

Эхо негативных мыслей

Анна БАРАНОВ / фото Виктора Орлова



Светлана Остапчук



Екатерина Вышинская

В жизни человека есть опасные периоды, когда над ним сгущается тьма. И если из этого состояния удастся выбраться, то он спасен. Вот почему в иные минуты бывают так важны понимание и помощь. Суицид – это в первую очередь психологическое явление, и чтобы его предотвратить, надо уметь точно распознать душевное состояние подростка, заметить предвестники этого страшного события. О том, как это сделать, поговорили на собрании классных руководителей.

Первым спикером выступила Светлана Остапчук – старший преподаватель кафедры технологии и методики преподавания ПГУ им. Евфросинии Полоцкой. Она рассказала, как может проявляться депрессия у подростка и что служит причинами ее возникновения. Например, сложные взаимоотношения с родителями и сверстниками, непринятие в коллек-

Во вторник, 25 марта, на базе Дворца детей и молодежи Новополоцка прошло городское собрание классных руководителей по теме «Выявление и предупреждение кризисных ситуаций у обучающихся».

тиве, пережитое физическое или психологическое насилие. Подобные состояния могут протекать атипично: подросток продолжает вести свой привычный образ жизни, улыбается на людях, но при этом внутри переживает ураган из негативных эмоций, испытывает чувства одиночества и безнадежности. Именно поэтому так важно интересоваться переживаниями и тревогами ребенка. Не только родителям, но и учителям нужно выстраивать с детьми доверительные отношения, чтобы они не чувствовали страха быть непонятыми и могли спокойно обратиться за помощью, поделиться переживаниями.

Коллега Светланы Владимировны. – Екатерина Вышинская –

рассказала, какие признаки являются не просто звоночками, а красными сигналами готовящегося суицида. Среди них – нарушения сна и аппетита, закрытость или, наоборот, агрессия, завуалированные или даже открытые разговоры о нанесении себе увечий. Явно такие состояния могут подчеркивать фразы в духе «я больше не буду никому мешать», «я здесь не нужен», «моя жизнь не имеет никакого смысла». Помимо этого, могут встречаться и иные проявления. Например, подросток пытается навести «порядок»: раздает вещи, которые некогда любил, друзьям и знакомым.

Стоит обращать внимание и на то, какую музыку слушает ребенок, какие смотрит фильмы, на что он подписан в Интернете. Подробнее о безопасности во Всемирной паутине рассказал начальник отделения

по противодействию киберпреступности криминальной милиции Новополоцкого ГОВД, майор милиции Андрей Зубок. Он подчеркнул, что, казалось бы, забытые «игры», в которых кураторы склоняют детей к суициду путем различных заданий, все еще имеют место. Нельзя терять бдительность. Необходимо устанавливать на гаджеты ребенка родительский контроль и самостоятельно проверять переписки и медиафайлы.

О том, как проходит работа с подростками, уже совершившими парасуицид, рассказала заведующий психоневрологическим диспансером УЗ «НЦГБ» Вероника Апанасевич.

Жизнь и здоровье детей – в руках родителей! Будьте чуткими к своему ребенку, ведь это может предотвратить страшную, необратимую трагедию.



Главная цель – выявление способов помощи подросткам, оказавшимся в кризисной ситуации