

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №8

П Р И Н Я Т О
на заседании
педагогического совета школы
(Протокол № 1 от 31.08.2021г.)

РАССМОТРЕНО
на заседании Совета школы
(Протокол №1 от 30.08.2021г.)
Председатель Совета школы
Б.Н.Панькова

У Т В Е Р Ж Д А Ю
Директор МБОУ СОШ №8
Т.В.Черданец
(Приказ №179 от 31.08.2021г.)

Программа профилактики суицидального поведения " Ты не один»"



г. Новочеркасск-2021

Пояснительная записка.

Семье и отдельной личности в период жизненных кризисов свойственно искажение субъективного образа мира, т.е., представлений и отношении к себе и к миру в целом. Суицидальные мысли и фантазии в этот момент очень распространены. По данным отчёта Детского фонда ООН за последние годы значительно увеличилось число суицидальных попыток и завершённых самоубийств среди молодежи и даже детей. Уровень самоубийств среди российских подростков в настоящее время является одним из самых высоких в мире. Самоубийство подростков занимает третье место среди ведущих причин смертельных случаев и четвертое среди основных причин потенциальной потери жизни. Анализ материалов уголовных дел показывает, что 62% всех самоубийств несовершеннолетними совершается из-за конфликтов и неблагополучия: боязни насилия со стороны взрослых, бестактного поведения и конфликтов со стороны учителей, одноклассников, друзей, чуждости и безразличия окружающих. В целом ряде случаев подростки решались на самоубийство из-за безразличия родителей, педагогов на их проблемы и протестовали таким образом против безразличия и жестокости взрослых. Решаются на такой шаг, как правило, замкнутые, ранимые по характеру, страдающие от одиночества и чувства собственной ненужности, потерявшие смысл жизни подростки. Также причиной суицида может быть алкоголизм и наркомания, как родителей, так и самих подростков, индивидуальные психологические особенности человека, внутриличностный конфликт и т.д. Суицидальные действия у детей часто бывают импульсивными, ситуативными и не планируются заранее. Попытки суицида являются следствием непродуктивной (защитной) адаптации к жизни – фиксированное, негибкое построение человеком или семьей отношений с собой, своими близкими и внешним миром на основе действия механизма отчуждения: попыткам разрешить трудную жизненную ситуацию непригодными, неадекватными способами. Своевременная психологическая помощь, участие, оказанное подросткам в трудной жизненной ситуации, помогли бы избежать трагедий.

Нормативно правовая база о профилактике суицидов

- Семейный кодекс Российской Федерации.
- Письмо Рособрнадзора от 20.09.2004 г. № 01-130/07-01 "О мерах по профилактике суицида среди детей и подростков".
- Письмо Департамента государственной политики в сфере защиты прав детей от 18 января 2016г. № 07-149 "О направлении методических рекомендаций по профилактике суицида».
- Приказ МО И ПО РО от 09.11.2015 г. №795 « О срочных мерах по профилактике суицидов несовершеннолетних».
- Приказ МО И ПО РО от 12.04.2016 г. №244 « О мерах по профилактике суицидов обучающихся и воспитанников образовательных организаций».
- Семейный кодекс Российской Федерации.
- Письмо Рособрнадзора от 20.09.2004 г. № 01-130/07-01 "О мерах по профилактике суицида среди детей и подростков".
- Письмо Департамента государственной политики в сфере защиты прав детей от 18 января 2016г. № 07-149 "О направлении методических рекомендаций по профилактике суицида».
- Приказ МО И ПО РО от 09.11.2015 г. №795 « О срочных мерах по профилактике суицидов несовершеннолетних».
- Приказ МО И ПО РО от 12.04.2016 г. №244 « О мерах по профилактике суицидов обучающихся и воспитанников образовательных организаций».

ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Данная программа предназначена для организации профилактической и коррекционной работы по предотвращению суицидальных попыток среди учащихся разных возрастных групп в школе

Цель настоящей программы в формировании у школьников позитивной адаптации к жизни, как процесса сознательного построения и достижения человеком относительно устойчивых равновесий отношений между собой, другими людьми и миром в целом.

Поставленная цель достигается за счёт последовательного решения следующих задач:

1. Изучение теоретических аспектов проблемы с позиции различных наук (философии, физиологии, психологии, социологии, педагогики) и использование информации в работе с педагогами и родителями.
2. Выявление детей, нуждающихся в незамедлительной помощи и защите и оказание экстренной первой помощи, обеспечение безопасности ребенка, снятие стрессового состояния.

