# Памятка для классных руководителей

Типичные ошибки и заблуждения, бытующие среди взрослых, которые затрудняют профилактику самоубийств:   
**Заблуждение 1.** **Самоубийства совершаются в основном психически ненормальными людьми.**

Изучение обстоятельств суицида показало: большинство из лишивших себя жизни - это практически здоровые люди, попавшие в острые психотравмирующие ситуации. Они никогда не лечились у психиатров, не обнаруживали каких- либо поведенческих отклонений, позволяющих отнести их к категории больных. По данным многих авторов, на учёте в психоневрологических диспансерах состояло лишь 20% суицидентов и только 8 - 10 % нуждались в специализированной медицинской помощи.   
**Заблуждение 2. Самоубийства предупредить невозможно. Тот, кто решил покончить с собой, рано или поздно это сделает.**

Некоторые руководители высказывают сомнение относительно самой возможности предупреждения самоубийства. Суицидальные намерения, считают они, неотвратимы: если человек решил покончить с собой, никто и ничто не сможет его остановить. Однако психиатрами отмечается, что потребность к самоуничтожению у подавляющего большинства людей является лишь временной.   
Н.А. Бердяев подчёркивал, что самоубийцы - это люди с “ободранной кожей”, т.е. суицид - это крик о помощи.   
Таким образом, потребность суицидента в душевной теплоте, желание быть выслушанным, понятым, готовность принять предлагаемую помощь - всё

это убеждает, что организация профилактики самоубийств необходима.   
**Заблуждение 3. Если человек открыто заявляет о желании покончить с собой, то он никогда не совершит самоубийства.**

По данным исследований, 34 % людей, совершивших самоубийства или покушавшихся, сообщали о своих намерениях ближайшему окружению, а изучение уголовных дел показало, что около 20% суицидентов ранее уже пытались покончить с собой.   
**Заблуждение 4. Если загрузить человека работой, то ему некогда будет думать о самоубийстве.**

У некоторых руководителей сложилось упрощённое понимание возможности предупреждения суицидального поведения.   
По их мнению, если сотрудник будет загружен работой и за ним будет осуществляться постоянный контроль, то проблема будет решена.   
Реальное же осуществление такой “профилактики” выливается в нарушение элементарных условий труда и отдыха, что может привести к истощению психофизиологических ресурсов организма, ещё больше повышая вероятность суицидальных попыток.   
**Заблуждение 5. Чужая душа - потёмки. Предвидеть попытку самоубийства невозможно.**

Барьером для профилактики самоубийств является мнение руководителей, считающих, что нет внешних признаков, которые указывают на решение человека покончить с собой.   
В подобных высказываниях есть рациональное зерно: “заглянуть в душу”, познать внутренний мир подчинённого действительно очень сложно. Но такие возможности у руководителя, как правило, имеются.   
**Заблуждение 6. Существует некий тип людей, ”склонных к самоубийству”.**

Самоубийство совершают люди разных психологических типов. Реальность суицидального намерения зависит от силы психотравмирующей ситуации и её личностной оценки как непереносимой.   
**Заблуждение 7. Не существует никаких признаков, которые указывали бы на то, что человек решился на самоубийство.**

Самоубийству, как правило, предшествует необычное для данного человека поведение. Руководители должны знать “знак беды”, т.е. те действия и высказывания, которые служат своеобразным сигналом о готовности к суициду.   
**Заблуждение 8. Решение о самоубийстве приходит внезапно, без предварительной подготовки.**

Анализ суицидальных действий показал, что они являются результатом достаточно длительной психотравматизации. Суицидальный кризис может длиться несколько недель и даже месяцев.

###### Анкета обследования семьи

**(Пункты анкеты могут быть использованы при устном собеседовании, интервью по телефону).**

##### Сообщите, пожалуйста, некоторые сведения о Вашей семье:

**1. С кем Вы проживаете совместно:**

1.1. мать,

###### **1.2. отец,**

###### **1.3. брат, сестра,**

###### **1.4. бабушка,**

###### **1.5. дедушка,**

###### **1.6. другие родственники**

###### **1.7. другое:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

##### 2. Ваши жилищные условия:

2.1отдельная квартира

2.2. проживаем совместно с родителями мужа (жены)

2.3 комната (ы) в коммунальной квартире

2.4. собственный дом

2.5. комната в общежитии

2.6. снимаем жилье

2.7. другое:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

##### 3. Общий доход семьи:

3.1 низкий

3.2 средний

3.3 выше среднего

3.4 высокий

3.5. другое:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

##### 4. Атмосфера в семье:

4.1 теплая, душевная

4.2 в основном доброжелательная

4.3 бывает всякое

4.4 дискомфортная

4.5 конфликтная

4.6. ваш ответ:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

##### 5. Тип семейных отношений:

5.1 отношения равных, все проблемы решаются совместно

5.2 есть четкое распределение сфер влияния, каждый знает свои обязанности

5.3 в семье есть глава, основные вопросы решает он(а)

