

Управление опеки и попечительства
администрации Октябрьский района



ПОДРОСТКОВЫЙ СУИЦИД

*Единый федеральный бесплатный телефон доверия
для детей, подростков и их родителей:
8-800-2000-122*

Наш адрес:

628100 пгт. Октябрьское, ул.Ленина, д.40,
Телефон (факс): 8 (34678) 2-02-54, 2-02-53, 2-02-39
2016 г.

Переходный период — сложный этап в становлении личности. Для одних он проходит само собой, в соответствии с общими нормами, для других все намного сложнее. И чтобы не придумывали ученые, какие бы причины не изобретали (изменение солнечной активности, магнитные бури и прочее) основными факторами, влияющими на психику подростка, являются те, которые окружают его постоянно. Основные причины, толкающие ребенка на отказ от жизни, тесно связаны с его ближайшим окружением — семьей, родителями, друзьями, увлечениями, принадлежностью к той или иной субкультуре. Так же очень многое зависит от самого подростка, его личности, его приспособляемости к трудным жизненным ситуациям и умением с ними бороться. Прежде чем внимательно рассмотреть причины суицида и как с этим явлением бороться, обратимся к типированию самоубийц.

Типы самоубийц

Психологи различают четыре типа людей, у которых могут появиться суицидальные наклонности:

- эгоист — человек, сосредоточенный на себе, выпавший из социума;
- альтруист — тот, кто наоборот слишком серьезно реагирует на происходящее в его окружении, слишком предан обществу и поэтому способен на «смерть за компанию»;
- фаталист — вера в предопределенность, отсутствие внутренней и внешней свобод, необходимых человеку для самовыражения;
- аномичный самоубийца — человек с неприятием общепринятых норм поведения и человеческих ценностей.

Есть ещё и так называемые имитаторы и именно эта группа широко распространена среди подростков. Имитаторы используют показной суицид как шантаж, для того, чтобы добиться своей цели. Но чаще, к угрозам совершить попытки суицида прибегают те, кто хочет избежать какого-либо действия или события в жизни. К сожалению, имитация суицида большинством воспринимается как исключительно шантаж или далеко зашедшая игра. Часто взрослые, окружающие подростка, игнорируют демонстративный суицид, считая, что это все от безделья и несерьезного подхода к жизни. Родители и учителя не всегда понимают, что причины, толкающие подростков на такой шаг, совсем не детские глупости, над которыми можно только посмеяться.

А между тем, у детей могут возникнуть очень серьезные переживания, с которыми он может оказаться не в состоянии справиться в одиночку. Даже взрослые люди имеют потребность в сложных ситуациях или во время тяжелых потерь (смерть родных или друзей) «поплакать в жилетку»: поделиться своим горем с близкими, ощутить поддержку или получить совет. Что же говорить о подростке, который только начинает познавать жизнь во всех ее проявлениях? Для него суровая реальность может стать непреодолимой преградой для дальнейшего существования. Поэтому важно знать и всегда помнить о том, что любой истинный суицид — критический шаг человека, который демонстрирует полнейшее отчаяние, а любая имитация самоубийства — потенциальный истинный.

Причины суицида среди подростков

Считается, что основными причинами для самоубийства являются: ситуация в семье, конфликты с родителями и друзьями, возникшее одиночество, унижения, которым подвергаются подростки со стороны сверстников. Но, эти категории, чаще всего, относятся к сложным социальным группам и условиям, неполным или неблагополучным семьям. Однако существует и огромное влияние массовой культуры, в которой в последнее время тиражируется «вирус самоубийства», который произрастает из культа смерти и подражания кумирам и героям книг, кинофильмов и анимации. Но обо всем по порядку.

Семейные отношения

Здесь сразу стоит отметить, что в основе причин самоубийств, связанных с ситуацией в семье и конфликтах с родителями, лежит недостаток внимания к ребенку. В наше время родители направляют свою деятельность больше на обеспечение материальных благ, нежели духовных. Все чаще приходится слышать выражение «вырастить ребенка» нежели «воспитать ребенка». Однако подобная замена понятий не приводит ни к чему хорошему. В переходный период подросток оставляется без нужной ему поддержки, его система ценностей формируется не в семье, а под влиянием интернета, друзей, улицы. Если ранее он полностью повторял все, что ему преподавали, то есть учился запоминать, то в переходном возрасте человек начинает учиться формировать свои собственные мысли. В поисках альтернативы поведения подросток начинает «делать наоборот». Подобное поведение является неотъемлемым этапом взросления. В это время происходит подмена ценностей и авторитетов. Вместо того, чтобы брать пример с родителей, подростки начинают искать новых авторитетных личностей. Ими могут оказаться ваши родственники, старшие братья и сестры, некоторые учителя и тренеры, а могут и чужие вам люди. Не найдя альтернативы, многие подростки копируют своих кумиров или «вожаков» компаний, которые очень редко могут служить хорошим примером для подражания.

