

МБОУ Индустриальная СОШ

МИФЫ И ПРАВДА О СУИЦИДЕ

Подготовила педагог-психолог
Последова О.Н.

*Из всех созданий,
живущих на земле,
только человек может
изменить себя. Только
человек является
архитектором своей
судьбы.*

В. Джеймс.

По официальной статистике, каждый год кончают жизнь самоубийством

- ▶ 300 тысяч китайцев,
- ▶ 160 тысяч индийцев,
- ▶ 37 тысяч американцев
- ▶ 30 тысяч русских
- ▶ 30 тысяч японцев
- ▶ 16 тысяч французов...
- ▶ 10 тысяч украинцев

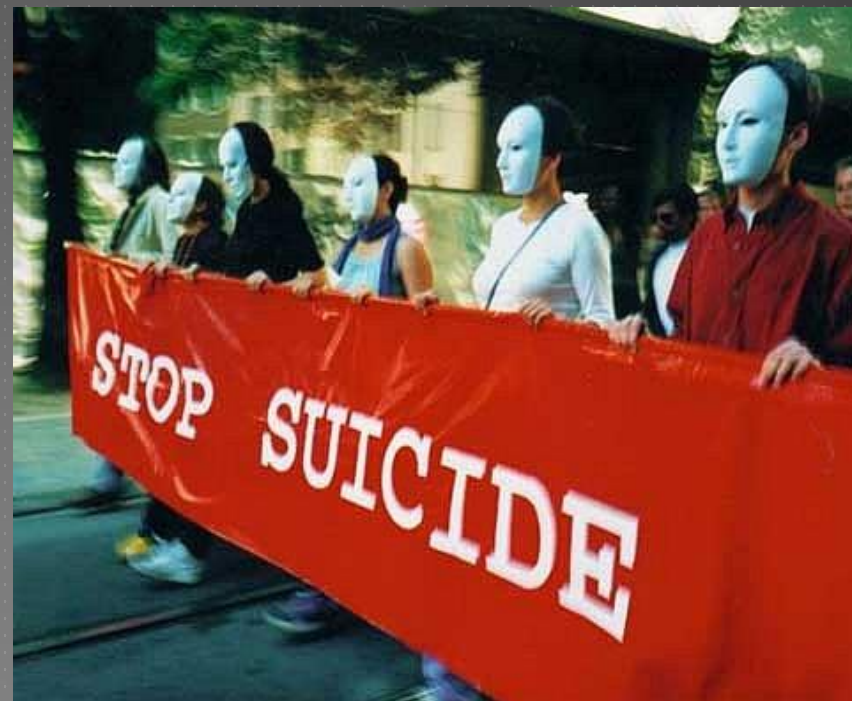


60% подростков посещают мысли о суициде

«Убийца убивает человека, самоубийца – человечество» (Г. Честертон)

суицид каждый год
угрожает жизни
многих тысяч
молодых людей

**ДЛЯ БОРЬБЫ С НИМ
ДОСТАТОЧНО ОДНОГО
ЧЕЛОВЕКА – ТЕБЯ**



МИФЫ И ПРАВДА О СУИЦИДЕ



МИФ 1 Существует точка зрения, будто разговоры на “суицидальные” темы представляют немалую опасность

ПРАВДА Напротив, твой друг или знакомый получает возможность открыто говорить о том, что уже давно его мучает, не дает ему покоя

МИФЫ И ПРАВДА О СУИЦИДЕ

Миф 2 Единственное желание человека в этот период – умереть.



ПРАВДА Большинство подростков, совершающих этот шаг, умирать не хотят

МИФЫ И ПРАВДА О СУИЦИДЕ

МИФ 3 Суицид происходит без предупреждения.



ПРАВДА Кто-то из друзей всегда оказывается в курсе дела

МИФЫ И ПРАВДА О СУИЦИДЕ



МИФ 4 Суицид – следствие одной неприятности.

ПРАВДА Обычно люди не совершают самоубийство из-за одной какой-то неприятности

МИФЫ И ПРАВДА О СУИЦИДЕ

МИФ 5 Суицид нельзя предотвратить

ПРАВДА В действительности же, молодые люди пытаются, как правило, покончить с собой всего один раз

ВАЖНО: друг может предотвратить самоубийство!