3. Изучение особенностей психолого-педагогического статуса каждого учащегося с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих в психическом состоянии, общении, развитии и обучении.
4. Создание системы психолого-педагогической поддержки учащихся разных возрастных групп в воспитательно-образовательном процессе лица так и в период трудной жизненной ситуации.
5. Привлечение различных государственных органов и общественных объединений для оказания помощи и защиты законных прав и интересов ребенка.
6. Привитие существующих в обществе социальных норм поведения, формирование детского милосердия, развитие ценностных отношений в социуме.
7. Формирование позитивного образа Я, уникальности и неповторимости не только собственной личности, но и других людей.

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1. Работа с детьми и молодежью, ставшими на путь социальной дезадаптации, но имеющими ближайшие перспективы её преодоления.
2. Работа с детьми и молодежью, нуждающимися в срочной психозмоциональной поддержке.
3. Работа с неблагополучными семьями.

Принципы реализации программы:

- Принцип ценности личности, заключающийся в самоценности ребенка.
- Принцип уникальности личности, состоящий в признании индивидуальности ребенка.
- Принцип приоритета личностного развития, когда обучение выступает не как самоцель, а как средство развития личности каждого ребенка.
- Принцип ориентации на зону ближнего развития каждого ученика.
- Принцип эмоционально-ценностных ориентаций учебно-воспитательного процесса.

Ожидаемый результат.

Организованная таким образом работа позволит осуществлять социальную и психологическую защиту детей, снизить количество детей с девиантным поведением и избежать суицидальных попыток. Также позволит организовать работу по оптимизации детско-родительских взаимоотношений.

Содержание программы.

Исходя, из цели и задач программы работа проводится по следующим направлениям:

1. Выявление и реабилитация детей «группы риска» и семей, находящихся в социально опасном положении:

Статьей 14 Федерального закона РФ №120 «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» на образовательные учреждения возложена обязанность оказывать социально-психологическую и педагогическую помощь

несовершеннолетним, имеющим отклонения в развитии или поведении, выявлять подростков и семьи, находящихся в социально-опасном положении. Усилить внимание педагогов на выявление случаев жестокого обращения к детям в семье, выявление детей, нуждающихся в психологической, социальной помощи. Министерство образования России в информационном письме от 26 января 2000 г. №22-06-86 «О мерах по профилактике суицида среди детей и подростков» указывает, что жестокое обращение взрослых с детьми и подростками приводит их к отчаянию, безысходности, депрессиям и, как следствие, к самоубийству. За каждым таким случаем стоит личная трагедия, катастрофа, безысходность, когда страх перед жизнью побеждает страх смерти.

- диагностика – тесты на определение личностной и реактивной тревожности, подверженности стрессу.
- создание электронной базы данных по социально неблагополучным семьям, детям, склонным к суицидальному поведению;
- проведение профилактических мероприятий, направленных на снижение суицидального риска.

3. Пропаганда здорового образа жизни, сохранение и укрепление психического здоровья среди обучающихся.

- Организация досуга несовершеннолетних для формирования широкого круга интересов, увлечений, занятий, направленных на укрепление и сохранение психического и физического здоровья;
- организация и проведение мероприятий, акций по пропаганде ЗОЖ, вовлечение детей «группы риска» в массовые и социально-значимые мероприятия.

4. Оптимизация межличностных отношений в школе.

Поскольку причинами суицидов среди подростков являются также и нарушения межличностных отношений в школе, необходимо принять меры по формированию классных коллективов, нормализации стиля общения педагогов с учащимися.

Оптимизации учебной деятельности учащихся, вовлечению учащихся в социально-значимые виды деятельности, организации школьного самоуправления, формированию установок у учащихся на самореализацию в социально-одобряемых сферах жизнедеятельности (культуре, спорте, искусстве, науке и др.).

Взаимоотношения с учащимися должны строиться на основе уважения, убеждения, спокойном, доброжелательном тоне общения.

СОДЕРЖАНИЕ ОСНОВНЫХ ПОНЯТИЙ

Покушение на самоубийство – это однородная деятельность человека, не закончившаяся летальным исходом по различным обстоятельствам.

Социализация – двуединый процесс: с одной стороны, это *внешнее* для человека влияние на него со стороны общества его социальных институтов и общественной атмосферы, нравственных норм и культурных ценностей, образа жизни людей; с другой – это *внутреннее*, личностное освоение каждым человеком такого влияния в процессе социального становления.

