Психологический смысл суицида чаще всего заключается в отреагировании аффекта, снятии эмоционального напряжения, ухода от той ситуации, в которой оказывается человек. Люди, совершающие суицид, обычно страдают от сильной душевной боли и находятся в состоянии стресса, а также чувствуют невозможность справиться со своими проблемами.

Признаки:

**Словесные признаки.**

* Человек, готовящийся совершить самоубийство, часто говорит о своем душевном состоянии. Он или она могут:
* Прямо и явно говорить о смерти: «я собираюсь покончить с собой»; «я не могу так дальше жить».
* Косвенно намекать о своем намерении: «я больше не буду ни для кого проблемой»; «тебе больше не придется обо мне волноваться».
* Много шутить на тему самоубийства.
* Проявлять нездоровую заинтересованность вопросами смерти.

**Поведенческие признаки:**

1. Раздавать другим вещи, имеющие большую личную значимость, окончательно приводить дела, мириться с давними врагами.

2. Демонстрировать радикальные перемены в поведении такие, как:

- в еде – есть слишком мало или слишком много;

- во сне – спать слишком мало или слишком много;

- во внешнем виде – стать неряшливым;

- в школьных привычках – пропускать занятия;

- замкнуться от семьи и друзей и т.д.

3. Проявлять признаки беспомощности, безнадежности и отчаяния.

**Ситуационные признаки.**

Человек может решиться на самоубийство, если:

* Социально изолирован (не имеет друзей или имеет только одного друга, чувствует себя отверженным;
* Живет в нестабильном (серьезный кризис в семье – в отношениях к родителям или родителей друг с другом; алкоголизм – личная или семейная проблема);
* Ощущает себя жертвой насилия – физического, сексуального или эмоционального.
* Предпринимаемая раньше попытка суицида.
* Имеет склонность к самоубийству вследствие того, что оно совершалось кем - то из друзей, знакомых или членов семьи.
* Перенес тяжелую потерю (смерть кого-то из близких, развод родителей).
* Слишком критически настроен по отношению к себе.

**Что может сделать педагог, чтобы не допустить попыток суицида**

• Сохранять контакт с подростком.

• Способствовать созданию дружеской поддерживающей атмосферы в классе, ориентировать учеников на совместную деятельность и сотрудничество.

• Обращать внимание на ситуации, когда один или несколько учеников становятся объектами нападок со стороны других. Поговорите с участниками конфликтов таким образом, чтобы был услышан каждый, оставайтесь нейтральным, не занимая сторону кого-либо из участников конфликта.

• Если вы классный руководитель, инициируйте работу психолога

• Классный час используйте как место и время поговорить о перспективах в жизни и будущем. У подростков еще только формируется картина будущего, они видят или совсем отдаленное будущее, либо текущий момент. Узнайте, что хотят ученики, как намерены, добиваться поставленных целей, помогите им составить план конкретных (и реалистичных) действий. Важно поддерживать диалог с подростками, оставлять возможность контакта, чтобы при необходимости ученик мог обратиться к вам в трудной жизненной

• Дать понять ученику, что опыт ошибок и неудач — такой же важный опыт, как и достижение успеха. Используйте ошибки ученика как зону его роста. Обучение на ошибках является одним из способов развития личности. Помните о том, что есть оценки, а есть то, что шире – личность ученика. Помогите ученикам найти сферы, где они успешны, независимо от оценок.

• Понять, что стоит за внешней грубостью подростка. Возможно, подросток отстаивает свои ценности, а не стремится войти в конфликт и обесценить вас.

• Вовремя обратиться к специалисту, если вы понимаете, что у вас по каким-то причинам не получается сохранить контакт с учеником или классом.