Особое внимание следует обращать на детей, которые образуют ***группу суицидального риска***.

***Группу риска*** составляют подростки:

находящиеся в сложной семейной ситуации (высокая занятость

родителей, при которой общение с ребенком ограничено; болезненный

развод родителей, предпочтение родителями одного ребенка по отношению к

другому, жестокое обращение в семье, психически больные родственники);

испытывающие серьезные проблемы в учебе;

отличники, старающиеся все выполнить только на «отлично» и остро

переживающие любые неудачи;

не имеющие реальных друзей (при этом виртуальных — в Интернете —

может быть сколько угодно много);

не имеющие устойчивых интересов, хобби;

находящиеся в депрессивном состоянии или склонные к депрессиям;

перенесшие тяжелую утрату;

остро переживающие несчастную любовь (разрыв значимых любовных

отношений);

имеющие семейную историю суицида (или ставшие свидетелями

суицида, либо сами пытавшиеся покончить с собой);

употребляющие алкоголь, психоактивные вещества;

имеющие недостатки физического развития, инвалидность, хронические

соматические заболевания;

совершившие серьезный проступок, уголовно наказуемый поступок

(характеризующиеся криминальным поведением) или ставшие жертвой

уголовного преступления (в т.ч. насилия);

попавшие под влияние деструктивных групп (включая группы в

соцсетях), религиозных сект или молодежных течений.

***Тревожными показателями*** *участия ребенка в «опасных» группах*

*являются:*

резкое изменение фона настроения и поведения, преобладание

подавленного настроения;

значительное время пребывания в Интернете (практически все свободное

время), переживание тревоги, негативных эмоций при невозможности выхода

в Интернет даже короткое время;

общение в группе и просмотр видеосюжетов в ночное время, следствием

чего являются трудности в пробуждении, ребенок выглядит не выспавшимся;

сокрытие от взрослых своих страниц и действий в Интернете, нежелание

ребенка обсуждать новости группы, свои действия в ней;

ведение в сети одновременно нескольких страниц под разными именами,

особенно от имени и девочки, и мальчика;

выполнение различных заданий и их видеозапись, в том числе,

связанных с агрессивными действиями по отношению к другим (к животным,

к одноклассникам) или с самоповреждениями (например, порезы на руках

или теле…);

появление в речи и на страницах в сети рисунков, афоризмов, тегов,

связанных с суицидальным поведением, например, «Раны на руках

заглушают боль в душе», «Лети к солнцу», «Лифты несут людей в небеса» и

др.

Подростки, находящиеся в тяжелой жизненной ситуации и переживающие

целый комплекс негативных эмоций, начинают задумываться о

самоубийстве. Они испытывают замешательство. Несмотря на то, что их

переполняет чувство безнадежности, безысходности, они могут неосознанно

«сигнализировать» окружающим о своих намерениях. Подоплека всех их

действий такова, чтобы найти кого-нибудь, кто принесет им чувство

облегчения и безопасности. Педагогам необходимо быть внимательными к

этим «знакам», чтобы не упустить возможность предотвратить

формирующееся суицидальное поведение.

***Знаки надвигающихся угроз жизни:***

высказывания о нежелании жить: «Было бы лучше умереть», «Не хочу

больше жить», «Я больше не буду ни для кого проблемой», «Тебе больше не

придѐтся обо мне волноваться», «Хорошо бы заснуть и не проснуться», «Мне

нельзя помочь», «Скоро все закончится», в т.ч. шутки, иронические

замечания о желании умереть, о бессмысленности жизни;

фиксация на теме смерти в рисунках, стихах, литературе, живописи,

музыке; частые разговоры об этом, сбор информации о способах суицида

(например, в Интернете);

активная подготовка к выбранному способу совершения суицида

(например, сбор таблеток, хранение отравляющих веществ, подъем на крышу

дома, на перила моста);

сообщение друзьям о принятии решения о самоубийстве (прямое и

косвенное); косвенные намеки на возможность суицидальных действий,

например, помещение своей фотографии в черную рамку, употребление в

переписке, разговорах просуицидальных высказываний, символов;

раздражительность, угрюмость, подавленное настроение, проявление

признаков страха, беспомощности, безнадѐжности, отчаяния, чувство

одиночества («меня никто не понимает, и я никому не нужен»), сложность

контролирования эмоций, внезапная смена эмоций (то эйфория, то приступы

отчаяния);

негативные оценки своей личности, окружающего мира и будущего,

потеря перспективы будущего;

постоянно пониженное настроение, тоскливость. Ребенок считает, что у

него ничего не получится, он ни на что не способен. Ребенок подавлен,

безразличен, иногда ощущает вину перед окружающими;

необычное, нехарактерное для данного ребенка поведение (более

безрассудное, импульсивное, агрессивное; несвойственное стремление к

уединению, снижение социальной активности у общительных детей, и

наоборот, возбужденное поведение и повышенная общительность у

малообщительных и молчаливых). Возможно злоупотребление алкоголем,

психоактивными веществами;

стремление к рискованным действиям, отрицание проблем;

снижение успеваемости, пропуск занятий, невыполнение домашних

заданий;

символическое прощание с ближайшим окружением (раздача личных

вещей, фото, подготовка и выставление ролика, посвященного друзьям и

близким, просит прощения за все у близких, в прошедшем времени говорит о

том, что очень их любил); дарение другим вещей, имеющих большую

личную значимость;

попытки уединения: сбегает в укромные, нелюдные места.

**Что помогает предотвратить риски и угрозы жизни?**

Педагогам может быть предложно ***практическое задание:***

*Выделить* факторы рисков *и угроз жизни подростков.*

*При обсуждении выделенных факторов зафиксировать внимание на тех из*

*них, которыми может управлять педагог, оказывать влияние.*

***Значимые меры (условия) профилактики рисков и угроз жизни:***

Благоприятная эмоционально-психологическая атмосфера в окружении

ребенка (в семье, школе, классе).

Насыщенность жизни яркими событиями, дающими подростку

возможность достичь успеха, проявить себя и почувствовать свою

значимость (социальные проекты, творческие акции и т.д.)

Возможность доверительного общения подростка с родителями,

педагогами, искренний интерес со стороны взрослых к событиям жизни, к

чувствам и переживаниям подростка.

Помощь и поддержка в решении проблем и преодолении трудностей.

Устойчивые социальные связи, значимые для подростка и, прежде всего,

— семейные.

Контроль использования ребенком интернет-ресурсов.

***Главными мерами (условиями) профилактики интернет-рисков и угроз***

***жизни*** подростков выступают **ДОВЕРИТЕЛЬНОЕ ОБЩЕНИЕ И**

**КОНТРОЛЬ использования Интернета.**