Социальная среда – человеческое, духовное, предметное окружение ребенка, которое оказывает влияние на его личностное развитие, выступая реальным пространством его формирования и самореализации.

Суицид – самоубийство, намеренное лишение себя жизни. Самоубийство и примыкающий к нему более широкий ряд феноменов аутоагрессии и саморазрушения следует отнести к формам девиантного поведения (поступки или действия человека, не соответствующие официально установленным или фактически сложившимся в данном обществе нормам).

Суицидальная попытка – это целенаправленное оперирование средствами лишения себя жизни, не закончившееся смертью.

Суицидальное поведение – волевые действия личности, конечной целью которых является покушение на самоубийство или сам акт самоубийства. Является следствием социально – психологической дезадаптации личности в условиях микросоциального климата.

Суицидальные замыслы – это активная форма проявления суицидальности, т.е. тенденция к самоубийству, глубина которой нарастает параллельно степени разработки плана её реализации.

Суицидальный риск – склонность человека к совершению действий, направленных на собственное уничтожение.

Суицидент – человек, совершивший самоубийство или покушение на самоубийство.

Толерантность – способность человека принимать других людей такими, каковы они есть, сосуществовать и взаимодействовать с ними.

ПРИНЦИПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

1. Принцип **ценности личности**, заключающийся в самоценности ребенка.
2. Принцип **уникальности личности**, состоящий в признании индивидуальности ребенка.
3. Принцип **приоритета личностного развития**, когда обучение выступает не как самоцель, а как средство развития личности каждого ребенка.
4. Принцип **ориентации на зону ближнего развития каждого ученика**.
5. Принцип **эмоционально-ценностных ориентаций** учебно-воспитательного процесса.

ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Организованная таким образом работа позволит осуществлять социальную и психологическую защиту детей, снизить количество детей с девиантным поведением и избежать суицидальных попыток. Также позволит организовать работу по оптимизации взаимоотношений в детско-родительской среде.

Достоинства настоящей программы авторы видят

- В имеющихся возможностях для психологического раскрепощения школьников, для формирования навыков и приемов, способствующих самовыражению каждого ученика;
- В имеющихся возможностях для оказания помощи классному руководителю, учителю-предметнику строить учебно-воспитательную работу в системе, с учетом психологических и возрастных особенностей учащихся;
- В создании условий для своевременной корректировки выявленных психологических проблем и совершенствования и оптимизации учебно-воспитательного процесса.

Наибольший эффект программа может иметь, реализованная как целостная система совместной деятельности педагогов, психолога, администрации школы и родителей, направленная на активное приспособление ребенка к социальной среде, включающее в себя как успешное функционирование, так и перспективное психологическое здоровье

Система программных мероприятий

<i>Просветительско-профилактическая деятельность</i>			
<i>Работа с обучающимися ОУ</i>			
№	содержание работы	сроки	ответственный
1	Выявление и реабилитация несовершеннолетних и их семей, оказавшихся в сложной жизненной ситуации	в течение уч. года	классные руководители
2	Исследования социального статуса семей учащихся. Составление социологической карты	октябрь	классные руководители, социальный педагог
3	Составление базы данных по социально-неблагополучным семьям	октябрь	социальный педагог
4	Проведение индивидуальных профилактических мероприятий семьями социального риска	в течение уч. года	социальный педагог
5	Организация оздоровления и отдыха во внеурочное время детей из неблагополучных и малообеспеченных семей	каникулярное время	классные руководители, социальный педагог
6	Организация волонтерского движения по оказанию помощи детям, склонным к суицидальным действиям	в течение уч. года	организатор
7	Психологические классные часы: - в поисках хорошего настроения	в течение уч. года	классные руководители,

