**" Меры профилактики и предупреждения подросткового суицида"**

**Уважаемые родители!**

Сегодня мы обсудим с Вами очень сложную и очень серьезную тему: **«Профилактика суицидального поведения несовершеннолетних».** Сейчас, эта тема является актуальной, так как во всем мире число суицидов среди несовершеннолетних неуклонно растет.

Уполномоченный по правам ребенка при Президенте Российской Федерации **Мария Алексеевна Львова-Белова** сообщила, что среди неестественных причин смертности и инвалидности несовершеннолетних суициды занимают особое место. По данным государственной статистики количество детей и подростков, покончивших с собой, оставляет 13% от общего числа умерших от неестественных причин.

По данным Всемирной Организации Здравоохранения, самоубийства ежегодно приводят к 1 миллиону смертельных исходов, из которых **20%** приходится на подростковый возраст. Эта цифра превосходит ежегодные мировые показатели смертности от убийств и военных конфликтов.

1. Наиболее частой причиной попытки самоубийств – семейные конфликты с родителями: **46%.**
2. На втором месте – угроза потери близкого человека (неразделимая любовь): **24%**.
3. На третьем месте – несправедливое отношение, обвинение – **7,5%.**
4. И внимание - **15%** суицидентов предпринимали повторные попытки самоубийств.

Очень часто мы слышим фразу при обсуждении темы самоубийства: Я не понимаю, как можно было решиться на такой поступок?!!! Так вот, основная причина большинства суицидов – это глубокое чувство непонимания и одиночества подростка. Не было ни одного человека способного понять его переживания ни среди подростков, ни среди взрослых. Эти дети воспринимают себя как отверженных, никому не нужных «чужаков» и не могут найти другой выход.

Так почему же дети добровольно уходят из жизни?

Опыт показывает, что суицид чаще случается в тех семьях, где господствует авторитарный стиль воспитания и ориентация воспитания в основном на внешнее благополучие. Отсюда множество ссор и скандалов.

**РОДИТЕЛЯМ СЛЕДУЕТ ПОНИМАТЬ:** если скандал уже разгорелся, нужно остановиться, **заставить себя замолчать*.*** Ведь ваша задача по сути в споре с подростком – не доказать свою правоту или авторитет, а оградить ребенка от беды. А подросток очень часто пытается любым способом доказать право на свое мнение и добиться уважения собственных родителей, которые никак не могут смириться с тем, что ребенок взрослеет. В состоянии аффекта подросток крайне импульсивен и агрессивен.

Сознание собственной правоты и непогрешимости делает родителей поразительно нетерпимыми, неспособными без оценок, без суждения и поучения просто любить и поддерживать ребенка. Упрекая его, родители произносят порой слова настолько злобные и оскорбительные, что ими поистине можно убить. Они при этом не думают, что безобразным своим криком буквально толкают его на опасный для жизни поступок.

*Пятнадцатилетняя девочка после ожога пищевода (она выпила бутылку ацетона во время скандала с матерью) рассказывала: “Я была готова на все, лишь бы заставить маму замолчать, я даже выговорить не могу, как она меня обзывала”. Девочка не собиралась умирать. А годы скитания по хирургическим отделениям, тяжелые операции и погубленное на всю жизнь здоровье — это цена неумения и нежелания матери держать себя в руках, когда ей показалось, что дочка слишком ярко накрасилась.*

**Уважаемые родители!** Вы должны быть для ребенка той *«жилеткой»,* в которую можно в любой момент излить все свои проблемы. Ребенок должен знать, что родители всегда его поймут или, по крайней мере, попытаются понять. Поэтому если ребенок доверил вам свое «горе», не занимайтесь нравоучениями и уж тем более не устраивайте скандал. Этим вы только оттолкнете его и спровоцируете на безрассудные поступки. Прежде всего, дайте ему высказаться и просто пожалейте. Нельзя смеяться над его горем. Даже если вам эта проблема кажется сущим пустяком. Поэтому радуйтесь, что ребенок со **своим горем** пришел именно к вам, а не к чужому. Это значит, что он вам доверяет!

Трудности в отношениях с родителями – не единственный фактор, который может довести подростка до самоубийства.

Самое малое, что мы можем сделать для своего ребенка, - это быть с ним рядом. Говорить на самые различные темы и обязательно развивать понимание того, что любая неприятность, даже самая «смертельная», гораздо меньше, чем вся жизнь! И пока эта жизнь продолжается, все можно поправить, а когда жизнь прервана, ничего уже изменить нельзя.

**Эксперты поясняют:** в подростковом возрасте человек воспринимает смерть как что-то обратимое, как некий эксперимент. Во многом этому способствуют компьютерные игры, где у героя много жизней, и если он "погиб", то всегда можно его "оживить". И сделав шаг из окна, жизнь пойдет на перезагрузку, и все проблемы решатся сами собой.

Это говорит о том, что у ребенка еще несформированное понимание смерти. Ребёнок думает, что всё можно будет вернуть назад. Многие дети уверены: смерть имеет начало и конец. В их представлении смерть можно сравнить с длительным отсутствием или, например, болезнью. Многие дети убеждены, что, совершив суицидальную попытку, они умрут «не до конца».

*Семилетний мальчик, после попытки повешения рассказал, что решил умереть, поскольку мама после каждого проступка угрожала отдать его в приют за плохое поведение. Крики, слезы, мольбы – ничего не помогало, и тогда он решил повеситься.*

*- Буду висеть и смотреть, как она убивается, а потом все у нас будет хорошо – сказал малыш.*

*- Когда потом? – спросили его.*

*- Потом, когда смерть пройдет…*

За компьютером современные российские подростки проводят в среднем 3 часа в день. Кто-то меньше, кто-то больше, но так или иначе, чаще всего, [родители не знают, чем их дети занимаются, сидя перед монитором,](http://www.vesti.ru/videos?vid=395657&cid=280) какие ресурсы они посещают в Интернете.