5.4 в семье нет главенства, все решается стихийно

5.5 выражена борьба за власть

5.6. ваш ответ:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

##### 6. Есть ли в семье проблемы здоровья:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | проблемы | муж | жена | ребенок |
| 1 | Ослабленное здоровье, часто болеет |  |  |  |
| 2 | Проблемы веса |  |  |  |
| 3 | Плохой сон |  |  |  |
| 4 | Плохой аппетит |  |  |  |
| 5 | Повышенная утомляемость |  |  |  |
| 6 | Недостатки зрения, слуха |  |  |  |
| 7 | Хронические болезни, врачебный учет |  |  |  |
| 8 | Нервные проблемы, учет невропатолога |  |  |  |
| 9 | Психическая неуравновешенность, душевные расстройства |  |  |  |

##### 7. Часты ли в семье конфликты:

7.1 очень часты

7.2 часты

7.3 иногда

7.4 редки

7.5 практически не бывает

7.6. ваш ответ:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**8. Каковы темы конфликтов в Вашей семье(можно отметить несколько вариантов):**

8.1 бытовые обязанности, ведение хозяйства

8.2 финансовые вопросы

8.3 взаимоотношения друг с другом, понимание

8.4 досуг

8.5 вредные привычки

8.6 неприемлемое, грубое поведение

* 1. воспитание детей

8.8 отношения с родителями, родственниками

8.9 интимные отношения

8.10. что- либо еще:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

##### 9. Есть ли у членов семьи указанные ниже проблемы:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | проблемы | мать | отец | ребенок |
| 1 | Неуправляемый |  |  |  |
| 2 | Властный, притесняет других |  |  |  |
| 3 | Боится старших по рангу |  |  |  |
| 4 | Агрессивен |  |  |  |
| 5 | Изолирован в семье |  |  |  |
| 6 | Изолирован в своем коллективе |  |  |  |
| 7 | Вялый, пассивный |  |  |  |
| 8 | Нервный, впечатлительный |  |  |  |
| 9 | Заносчивый, самолюбивый |  |  |  |

##### 10. Кто присматривает за детьми, занимается ими:

10.1 в основном мать

10.2 в основном отец

10.3 оба родителя

10.4 бабушка или дедушка

10.6 соседи

10.7 случайные люди

10.5 никто

10.6. ваш ответ:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

##### 11. Кто осуществляет контроль за учебой ребенка:

11.1 его нет

11.2 родители

11.3 бабушка

11.4 брат, сестра

11.5 учитель в школе

11.6. кто-либо другой:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**12. Воспитательные цели в семье (что хотят видеть и воспитать в ребенке):**

12.1 прилежание, дисциплина

12.2 хорошая учеба

12.3 контакт, дружба с ровесниками

12.4 здоровье

12.5 хороший характер

12.6 приспособленность к жизни

12.7 активность, пробивные способности

12.8 будущий успех

12.9 одаренность, способности

12.10 цели не ставятся

12.11. что-либо еще:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

##### 13. Наказания детей в семье:

13.1 не применяются

13.2 оплеухи, подзатыльники

13.3 окрик, ругань

13.4 профилактические беседы

13.5 лишение игр, лакомств

13.6 лишение общения, холодность

13.7. другое:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

##### 14. Возникали ли у ребенка следующие проблемы:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Тематика проблем | частота |
| 1 | Неудачная влюбленность, желание познакомиться |  |
| 2 | Отвержение ровесниками в классе |  |
| 3 | Плохое, подавленное настроение |  |
| 4 | Одиночество, нет друзей |  |
| 5 | Изнасилование или сексуальные домогательства |  |
| 6 | Физическое насилие, избиение |  |
| 7 | Частые ссоры с друзьями своего пола |  |
| 8 | Частые ссоры с друзьями противоположного пола |  |
| 9 | Погиб, умер друг |  |
| 10 | Погиб (исчез) друг - домашнее животное (кошка, собака) |  |
| 11 | Наркомании |  |
| 12 | Алкоголь, курение |  |
| 13 | «несчастная любовь», невзаимность |  |
| 14 | Участие в молодежных группировках |  |
| 15 | Неверность в дружбе, измены |  |

#### Внимание педагогов! Сведения, полученные в результате анкетирования, строго конфиденциальны!