	- профилактика курения - как научиться жить без драки - толерантность - учимся снимать усталость - как преодолевать тревогу - способы решения конфликтов с родителями - стресс в жизни человека. Способы борьбы со стрессом - грани моего Я - я + он + они =мы - способы саморегулирования эмоционального состояния - как сказать НЕТ! - не сломай свою судьбу! Подросток и наркомания		социальный педагог
8	Правовые классные часы: - что ты должен знать об УК РФ - уголовная ответственность несовершеннолетних - знаешь ли ты свои права и обязанности	в течение уч. года	социальный педагог, классные руководители, организатор
9	Психолого-педагогическая поддержка обучающимся на выпускных экзаменах (9 класс)	Март-апрель	классные руководители
Педагоги			
1	Деловая игра «Педагогические приемы создания ситуации успеха»	октябрь	Завуч по УВР
2	Совещание при директоре «Что такое суицид и как с ним бороться»	ноябрь	Администрация ОУ
3	Семинар кл.руководителей «Некоторые причины и формы проявления невротических расстройств у современных старшеклассников»	декабрь	МО
4	Семинар кл.руководителей «Психологический климат в классе»	февраль	МО
Родители			
1	Родительский лекторий: - возрастные психолого-педагогические особенности (младший школьник, подросток, старший школьник) - наши ошибки в воспитании детей - шаги общения - психологические особенности периода адаптации, формы родительской помощи и поддержки - тревожность и ее влияние на развитие личности - трудный возраст или советы родителям - что такое суицид и как с ним бороться (среднее звено) - особенности детско-родительских отношений, как фактор психологического дискомфорта - чем и как увлекаются подростки - куда уходят дети: профилактика безнадзорности и бродяжничества - уголовная ответственность	по плану, по запросу	классные руководители

	несовершеннолетних - как помочь ребенку справиться с эмоциями		
Диагностика учащихся			
1	Исследование социального статуса	октябрь	классные руководители
2	Самооценка психических состояний (по Айзенку) – 6 – 9 классы	сентябрь	классные руководители
3	Тест «Лесенка» (изучение самооценки и уровня притязаний у детей) – 1 – 5 классы	сентябрь	классные руководители
4	Исследование суицидальных наклонностей учащихся, 6-9 классы	октябрь	классные руководители
5	Исследование опасений и страхов у детей, 1-5 классы	октябрь	классные руководители

СИСТЕМА ПРОГРАММНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

Мероприятия	№ п/п	Сроки	Ответственные
Классные часы, формирующие в процессе воспитательной работы у учащихся такие понятия, как "ценность человеческой жизни", "цели и смысл жизни", а также индивидуальных приемов психологической защиты в сложных ситуациях.	1	В течение года	Классные руководители
Сбор информации для создания банка данных учащихся с высоким уровнем тревожности и депрессии.	2	В течение года	Классные руководители, психолог
Профилактическая работа с семьями, проведение родительского всеобуча.	3	В течение года	Классные руководители, зам. директора по ВР
Постоянная консультативная психологическая помощь семьям и подросткам в целях предупреждения у школьников нервно-психических расстройств.	4	В течение года	Классные руководители, зам. директора по ВР, психолог
Выявление семей, в которых практикуется жестокое обращение с детьми. Методы:	5	В течение года	Администрация, классные руководители.

индивидуальные беседы, анкетирование.			
Информирование КДН, ИДН, отдел опеки и попечительства о выявленных случаях дискриминации, физического и психического насилия, оскорбления, грубого обращения с несовершеннолетними.	6	В течение года	Администрация
Проведение совещаний для педагогов по вопросу профилактики суицида среди детей и подростков с привлечением специалистов учреждений здравоохранения.	7	По согласованию	Администрация
Информационный час "Что такое суицид?" для классных руководителей.	8	1 раз в полугодие	Зам. директора по ВР, социальный педагог
Регулирование взаимоотношений и конфликтных ситуаций среди школьников. Пересечение всех случаев (школьных) отношений с привлечением, при необходимости, работников КДН.	9	По заявлению	Директор, зам. директора по ВР, психолог
Выступление на ШМО классных руководителей с обзором документов: - Уголовный кодекс РФ (ст. 117 "Истязание", ст. 110 "Доведение до самоубийства", ст. 131-134 "О преступлениях сексуального характера"); - Административный кодекс РФ (ст. 164 "О правах и обязанностях родителей"); - Конвенция ООН о правах ребенка (ст. 6, 8, 16, 27, 28, 29, 30), нормативные документы о профилактике безнадзорности и	10	Сентябрь	Зам. директора по ВР, социальный педагог

