

Проблема подросткового суицида

Многое, из того, что нам взрослым, кажется пустяком, для ребенка - глобальная проблема. Обязанность любого воспитателя, будь то педагог или родитель, - не допустить у ребенка мысли о том, что выхода из сложной ситуации нет.

Дети до 11 лет реальных попыток уйти из жизни почти не делают. Однако это совсем не означает, что их не посещают трагические фантазии в минуты глубочайшего отчаяния. Иногда, настаивая на своих желаниях, они нас шокируют, заявляя что-нибудь типа: «Вот превращусь в капельку и испарюсь, и тогда Меня у вас не будет!»

Как правило, первые суицидальные попытки встречаются у детей старше 13 лет. В доподростковом возрасте дети еще во многом зависимы от близких взрослых, прежде всего от родителей, и у них только начинается процесс внутренней идентификации (самоопределения), поэтому мысли о том, что можно совершить агрессивные действия по отношению к самому себе, не приходят в голову.

Подростковый суицид.

Пик суицидной активности приходится на старший подростковый возраст (14 — 16 лет).

Сами подростки не могут четко обозначить причину, по которой они решили совершить самоубийство (обычно причина суицида воспринимается подростком как тяготящая его проблема, решить которую не представляется возможным). Подросток может решить, самоубийство — это удел всех гениальных людей, несчастных в своем одиночестве и непонимании окружающими.

У подростка искаженное и незрелое представление о смерти. Смерть видится подростку как временное состояние, которое можно сравнить со сном, приходящим и уходящим. В подростковом возрасте у большинства детей формируется миф об их бессмертии, отсюда любовь подрастающего поколения к небезобидным шалостям: катанию на лифтах, подножке трамвая или цепляются за машины, различным играм на строительных площадках. Такое своеобразное бесстрашие объясняется тем, что у подростка еще не сформирована ориентация на будущее, прежде всего на отдалённое будущее.

Подросток, который намеренно совершает суицидальные действия.

Что послужило этому?

Тяжелые переживания, связанные с поиском и признанием себя как личности и индивидуальности, могут перейти в состояние депрессии, которая, в свою очередь, может привести к возникновению суицидальных намерений. Для подросткового возраста это особенно характерно, так как ключевым аспектом этой проблемы являются эмоциональные расстройства. Действительно, у большинства страдающих депрессией плохое настроение доминирует в общем состоянии, однако это не всегда так. Именно у подростков можно достаточно часто встретить отсутствие субъективно переживания даже при острых кризисных состояниях.

Депрессия в этом возрасте может быть вызвана многими причинами.

Причины депрессии у подростков

- негативное отношение к своему телу (телосложению) в период полового созревания;
- приобретенной в этот период способностью критически воспринимать любую информацию, самостоятельно выполнять свои суждения, не опираясь на мнение взрослых, и, как следствие всего этого, возможной фиксацией на негативных оценках жизни;
- одиночество, низкой популярностью среди сверстников;
- трудностями в обучении, низкой школьной успеваемостью.

Существуют факторы, которые помогают подросткам справиться с переходными процессами данного возраста:

- хорошие отношения с родителями и со сверстниками;
- внешкольная занятость подростка в спортивных секциях, творческих кружках и т.п.;
- определенная социальная роль, подразумевающая высокую личную ответственность и моральные обязанности за выполняемые дела (например, шефство над младшими школьниками, уход за больными ит.п.)

Предпосылки к суициду

- неумение подростка понимать и выражать свои чувства, объяснять свои переживания;
- двойственность ощущения своего места в мире: с одной стороны — уже не ребенок (одолеваемый взрослыми желаниями и страстями), а с другой — абсолютно бесправный и полностью зависящий от семьи (которая в эту пору

становится для него менее значимой, чем общество сверстников);

- максимализм оценок и приговоров — и себе, и окружающим, а вместе с тем, неспособность прогнозировать последствия своих действий

Признаки намерения совершения суицида

Что касается ранней диагностики суицидального поведения, то о намерении подростка совершить самоубийство могут свидетельствовать ряд признаков, которые условно можно разделить на две группы: словесные и поведенческие

Словесные признаки:

- открытые и прямые высказывания о принятом решении покончить с собой;
- косвенные намеки на совершение самоубийства (например "Больше не буду никому мешать", "Скоро от меня отдохнете" ит.п.)
- нездоровый интерес к вопросам смерти, увлечение литературой по вопросам жизни и смерти, частые разговоры на эту тему(одно из самых распространенных заблуждений заключается в том, что, люди, которые говорят о самоубийстве, никогда не совершают его);
- высказывания своих мыслей по поводу самоубийства в подчеркнута легкой и шутливой форме (например, "... смерть – всего лишь одно из сторон жизни", чего бояться – мы и так значительную часть жизни тратим на сон")

