**Заблуждения взрослых о детском суициде**



**Первая помощь при суициде.**

* Если Вы стали свидетелем самоубийства, а у Вас нет времени на преодоление собственного эмоционального шока, нужно принять быстрые действия.
* Необходимо вызвать помощь по телефону: 112.
* Попытаться оказать первую доврачебную помощь.
* При повешении часто травмируются шейные позвонки, потому, после того как пострадавшего вынули из петли, надо избегать резких движений.
* Если нет пульса, проводить непрямой массаж сердца и искусственное дыхание до прибытия бригады скорой помощи.
* При отравлении – вызвать рвоту, **если человек в сознании!** При бессознательном состоянии следить за проходимостью дыхательных путей и повернуть голову на бок, чтобы не запал язык.
* Если пострадавший может глотать, принять **10 таблеток актированного угля**.
* Если пострадавший в сознании – необходимо поддерживать с ним постоянный!!контакт, психологически **не оставляя его одного!!!**

**Типичные ошибки и заблуждения, бытующие среди взрослых, которые затрудняют профилактику самоубийств.**

**Заблуждение1**. Самоубийства совершаются в основном психически ненормальными людьми.

**Заблуждение 2.** Самоубийства предупредить невозможно. Тот, кто решил покончить с собой, рано или поздно это сделает.

**Заблуждение 3**. Если человек открыто заявляет о желании покончить с собой, то он никогда не совершит самоубийства.

**Заблуждение 4.** Если загрузить человека работой, то ему некогда думать о самоубийстве.

**Заблуждение 5.** Чужая душа – потемки. Предвидеть попытку самоубийства невозможно.

**Заблуждение 6.** Существует некий тип людей, склонных к самоубийству.

**Заблуждение 7.** Не существует никаких признаков, которые указывали бы на то, что человек решился на самоубийство.

**Заблуждение 8.** Решение о самоубийстве приходит внезапно, без предварительной подготовки.

**Признаки готовящего самоубийства.**

* Приведение своих дел в порядок – раздача ценных вещей, упаковывание. Человек мог быть неряшливым, и вдруг начинает приводить всё в порядок. Делает последние приготовления.
* Прощание. Может принять форму благодарности различным людям за помощь в разное время.
* Внешняя удовлетворённость – прилив энергии. Если решение покончить с собой принято, а план составлен, то мысли на эту тему перестают мучить.
* Письменные указания (в письмах, записках, дневнике).
* Словесные указания или угрозы.
* Вспышки гнева у импульсивных подростков.
* Потеря близкого человека.
* Уход из дома.
* Бессонница.

**Самоубийство ребёнка часто бывает полной неожиданностью для родителей. Помните, дети решаются на это внезапно!**

**Признаки, предупреждающие о возможности суицида:**

* Перемены в поведении – уединение, рискованное поведение.
* Проблемы в учёбе – падение успеваемости, эмоциональные взрывы, засыпание на уроках.
* Признаки депрессии – перемены в питании и времени сна, беспокойство, безнадежность.
* Чувство вины, потеря интереса.
* Устные заявления – «Я желаю быть мёртвым», «Оставь меня в покое».
* Темы о смерти – накопительный интерес к данной тематике, усиленное внимание к оккультизму, тяжёлому металлу в музыке;
* Вызывающая одежда.
* Предыдущая суицидальная попытка.
* Подростки практически не умеют (и не способны) справляться с трудностями.
* Сексуальное или физическое злоупотребление.
* Употребление, а в последствие, и злоупотребление алкоголем.
* Неожиданная беременность.
* Наличие среди знакомых тех, кто ранее практиковал суицид.