правонарушений н/л, о защите их прав и т.п.			
Доведение до сведения учащихся и их родителей информации о работе телефонов доверия, служб, способных оказать помощь в сложной ситуации.	11	Сентябрь	Классные руководители
"Опасность синдрома эмоционального выгорания".	12	Октябрь	Социальный педагог, классные руководители
Семинар для классных руководителей и родителей 5-7 классов "Психолого-возрастные и физиологические особенности развития ребенка".	13	Ноябрь	Медицинский работник
Проведение родительских собраний для учащихся 10-11 классов "Семейные конфликты и способы их разрешения".	14	Декабрь	Директор школы, психолог
Проведение ролевых игр для учащихся "Конфликт в нашей жизни", "Взросление".	15	Январь, март	Классные руководители
- Особенности психологической поддержки во время проведения ЕГЭ и ГИА; "Как сдать экзамены и выжить" — практические советы.	16	Апрель	Зам. директора по УВР
Проведение психологических тренингов для учащихся "Личностный рост", "Снятие конфликтных ситуаций и агрессии".	17	Февраль, май	Классные руководители, социальный педагог, психолог
Анализ работы.	18	Июнь	Зам. директора по ВР

Литература

1. Бережковская Е. Чем и как увлекаются подростки // Школьный психолог, 2015, №1

2. Борщевицкая Л. Психологический час “Как научиться жить без драки” // Школьный психолог, 2016, №10.
3. Галушина Э., Комарова О. Игра для подростков “В чем смысл жизни” // Школьный психолог, 2015, №5.
4. Зарипова Ю. Поверь в себя. Программа психологической помощи подросткам // Школьный психолог, 2014, №4 (16).
5. Кардашина О., Родионов В., Ступницкая М. Я и мой выбор. Занятия для учащихся 10 – 11 классов по формированию социальных навыков и навыков здорового образа жизни // Школьный психолог, 2001, №27.
6. Кузнецов Д. Демобилизирующая тревожность: некоторые причины и формы проявления невротических расстройств у современных старшеклассников // Школьный психолог, 2005, №2
7. Михайлова Н., Сафонова Т., Тюпкина Е., Немолот Е. Деловая игра для педагогов среднего звена “Педагогические приёмы создания ситуации успеха” // Школьный психолог, 2006, №15.
8. Манелис Н. Психологический климат в классе // Школьный психолог, 2001, №10, 12, 16, 19.
9. Мешковская О. Занятие “Подарок самому себе” // Школьный психолог, 2005, №10.
10. Николаева Н. Программа комплексного взаимодействия с подростками “группы риска” “Грани моего Я” // Школьный психолог, 2006, №15
11. Ожегов С.И. словарь русского языка. / Под ред. Н.Ю.Шведовой. 1984. – 797 с.
12. Панченко Н. Занятие “Я + Он + Они == Мы” // Школьный психолог, 2006, №18.
13. Профилактика суицидального поведения. Методические рекомендации. Сост.: А.Г.Абрумова и В.А.Тихоненко. М., 1980.
14. Родионов В., Лангуева Е. Программа тренинга “Манипуляция: игры, в которые играют все” // Школьный психолог, 2005, №2, 5, 6, 7.
15. Савченко М. Тренинг “Уверенность” для учащихся 11 классов // Школьный психолог, 2005, №2, 3, 4
16. Синягин Ю.В., Синягина Н.Ю.. Детский суицид. Психологический взгляд. КАРО, С – П, 2006. – 176 с.
17. Соболева А. Профилактика конфликтных ситуаций и борьба с ними // Школьный психолог, 2004, №40, 41, 42.
18. Стишенок И. Игра “Колючка” // Школьный психолог, 2006, №11.
19. Фоминова А. Как улучшить настроения. Изучение способов саморегуляции эмоционального состояния. Школьный психолог, 2006, №2
20. Шашкова З. Ты и я – такие разные. Занятие для подростков 11-12 лет // Школьный психолог, 2002, №11.

Приложение 1.

ПАМЯТКА ПЕДАГОГАМ

(по предупреждению суицидальных попыток среди подростков)

Сигналы суицидального риска

Ситуационные сигналы :

- Смерть любимого человека;
- Вынужденная социальная изоляция, от семьи или друзей (переезд на новое место жительства);
- Сексуальное насилие;
- Нежелательная беременность;
- «Потеря лица» (позор, унижения).

Поведенческие сигналы:

- Наркотическая и алкогольная зависимость;
- Уход из дома;
- Самоизоляция от других людей и жизни;
- Резкое снижение поведенческой активности;
- Изменение привычек, например, несоблюдение правил личной гигиены, ухода за внешностью;
- Предпочтение тем разговора и чтения, связанных со смертью и самоубийствами;
- Частное прослушивание траурной или печальной музыки;
- «Приведение дел в порядок» (раздавание личных вещей, письма к родственникам и друзьям, урегулирование конфликтов).