ПРИЧИНЫ СУИЦИДОВ



ЭКСПЕРИМЕНТ «КАПЛЯ»



СПОСОБЫ СНЯТИЯ НЕРВНО-ПСИХИЧЕСКОГО НАПРЯЖЕНИЯ

- ▶ спортивные занятия;
- ▶ контрастный душ (баня);
- ▶ стирка белья;
- ▶ скомкать газету и выбросить;
- ▶ мытье посуды;
- ▶ погулять на свежем воздухе;
- ▶ послушать музыку;
- ▶ посчитать зубы языком с внутренней
- ▶ вдохнуть глубоко до 10 раз, т.е. постараться переключиться на другую деятельность



ТАБЛИЦА, СОСТАВЛЕННАЯ РОБИНЗОНОМ КРУЗО

Зло

- ▶ Я заброшен судьбой на необитаемый остров и не имею надежды на избавление
- ▶ Я как бы выделен и отрезан от всего мира и обречен на горе
- ▶ я отшельник, изгнанный из общества людей

Добро

- ▶ Но я жив, я не утонул, как мои товарищи
- ▶ смерть пощадила одного меня, и тот, кто столь чудесным образом спас меня от смерти, может спасти меня и от моего безотрадного положения
- ▶ я не умер с голоду и не погиб в этом пустынном месте, где человеку нечем питаться

ТАБЛИЦА, СОСТАВЛЕННАЯ РОБИНЗОНОМ КРУЗО

"ЗЛО И ДОБРО"

▶ Зло

- ▶ Я беззащитен против нападения людей и зверей
- ▶ Мне не с кем перемолвиться, словом и некому утешить меня
- ▶ У меня мало одежды, и скоро мне будет нечем прикрывать свое тело

▶ Добро

- ▶ Остров без людей и зверей, что было бы со мной, если бы меня выбросило на Африканский берег?
- ▶ Но бог пригнал наш корабль к берегу, что я не только успел запастись всем необходимым для удовлетворения моих текущих потребностей, но и получил возможность добывать себе пропитание до конца моих дней
- ▶ Но я живу в жарком климате, где можно обойтись и без одежды

Австралиец Ник Вуйчич.

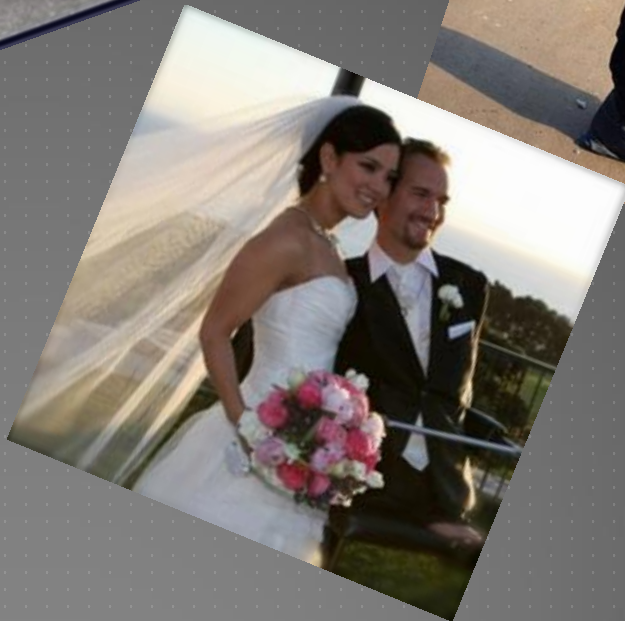
Всегда есть тот, кому бывает хуже,
чем остальным.

12 февраля 2012 года Ник Вучич
женится на очень красивой девушке
Канаэ Миахаре. Свадьба состоялась в
Калифорнии, а медовый месяц
молодожены провели на Гавайях.

14 февраля 2013 года у Ника и Канаэ
родился первый сын

8 августа 2015 года у Ника и Канаэ
родился второй сын.

Оба ребенка Ника Вуйчича абсолютно
здоровы



Мне бабушка вздыхая говорила,
Стирая липкий от горячки пот:
"Терпи, родная! Ты, ведь не забыла?
Бог не по силам испытаний не дает!"
Когда дыханье заперто слезами,
Когда от боли сердце устаёт,
Как за щитом, я прячусь за словами:
Бог не по силам испытаний не дает!
Когда не удержаться без опоры,
Когда изменой в сердце, напролет,
Шепчу с улыбкой « разве это горе?
Бог не по силам испытаний не дает!»
И если, все « по дружбе» отвернутся,
Душа остынет, превратившись в лед,
Мне остается, только улыбнуться!
Бог не по силам испытаний не дает!
Я их шептала, разгоняя тучи,
Слова простые, каждый их поймет!
Мне помогли стать сильнее и лучше...



Бог не по силам испытаний не дает!

Лидия Коржан

Хозяйка в кладовушке, на окне
Оставила сметану в кувшине.
И надо ж было.
Чтоб тот кувшин прикрыть она забыла!
Два малых лягушонка в тот же час
Бултых!- В кувшин, не закрывая глаз,
И ну барахтаться в сметане!... и понятно,
Что им из кувшина не выбраться обратно,
- Напрасно лапками они по стенкам бьют:
Чем больше бьют, тем больше устают...
И вот уже один, решив, что все равно
Самим не вылезти, спасенья не дожидаться,
- Пуская пузыри, пошел на дно...
Но был второй во всем упорней братца
- Барахтаясь во тьме, что было сил,
Он из сметаны за ночь масло сбил
И оттолкнувшись, выскочил к рассвету.





Когда Бог посылает вам подарок, он заворачивает его в проблему. И чем в большую проблему он его заворачивает, тем больший подарок скрывается под обёрткой.