Эмоциональное состояние родителей остро воспринимают дети любого возраста. Там, где взаимоотношения родителей искажены, развитие детей идет с отклонением от нормы. В таких условиях омрачаются или даже утрачиваются представления о светлых идеалах любви и дружбы, которые человек усваивает в раннем возрасте на примере самых близких людей – отца и матери. Кроме того, конфликтные ситуации ведут к тяжелым психическим травмам.

Практическое задание.

Возьмите листок бумаги. Представьте, что этот лист – душа вашего сына или дочери. Когда-нибудь вы ругали своих детей злобно, не выдержанно. При каждом сгибе листка вспомните все то негативное, что было сказано вами в адрес ребенка. А сейчас начинайте разгибать лист и с каждым отгибанием вспоминайте, то хорошее, что вы говорили детям.

Что произошло с листом бумаги? (родители высказывают свои мнения).

Вы расправили листок, но на нем так и остались линии сгиба. Так же и в душе детей на всю жизнь остаются травмы от непонимания и несправедливости к ним.

Многим из нас кажется, что суицид или самоубийство – это то, что никогда не случится с моим ребенком. И к сожалению очень часто установка на то, что мой ребенок не способен по своему желанию уйти из жизни, мешает нам с вами трагедию предотвратить.

-Итак, что же такое суицид?

Суицид – это умышленное лишение себя жизни. «Парасуицид» – «суицидальная попытка».

Что может привести ребенка и подростка к суицидальным действиям?

Выделяют следующие суицидальные мотивы:

1. личностно-семейные: хронические семейные конфликты; развод родителей; болезнь, смерть близких; одиночество, неудачная любовь; оскорбление, унижение со стороны окружающих и т.д.;

2. состояние здоровья: психические заболевания, соматические заболевания;

3. конфликты, связанные с антисоциальным поведением: опасение уголовной ответственности, боязнь иного наказания или позора (изнасилование, нежелательная беременность);

4. конфликты, связанные с учебой;

5. материально-бытовые трудности семьи.

- Каковы же признаки суицидальное поведение?

- Как узнать, что у ребенка есть суицидальные проявления?

Почти каждый, кто всерьез думает о самоубийстве, так или иначе дает понять окружающим о своем намерении. Самоубийства не возникают внезапно, импульсивно, непредсказуемо или неизбежно. Они являются последней каплей в чаше постепенно ухудшающейся ситуации. Среди тех, кто намеревается совершить суицид, тем или иным образом раскрывает свои стремления.

Существуют определенные признаки, по которым можно понять, что ребенок склонен к суициду. Данные признаки, можно разделить на 3 группы: словесные, поведенческие и ситуационные.

Поведенческие признаки:

1. Раздаёт другим вещи, имеющие большую личную значимость, окончательно приводит в порядок дела, мирится с давними врагами.

2. Демонстрирует радикальные перемены в поведении, такие, как:

- в еде – ест слишком мало или слишком много;

- во сне – спит слишком мало или слишком много;

- во внешнем виде – становится неряшливым;

- в школьных привычках – пропускает занятия, не выполняет домашние задания, избегает общения с одноклассниками; проявляет раздражительность, угрюмость; находится в подавленном настроении;

- проявляет замкнутость от семьи и друзей;

3. Проявляет признаки беспомощности, безнадежности и отчаяния.

Словесные признаки:

1. Прямо и явно говорит о смерти: «Я собираюсь покончить с собой»; «Я не могу так дальше жить».

2. Косвенно намекает о своем намерении: «Я больше не буду ни для кого проблемой»; «Тебе больше не придется обо мне волноваться».

3. Много шутит на тему самоубийства.

4. Проявляет нездоровую заинтересованность вопросами смерти.

Ситуационные признаки:

1. Социально изолирован (не имеет друзей или имеет только одного друга), чувствует себя отверженным.

2. Живет в нестабильном окружении (серьезный кризис в семье – в отношениях с родителями или родителей друг с другом; алкоголизм – личная или семейная проблема);

3. Ощущает себя жертвой насилия – физического, сексуального или эмоционального.

4. Предпринимал раньше попытки суицида.