Эмоциональные сигналы:

- Поиск пути к смерти и желание жить одновременно;
- Депрессивное настроение: безразличие к своей судьбе; подавленность, безнадежность, беспомощность, отчаяние;
- Переживание горя.

Коммуникативные сигналы:

- Прямые или косвенные сообщения о суицидальных намерениях («Хочу умереть» - прямое сообщение, «Скоро все это закончится» - косвенное). Шутки, иронические высказывания о желании умереть, бессмысленности жизни также относятся к косвенным сообщениям.

Помощь при потенциальном суициде

Распознавание суицидальной опасности, разговор с суицидентом о его намерениях – это первая помощь.

Выслушивайте. Не пытайтесь утешить общими словами типа: «Ну, все не так плохо», «Вам станет лучше», «Не стоит этого делать». Дайте возможность высказаться.

Обсуждайте. Открытое обсуждение планов и проблем снимает тревожность.

Одно из важных отличий суицидоопасного состояния – ощущение себя «вне» общества, поскольку тема самоубийства табуирована (табу – запрет).

Поэтому важно задавать вопросы о самоубийстве, не избегать этой темы.

Будьте внимательны к косвенным показателям при предполагаемом самоубийстве. Каждое шутливое упоминание или угрозу следует воспринимать всерьез. Скажите, что вы принимаете их всерьез.

Выработайте совместные решения о дальнейших действиях. Постарайтесь вместе искать альтернативные варианты решения.

Проявляйте интерес, но не оценивайте, не обсуждайте и не пытайтесь переубедить собеседника.

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

- Чаще показывайте детям, как сильно вы их любите, не скрывайте это.
- Не бойтесь попросить совета у вашего ребенка – это только сблизит вас.
- Доверять вам будут, если вы будете не только родителями, но и друзьями, способными понять и сопереживать.
- Будьте примером для ребенка: ведь как вы сейчас относитесь к своим родителям, так и к вам будут относиться к старости.
- Чаще бывайте в школе.
- Не забывайте слова известного педагога В. Сухомлинского: «Наиболее полноценное воспитание, как известно, школьно-семейное».

Приложение 2

Развеем мифы

МИФ 1. Люди, говорящие о самоубийстве, никогда не осуществляли его на деле.

Это не так. На самом деле 4 из 5 суицидентов не раз подавали сигнал о своих намерениях.

МИФ 2. Человек в суицидальном состоянии твердо решил покончить жизнь самоубийством.

Это не так. Большинство самоубийц не пришли к однозначному решению жить или умереть. Они «играют со смертью», предоставляя окружающим спасти их.

МИФ 3. Самоубийство происходит внезапно, без всякого предупреждения.

Это не так. Суициду предшествует ряд сигналов, выражающих внутреннюю борьбу человека между жизнью и смертью.

МИФ 4. Суициденты постоянно думают о смерти.

Это не так. Позывы к смерти кратковременны. Если в такой момент помочь человеку преодолеть стресс, его намерения могут измениться.

МИФ 5. Улучшение, наступающее после суицидального кризиса, означает, что угроза самоубийства прошла.

Это не так. Большинство самоубийств происходит в течение примерно 3 месяцев после начала «улучшения», когда у человека появляется энергия для воплощения своих мыслей и чувств к жизни.

МИФ 6. Суицид, чаще всего, совершают молодые люди.

Это не так. Суицид примерно в равной мере проявляется среди всех возрастных категорий.

МИФ 7. Самоубийства, происходят гораздо чаще в среде богатых или, наоборот, исключительно среди бедных.

Это не так. Уровень самоубийства одинаков во всех слоях общества.

МИФ 8. Суицид – это наследственная «болезнь».

Это не так. Добровольная смерть одного из членов семьи может усилить суицидальный кризис у других лишь в том случае, когда они сами подвержены мысли о смерти.

МИФ 9. Все самоубийцы – душевнобольные или умственно неполноценные люди.

Это не так. Уходят из жизни глубоко несчастные люди.

МИФ 10. Женщины угрожают самоубийством, а мужчины осуществляют его.

Это не так. Мужчины в 3 раза больше женщин заканчивают жизнь самоубийством, а женщины в 3 раза чаще мужчин предпринимают попытки суицида. Женщины используют средства с большими шансами на спасение: таблетки, яды, газ и т.д. мужчины предпочитают огнестрельное оружие или веревку, где шансы на спасение минимальны.