

Признаки суицидального поведения

Те, кто читал роман Марка Твена «Том Сойер» наверняка помнят, как главный герой мечтал о своей смерти, поссорившись с тетюшкой. Он явно представлял себе, как она расстроится и будет до конца жизни винить себя за смерть такого «хорошего мальчика». В психологии суицидального поведения такое поведение расценивается, как двойственное отношение к смерти и бытию. Обычно свою гибель подросток воспринимает, как способ воздействия на взрослых и не осознает необратимость последствий.

Суицидальное поведение детей актуально и в наше время. Родителям и педагогам следует обращать особое внимание на поведение подростка, чтобы вовремя выявить первые признаки суицидального настроения.

Признаки суицидального поведения

Суицидальное поведение подростка может включать:

- мысли о бессмысленности жизни;
- фантазии о смерти;
- высказывания о желании умереть («мне все надоело», «я не хочу жить»);
- повышенный интерес подростка к темам смерти (книги, форумы и социальные сети, неформальные организации, культивирующие суицидальные наклонности).

Чаще всего подростки хотят продемонстрировать суицидальное поведение с целью привлечь к себе внимание. Возникновению суицидального поведения могут предшествовать депрессивные состояния, характеризующиеся плохим настроением, чувством скуки и одиночества, фиксацией внимания на мелочах, замкнутостью, агрессией по отношению к взрослым, злоупотреблением алкоголем и наркотиками. Такое поведение влечет за собой **истинный суицид**, который никогда не бывает спонтанным. К другим видам суицидального поведения относится **скрытый суицид**, при котором подросток выбирает «суицидально обусловленное поведение»: вхождение в опасные группировки, рискованная езда на транспорте, опасные виды спорта, наркотики. Чаще всего подростки склонны все же к **демонстративному суициду**, в котором суицидальный

поступок выступает в качестве диалога, с помощью которого подросток хочет высказаться и быть понятым.

Причины суицидального поведения

1. Повлиять на значимого в жизни подростка человека. Чаще всего разрешить любовный конфликт (заставить раскаяться того, кто обидел, заставить обратить на себя внимание того, кто нравится, и т.д.).
2. Разрешить конфликт с родителями. Очень часто авторитарный стиль воспитания, где к подростку предъявляют безапелляционные требования, приводит к конфликту и далее к мысли о суициде. Также слишком попустительский стиль воспитания может натолкнуть подростка к мысли о суициде для того, чтобы родители на него обратили внимание.
3. Непонимание в школе. Подростки, которые имеют плохую успеваемость, вступают в конфликты с учителями и администрацией. Подростком управляют потребности в самоуважении, в положительной оценке, в общении, недостаток которых может вызвать желание уйти из жизни.

Факторы риска суицидального поведения

Не все подростки склонны к суицидальному поведению, и большинство тех, кто склонен можно отнести к различным группам риска.

- подростки, которые имели предыдущую незаконченную попытку самоубийства;
- подростки, у которых в семье встречались случаи суицида;
- злоупотребление алкоголем и наркозависимость;
- подростки с аффективными расстройствами и депрессиями;
- подростки с тяжелыми или хроническими заболеваниями;
- подростки, пережившие утрату близкого или значимого человека;
- подростки, пережившие насилие;
- подростки из неблагополучных и неполных семей.

Способы преодоления суицидального поведения

Подростковый возраст характеризуется полным отторжением помощи родителей, педагогов и профессионалов. В тоже время диагностика суицидального поведения подростков имеет важное

профилактическое значение. Своевременное определение предвестников суицида может помочь в его предотвращении. Профилактика суицидального поведения должна проводиться как дома, так и в школе. Для этого нельзя игнорировать изменения подростка, его проблемы и предупреждающие знаки. Нельзя осуждать и критиковать откровения подростка, при общении сохраняйте спокойствие и будьте искренними. Покажите, что вы готовы выслушать и понять ситуацию. Ненавязчиво можно предложить найти решение и повернуть ситуацию в неожиданном ключе.

Целью профилактики суицидального поведения несовершеннолетних является прочное укрепление желания жить и радоваться жизни.