

## **Ощущение ценности жизни невозможно без осознания двух очень важных вещей:**

- нам нужно хорошо к себе относиться;
- нам нужно, чтобы нас любили.



Для того чтобы ценить себя и свою жизнь, все мы должны ощущать любовь к себе.

Потребность любви — это:

- потребность быть любимым;
- потребность любить;
- потребность быть частью чего-то.

**Наличие неблагоприятного социального окружения** - обычно основная причина, побуждающая подростка к совершению суицидальных поступков.

1. *Взаимоотношения с родителями, степень понимания своих детей, сопереживания, нормативность отношений.*

2. *Проблемы в школе, связанные с личностью учителя и его социометрическим статусом в классе и личностным отношением к успеваемости и факторам жизненных перспектив.*

3. *Взаимоотношения со сверстниками, друзьями представителями противоположного пола.*



**Аутоагрессия** – разновидность агрессивного поведения, при котором враждебные действия направляются человеком на самого себя. Аутоагрессия может проявляться в нанесении себе физических повреждений, в особо тяжелых случаях - в попытках суицида.

**Психологический смысл** подросткового суицида - крик о помощи, стремление привлечь внимание к своему страданию.

**Основная проблема** подростков, склонных к аутоагрессии, – низкая стрессоустойчивость и эмоциональная нестабильность.

Аутоагрессивный подросток нуждается не в осуждении и высмеивании, а в понимании и помощи. Хорошо, если рядом с ним окажется друг – ровесник или взрослый, готовый помочь найти новые способы выхода из проблемных ситуаций.

- *Можно выражать свое недовольство отдельными действиями ребенка, но не ребенком в целом.*
- *Можно осуждать действия ребенка, но, не его чувства, какими нежелательными или «непозволительными»*
- *Недовольство действиями ребенка не должно быть систематическим, иначе оно перерастет в неприятия его.*



## Педагогу необходимо:

1. Проявлять интерес к психическому состоянию подростка
2. Конструктивно строить взаимоотношения с ребенком
3. Воспринимать подростка как личность
4. Своевременно реагировать на конфликтные ситуации
5. Отслеживать свое внутреннее состояние (важна саморегуляция и предупреждение агрессии)
6. Поставить родителей в известность о состоянии ребенка, если оно вызывает беспокойство
7. Быть информированным о специалистах и центрах, которые могут оказать помощь подростку в ситуации стресса.



*Учимся вместе  
преодолевать  
трудности*

*Для педагогов*