Несчастливая любовь

Как часто взрослые, оглядываясь назад, улыбаются, когда вспоминают свою первую несчастную любовь и размер «трагедии», которую в то время казалась невозможно пережить. Вот тут неплохо бы вспомнить и глубину отчаяния, боли и непонимания. Для подростка несчастная любовь может быть не просто крушением иллюзий, а полной потерей желания жить дальше. И разговоры о том, что «таких романтических приключений будет ещё очень много, и оно не стоит подобных страданий» вести не следует. Подросток просто напросто не поймет. Вместо помощи, вместо элементарной потребности выплеснуть свою боль, ребенок получает насмешку над его чувствами и горечью. Именно так воспринимается попытка отшутиться и утешить подобным образом.

В подростковом возрасте любовь воспринимается юношами и девушками, как нечто возвышенное и романтическое. Разочарование в любви часто приводит к суициду. Причем попытка свести счеты с жизнью в таких случаях носит зачастую некий оттенок театральности: подростки придумывают предсмертные записки, долго готовятся к самоубийству. Не заметить такие изменения в поведении может только слепой. Причем, в своих записках и стихах, подростки обвиняют в своей смерти «неблагодарных» возлюбленных, сопровождая это желанием вызвать в них чувство раскаяния – «вот я умру, и ты тогда поймешь, но будет поздно».

Как правило, в таких ситуациях подростки выбирают эффектные способы самоубийства, такие как перерезание вен, отравление медикаментами. Очень часто копируются варианты суицида из художественной литературы или из кинолент.

Школа и учеба

Нередко родители высказывают по отношению к своим детям слишком высокие требования. И, если ребенок не справляется с поставленной планкой, он может почувствовать себя никчемным и поэтому не имеющим право на дальнейшее существование. Разочарование в себе, неспособность соответствовать критериям строгих родителей приводит к неуверенности, депрессиям и появлению суицидальных наклонностей. Нельзя требовать от ребенка того, что он совершить не в состоянии. Если у подростка что-то не получается, не стоит акцентировать на этом повышенное внимание и постоянно обвинять его в бездарности и неспособности. Необходимо поддержать его, помочь. Нет абсолютно бесталанных людей. Если не получается одно, всегда найдется что-то другое, в чем ребенок сможет преуспеть.

Выбирая для ребенка кружок или спортивную секцию, обязательно нужно учитывать его увлечения и особенности характера. Если ребенок индивидуалист, он никогда не сможет

выложиться и показать высокий результат в командных видах спорта. Для таких типов личности проще отвечать за себя. В команде же такие дети теряются и совершают ошибки из-за боязни подвести своих партнеров. Кажется, что наоборот, это должно стать гарантией от ошибок, но на деле все оборачивается иной стороной. Ребенок настолько боится и волнуется, что не может сосредоточиться и правильно и своевременно реагировать на изменение ситуации в игре. Помимо того, что на данной почве у него возникают комплексы, так он ещё и получает постоянные обвинения от своих товарищей по команде и придирки от тренера. Понижается самооценка, подросток остро переживает в глубине души свои неудачи и винит себя в неспособности изменить ситуацию.

Также распространенной причиной для суицида является учебный процесс и связанные с ним сложности. Особенно это касается подростков с высоким уровнем интеллекта, которые сильно выделяются среди своих сверстников высокими оценками. В этом возрасте очень развито чувство «стаи», и тот, кто не вписывается в стандарты этой «стаи» становится изгоем и постоянно подвергается насмешкам и унижениям. Любой из взрослых может вспомнить так называемых «ботаников», над которыми издевались не слишком успевающие в учебе одноклассники. У таких подростков появляется острое чувство отчуждения, они не могут справиться с одиночеством и унижениями, и зачастую не видят другого выхода, нежели свести счеты с жизнью. Или уходят в субкультуру, в которой темы смерти и суицида присутствуют повсеместно.

Нередко школьники попадают в плохую компанию. Для того, чтобы соответствовать вожакам, которые чаще всего уходят в сторону конфронтации с учителями и родителями, приобретают вредные привычки и асоциальное поведение. Согласитесь, среди заводил компаний редко можно встретить хороших мальчиков и девочек. Как правило, это не слишком преуспевающие в учебе дети, которые не обладают большими способностями либо являются запущенными детьми из неблагополучных семей. Чтобы выделиться и самоутвердиться, они осознанно становятся «хулиганами», собирая вокруг себя стайки себе подобных. Но в такие компании попадают и вполне благополучные подростки, которые думают, что проще стать «как все», чем противостоять насмешкам. Здесь действует боязнь стать изгоями. Но в итоге, рано или поздно, они понимают, что находится в подобной компании для них невозможно. Внешне они продолжают вести себя как обычно со своими псевдодрузьями, а внутри происходит конфликт с собой. Все больше и больше запутываясь в таком противоречии, подростки находят единственный выход — самоубийство.