В некоторых семьях родители довольны уже тем, что ребенок сидит дома за компьютером, а не пропадает во дворе. Между тем Интернет для ребенка – это та же улица, а то и хуже.

При этом, как отмечает советский и российский **психиатр**, заслуженный врач Российской Федерации, доктор медицинских наук, профессор Зура́б Ильи́ч Кекели́дзе, радикальные меры здесь не помогут. Отключать ребенку Интернет совсем и лишать его такого источника информации не стоит. Нужно контролировать, чем занимается ребенок в Сети. К тому же, если ребенок все свободное время проводит в интернете, избегает живого общения, то стоит обратить на это внимание. По сути сегодняшние самоубийцы – первое поколение детей, выросшее на виртуальном общении. Психологи зачастую называют их **«потерянным поколением»:** многие дети практически лишены родительского внимания – взрослые были заняты выживанием и зарабатыванием денег. А в сети, которая заменяет им живое общение, практически невозможно понять, что подразумевают записи «Хочу уйти из жизни» - простое бравирование, глупую шутку или скрытый крик о помощи. За последние полгода было закрыто порядка 20 сайтов и групп в социальных сетях, которые представляли собой эдакие **"клубы самоубийц".**

Они создавались подростками и ориентированы были тоже на подростков. Всего несколько ключевых слов в любом поисковике и перед нами множество советов, желающим покончить с собой, в том числе и популярная в сети, кочующая с одного ресурса на другой, брошюра **«150 способов самоубийства».** Хоть создатели и предупреждают, что все написанное там шутка, данные советы вполне действенны. Кроме того, многие сайты, изначально предназначенные для помощи потенциальным суицидентам, на практике занимаются обратным.

*«Наше правительство, начало жестокую борьбу с этим валом суицидов в подростковой среде: был одобрен законопроект, предусматривающий уголовную ответственность за склонение подростков к самоубийству с помощью игр и сообществ в соцсетях».*

 Еще причиной высокого уровня суицидов в стране является моральное “одичание” общества, потеря нравственных ориентиров, утрата смысла жизни. Иллюзия жизни как потребления подменяет подлинный смысл жизни, агрессивно встраивается в сознание людей. Смыслом жизни провозглашается покупка квартиры, машины, одежды отсутствие коммуникативных навыков у современных детей и подростков. В настоящее время происходит явное и значительное снижение интеллекта у молодежи – школьников и студентов. Молодежь не умеет самостоятельно мыслить, она зомбирована передачами, типа, легким чтивом, примитивным кино, отупляющими компьютерными игрушками. Поэтому решение сложных задач, которые встают перед каждым человеком, в силу их ограниченных возможностей, исключается. Невозможность достижения целей заставляет молодого человека искать легких и простых способов решения возникшей проблемы. К суициду подростков подталкивает также рост молодежных течений, типа эмо, отчасти готов. Им никто не противостоит, с ними никто не борется, хотя многие понимают их опасность.

***Что же происходит с нашими детьми?***

*«Такой вопрос, -  я себе задаю всегда, когда с экрана телевизора, из СМИ слышу: 14-летний подросток, во время урока выстрелил из пневматического пистолета в глаз своему однокласснику (спасти его не удалось); два брата четвероклассника жестоко издевались над младшим мальчиком; дети выбрасываются из окна (кончают свою жизнь самоубийством), вешаются, стреляются, вступают в группы смерти, в запрещенные террористические группировки «Эгил» и т.д. Учиться тоже не хотят. Кто виноват и что делать?*

Я считаю в этой проблеме нужно задействовать все общественные институты. Начать с семьи, продолжить в школе, привлечь кружки и секции. Зачастую детям нужна помощь и поддержка взрослых, в первую очередь родителей и учителей, тренеров и наставников, тех, кто может быть значимым для них. Иначе этими авторитетами станут для них лидеры криминальных сообществ.

Что мы знаем о наших детях, кроме того, что они у нас самые лучшие, тихие и честные? Сидят тихо у компьютера, играют. По подворотням не шатаются, спиртное и наркоту не употребляют. А что там у них в душе? С кем они дружат и дружат ли вообще? И где эти друзья? Чем дышат? О чем мечтают? Что слушают, смотрят, читают и читают ли вообще?

**У меня для вас уважаемые родители, есть небольшой совет, который должен стать для вас законом:** подросток заговорил с вами о своем – бросайте мыть посуду, положите телефонную трубку, отложите все свои дела, садитесь напротив, глаза в глаза – и слушайте, вникайте, сопереживайте, думайте вместе! **И еще:** ребенок, подросток должен знать, что он всегда может рассчитывать на вашу поддержку и помощь.

Не оставляйте детей один на один с этой сложной жизнью.

Если вы хотите, чтобы ваши дети вас уважали и слушались, ценили ваши советы следуя им, строили свою жизнь счастливо – будьте счастливы сами! Станьте для ребенка таким примером, которому захочется подражать.

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1.Бердяев Н.О. О самоубийстве. М., 1992.

2.Кравченко А.И. Родителям о подростках и подросткам о родителях. М., 2002.

3.Медведева И.Я. Книга для трудных родителей. М., 1994.

4.Тихонова Н. Российская семья в начале века: ситуация удручающая// Воспитание школьника. - ?3. 2002.