Поведенческие признаки:

- безвозмездная раздача вещей, имеющих для человека высокую значимость;
- налаживание отношений с непримиримыми врагами;
- отсутствие желания ухаживать за собой, запущенный и неряшливый внешний вид;
- пропуск школьных занятий, потеря интереса к привычным для ребенка увлечениям, хобби;
- отстранение от друзей и семьи;
- частое уединение, проявление замкнутости и угрюмости;
- безразличие к окружающему миру.

Как уже упоминалось выше, причины, подталкивающие подростков к совершению самоубийства, во многом для них самих остаются непонятными. И все же можно выделить определенные группы факторов риска совершения в этом возрасте суицида.

Факторы риска совершения суицида

Семейные проблемы. неблагополучные семьи, где часто возникают конфликты между родителями. Недоброжелательно отношение к ребенку - грубость, унижение, побои. Материальные проблемы семьи. Потеря родителей. Чувство беспомощности и отчаяния.

Проблемы интимно-сексуальной сферы. Неудачи в личной жизни, проблемы сексуального характера. измены, унижения, отверженность со стороны родителей при этом они эмоционально зависимы от их внимания, уважения. чуткости.

Аддиктивное поведение. Употребление алкоголя, и наркотиков, психоактивных веществ снижает критичность мышления и

способность контролировать импульсивное поведение, предвидеть и принимать последствия своих действий.

Незрелость личности и определенные черты характера.

Слабохарактерность и импульсивность действий. Внушаемость, подражание телевидению, чужие рассказы.

Школьные проблемы. Неуспеваемость и неуспешность.

Проблемы в общении со сверстниками могут привести к дезадаптации подростка. Потеря контакта или осуждение группой может стать тем социально-психологическим фактором, который способен подтолкнуть или усилить желание подростка к суицидальному действию. Этот фактор особенно значим для подростков с невысоким интеллектом.

Проблемы и конфликты с учителями – подростковый возраст ранимый и восприимчивый, любое высказывание – по мнению подростка необъективное по отношению к нему, да и еще в присутствии одноклассников, сверстников, воспринимается болезненно и чревато последствиями. Отношение учителя к ученику – надменность, отстраненность, изолированность, пренебрежение, чрезмерная строгость.

Если замечена склонность школьника к депрессии и суициду, воспользуйтесь советами, которые помогут изменить ситуацию:

1. внимательно выслушивайте. В состоянии душевного кризиса любому из нас, прежде всего, необходим кто-нибудь, кто готов нас слушать.
2. внимательно отнеситесь ко всем, даже самым незначительным обидам и жалобам ребенка, не

пренебрегайте ничем из всего сказанного им. попытайтесь убедить его раскрыть свои чувства, поделитесь накопившимися проблемами.

3. придайте уверенность ребенку, объясните ему, что вместе вы обязательно справитесь со своими проблемами.

Оказание первичной психологической помощи в беседе с подростком.

	если вы слышите	обязательно скажите	никогда не говорите
1	"Ненавижу учебу, класс..."	"Что происходит у нас, из-за чего ты себя так чувствуешь?"	"Когда я был в твоём возрасте...да ты просто лентяй"
2	"Все кажется таким безнадежным ..."	"Иногда все мы чувствуем себя подавленными. Давай подумаем, какие у нас проблемы и какую из них надо решить в первую очередь"	"Подумай лучше о тех, кому еще хуже, чем тебе"
3	"Всем было бы лучше без меня!"	"Ты очень много значишь для нас, и меня беспокоит твое"	"Не говори глупостей, Давай поговорим о"

		настроение. Скажи мне, что происходит"	чем-нибудь другом"
4	"Вы не понимаете меня!"	"Расскажи мне, как ты себя чувствуешь. Я действительно хочу это знать"	"Кто же может понять молодежь в наши дни." "Никому не нужны чужие проблемы"
5	"Я совершил ужасный поступок..."	"Давай сядем поговорим об этом"	"Что посеешь, то и пожнешь!"
6	"А если у меня не получится?"	"Если не получится, мы подумаем как это сделать по-другому" !Если не получится, я буду знать, что ты сделал все возможное"	"Если не получится – значит, ты недостаточно постарался!"

Источник <http://pedsovet.su/load/48-1-0-7671>