Мода на суицид

Для взрослых может показаться странным, но в последнее время среди подростков появилась мода на коллективный суицид. Откуда это пошло, мы рассмотрим чуть позже. Молодые люди создают целые сообщества, знакомятся на сайтах, посвященных суициду, в интернете, изучают способы самоубийств и договариваются о том, как, где и каким образом они перейдут «грань между жизнью и смертью». Красиво звучит, не правда ли? Для подростков — это своего рода игра, которая в итоге приводит к трагическим последствиям.

Такой «моде на смерть» сильно способствует массовая культура и СМИ. Существует огромное количество книг, фильмов, анимации и видеоигр, где тема смерти возводится в своеобразный культ. Причем все это окружается элементами романтики и особой эстетики. Отдельный акцент делается на исключительность, на особенность людей, которые подобным образом возвышаются над обыденностью и примитивными представителями общества.

Средства профилактики суицида

Прежде всего, родителям важно помнить, что ребенку жизненно необходимы внимание и забота. Как и желание понять его, принимать участие в его жизни. При этом важно не само понимание, а принятие его позиции, одобрение.

В ребенке с малых лет нужно закладывать стержень, воспитывать в нем личность, развивать интерес и поддерживать его желания заниматься тем или иным делом. Когда подросток по-

настоящему увлечен своим делом, когда у него появляются друзья, разделяющие его интересы и говорящие с ним на одном языке, он не потеряет вкус к жизни, т.к. он всегда будет ставить перед собой планы и задачи, которые нужно реализовать.

Занятия спортом также помогают отвлечь ребенка от влияния негативных факторов. Помимо того, что дети приучаются к дисциплине, у них вырабатывается характер бойца, а физическая активность, как давно уже было доказано, является прекрасным средством профилактики депрессивных состояний. Главное выбрать тот вид спорта, который придется ребенку по душе. Пусть сам решит, где хочет себя попробовать. Не получится здесь, всегда можно будет попытаться свои силы в другом виде спорта.

Большое значение играет литература, мультфильмы, кино. Классика прививает правильные человеческие ценности. Важно подбирать те книги, которые помогут ребенку составить верное представление о мире, о роли человека в обществе, о ценности человеческой жизни. Хорошим образцом для подражания являются герои книг, демонстрирующие благородные поступки, борющиеся за жизнь и преодолевающие жизненные трудности. Все остальное, безвкусное и отрицательное подросток найдет сам, но он уже будет готов к этому, имея заложенный культурный стержень.

Родители и сами могут стать хорошим примером для своего ребенка. Не унывать, проявлять стойкость духа, доброжелательность и веру в будущее.

Необходимо всегда приглядываться к своему ребенку, особенно в подростковом возрасте. Именно в переходный период взросления появляется масса соблазнов, мимо которых подростку сложно пройти и трудно устоять перед искушением. Особое внимание стоит обращать на интересы ребенка, на его окружение.

Если подросток перестает следить за собой, за своей успеваемостью, не делится своими планами на будущее, меньше общается с друзьями, замыкается в себе — это признаки того, что пора бить тревогу. Нельзя уходить от проблемы и делать вид, что ничего не происходит. Необходимо окружить ребенка заботой и вниманием. Именно участие и забота являются мощнейшими ободряющими средствами. Очень важно сосредоточить внимание на том, что говорит ребенок или что он чувствует. Когда беспокоящие скрытые мысли выходят на поверхность, то проблемы кажутся менее фатальными и более разрешимыми. Также необходимо вселить надежду, не дать остаткам оптимизма уйти и ввергнуть подростка в полное отчаяние.

Многие родители совершают ошибку, пытаясь не затрагивать тему смерти. Практически у всех есть пожилые родственники, которые уходят от нас в мир иной и с этим ничего невозможно поделать. Сердобольные родители пытаются оградить ребенка от потрясений, связанных с отпеваниями и похоронами. Не стоит этого делать. Ребенок должен понимать, что смерть существует, что она реальна, как и жизнь. Если умер домашний любимец, то не стоит его хоронить, пока ребенок в школе. А потом рассказывать сказки, что питомец убежал. Смерть естественна и присутствует в нашей жизни, поэтому не стоит создавать ребенку уютный, но искусственный мир. Как показывает статистика, подростки, которые сталкивались со смертью в реальности, воспринимают ее без всякого налета романтизма. Она не является для них чем-то таинственным и загадочным.

В подростковом возрасте проблемы часто кажутся неподъемными, если с ними приходится справляться в одиночку. Важно внушить своему ребенку, что не стоит принимать скоропалительных решений, потому что "все непосильные ноши со временем станут не больше, чем просто прошлым". А пути решения проблем найдутся всегда, особенно если он не один и в любое время может найти у своих близких поддержку и понимание.