

## Важно знать...

Большинство подростков, склонных к суицидальным действиям страдает от депрессии, которая может ими не осознаваться.

Депрессия часто начинается постепенно, появляются тревога и уныние. Потом замечается подавленность, печаль и «хандра». Будущее становится тусклым, появляется уверенность, что его нельзя изменить.

Становятся обузой даже простые обязанности: «Я и мыслить не могу ясно». Вялость, усталость и отсутствие жизненной энергии мешают принимать самые простые решения.



«ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ» по России  
8-800-200-01-22

Круглосуточно, анонимно, бесплатно!

Иногда простой разговор  
меняет много—просто позвони



МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 20»

## Общие черты и особенности суицидального поведения подростков

Тогда на белую свечу, Мчась по  
текущему лучу, Летит без воли  
мотылек. Он грудью пламени  
коснется, В волне огнистой  
окунется, Гляди, гляди, и мертвый  
лег.

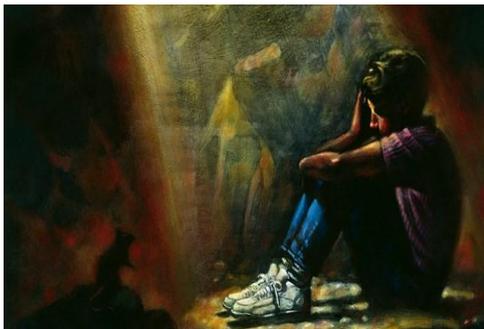
*Велимир Хлебников*



## Суицидальное поведение...

Суицидальное поведение представляет собой аутоагрессивные действия человека, сознательно и преднамеренно направленные на лишение себя жизни из-за столкновения с невыносимыми жизненными обстоятельствами. Фактор намеренности или предвидения смерти отличает суицид от сходных с ним форм поведения, относящихся к несчастным случаям.

В детском и подростковом возрасте возникновению суицидального поведения способствуют депрессив-



Для своевременного реагирования специалистов, необходимо различать признаки депрессии у подростков.

*Признаки депрессии у младших подростков:* печальное настроение; потеря свойственной детям энергии; внешние проявления печали; нарушения сна; соматические жалобы; изменение аппетита или веса; ухудшение успеваемости; снижение интереса к обучению; страх неудачи; чувство неполноценности; самообман — негативная самооценка; чрезмерная самокритичность; сниженная социализация, замкнутость; агрессивное поведение.

*Признаки депрессии у старших подростков:* печальное настроение; чувство скуки; чувство усталости; нарушения сна; соматические жалобы; неусидчивость, беспокойство; фиксация внимания на мелочах; чрезмерная эмоциональность; замкнутость; рассеянность внимания; агрессивное поведение; непослушание; склонность к бунту; злоупотребление алкоголем или наркотиками; плохая успеваемость; прогулы в школе.

Основные мотивы суицидального поведения у подростков

1. Переживание обиды, одиночества, отчужденности и непонимания.
2. Чувства вины, стыда, оскорбленного самолюбия, самообвинения.
3. Боязнь позора, насмешек или унижения.
4. Страх наказания, нежелание извиниться.
5. Любовные неудачи, сексуальные эксцессы, беременность.
6. Чувство мести, злобы, протеста; угроза или вымогательство.
7. Желание привлечь к себе вни-