5. Имеет склонность к самоубийству вследствие того, что оно совершалось кем-то из друзей, знакомых или членов семьи.

6. Перенес тяжелую потерю (смерть кого-то из близких, развод родителей).

7. Слишком критически настроен по отношению к себе.

Если вы обратили внимание на то, что ваш ребенок проговаривает, или во внешнем виде проявляет те признаки, о которых говорилось выше, нужно обязательно побеседовать с ним, скорее всего у него есть проблемы, разрешить которые он не в состоянии. Обратитесь вместе с вашим ребенком к специалисту, чтобы вместе разработать стратегию помощи (к психологу, врачу-психиатру, врачу-психотерапевту).

- Что же нужно делать вам, как родителям, для того, чтобы предотвратить суицид у детей?

Для профилактики суицидального поведения необходимо следовать ряду правил:

Открыто обсуждать семейные и внутренние проблемы детей.

Всегда находить время для того, чтобы выслушать своего ребенка.

Обязательно установить теплый эмоциональный контакт с ребенком, говорить почаще, что любите его, что он важен для вас.

Помогать своим детям строить реальные цели в жизни и стремиться к ним. Искать конструктивные выходы из ситуации. Строить совместные планы на будущее. Можно попросить ребенка совместно с вами поразмышлять над альтернативными решениями проблемы.

Не отрицать переживаний вашего ребенка. Высказывания: «Нечего переживать», «Не бери в голову», «Это все глупости» приведут к потере его доверия к вам. Оказывайте эмоциональную поддержку (выслушайте, обнимите и т.д.). Желательно быть искренним и откровенным с ребенком делиться своими чувствами и переживаниями.

Не скупиться на похвалу. К сожалению, все мы скоры на расправу, особенно если речь идет о ребенке. А вот похвалы от родителей дожидаться не так уж и просто. И очень зря – если вы не будете регулярно хвалить своего ребенка, его самооценка вряд ли будет достаточно высокой. Конечно же, за

вымытую за собой тарелку хвалить каждый раз – это перебор. А вот если вы хотя бы раз в неделю отметите, какой у вас помощник, ребенок это обязательно оценит.

Ни при каких обстоятельствах не применяйте физические наказания.

Предъявлять требования соответствующие возможностям вашего ребенка.

Сейчас вы получите памятку и буклет с конкретными рекомендациями по профилактике суицидального поведения детей, содержание памятки можно изучить дома.

Уважаемые родители, помните, что самая главная профилактика суицидов среди детей и подростков – это здоровые, доверительные отношения внутри семьи. Как бы не была загружена ваша жизнь, жизнь ребенка должна быть всегда на первом месте.

И нашу встречу хочется закончить китайской притчей «Ладная семья».

Жила-была на свете семья. Она была не простая. Более 100 человек насчитывалось в этой семье. И занимала она целое село. Так и жили всей семьей и всем селом. Вы скажете: ну и что, мало ли больших семейств на свете. Но дело в том, что семья была особая – мир и лад царили в той семье. Ни ссор, ни ругани, ни, драк и раздоров. Дошел слух об этой семье до самого императора. И он решил проверить, правду ли молвят люди. Прибыл он в село, и душа его возрадовалась: кругом чистота, красота, достаток и мир. Хорошо детям, спокойно старикам. Удивился император. Решил узнать, как жители села добились такого лада, пришел к главе семьи и говорит:

– Расскажи, как ты добиваешься такого согласия и мира в твоей семье?

Тот взял лист бумаги и стал что-то писать. Три слова были начертаны на бумаге: любовь, прощение, терпение. И в конце листа: сто раз любовь, сто раз прощение, сто раз терпение.

Прочел император и спросил:

– И все?

– Да, – ответил старик, – это и есть основа жизни всякой хорошей семьи.

И, подумав, добавил:

– И мира тоже.

Семья и школа – два социальных института, имеющих значительное влияние на детей. Наше воздействие будет тем эффективнее, чем полнее и глубже мы будем использовать свои возможности.

Спасибо всем за внимание! Спасибо всем за участие, общение, взаимодействие. Всего вам доброго!