**Причины и мотивы суицидального поведения детей и подростков**.

Самоубийство - это реакция человека на проблему, которая кажется ему непреодолимой. Уровень подросткового суицида в России - один из самых высоких в мире. Каковы его причины и как предотвратить появление суицидальных мыслей у ребенка?

Риску суицида подвержены дети и подростки с определенными

 психологическими особенностями:

эмоционально чувствительные, ранимые;

настойчивые в трудных ситуациях и одновременно неспособные к компромиссам;

негибкие в общении (их способы взаимодействия с окружающими достаточно однотипны и прямолинейны);

склонные к импульсивным, эмоциональным, необдуманным поступкам;

склонные к сосредоточенности на эмоциональной проблеме и к формированию сверхзначимого отношения;

пессимистичные;

замкнутые, имеющие ограниченный круг общения. Специалисты разделяют суицидальные попытки на:

* истинные;
* демонстративные;
* шантажные.

Задача демонстративных, шантажных попыток - добиться определенной цели, либо обратить на себя внимание, либо выразить протест против трудной ситуации. Нельзя сбрасывать со счетов и влияние сверстников. Подросток совершает суицидальную попытку "за компанию", его решение не обдумано, а продиктовано готовностью поддержать друзей, стремлением быть "как все".

Следует помнить, что любые суицидальные попытки чрезвычайно опасны! Они могут действительно завершиться смертью; могут стать способом решения различных проблем (по сути, это манипулирование другими людьми) или же экстремальным "развлечением". Наиболее опасны истинные суицидальные попытки, это показатель тяжелых душевных переживаний, сильного стресса, выраженной депрессии.

Основными **причинами и мотивами для суицидального поведения** могут быть:

1. Личностно-семейные конфликты:

несправедливое отношение (оскорбление, унижение, обвинение) со стороны родственников и окружающих;

потеря близкого друга, болезнь, смерть родных;

препятствия к удовлетворению актуальной потребности; несчастная любовь;

недостаток внимания, заботы со стороны окружающих.

1. Психическое состояние.
2. Физическое состояние. Такое решение чаще всего принимают больные с онкопатологией, туберкулезом, сердечно-сосудистыми заболеваниями. При этом суицид совершается на этапе неуточненного диагноза.
3. Конфликты, связанные с антисоциальным поведением суицидента: боязнь наказания или позора;

самоосуждение за неблаговидный поступок.

1. Конфликты в учебной сфере:

несостоятельность, неудачи в учебе;

несправедливые требования к выполнению учебных обязанностей.

1. Материально-бытовые трудности.

Целями суицида могут быть:

1. Протест, месть. Суицидальное поведение по типу "протеста" предполагает нанесение ущерба, мести обидчику, т. е. тому, кто считается причиной суицидального поведения. Действует принцип: "Вам будет хуже после моей смерти". Конфликт носит острый характер.
2. Призыв. Суицидальное поведение по типу "призыва" возникает остро, реализуется чаще всего через самоотравление. Основной смысл суицидальной попытки - получение помощи извне с целью изменения ситуации.
3. Избегание (наказания, страдания). Суицидальное поведение по типу "избегания" проявляется в ситуациях угрозы наказания и при ожидании психического или физического страдания, а смысл суицида заключается в попытках их избежать.
4. Самонаказание - определяется переживаниями вины реальной, или же это следствие патологического чувства вины.
5. Отказ. Суицидальное поведение по типу "отказа" от жизни, где цель и мотивы полностью совпадают, встречается только у душевнобольных.

Как понять, что ребенок решился на самоубийство

Если ребенок всерьез задумал совершить самоубийство, об этом обычно нетрудно догадаться по ряду характерных признаков, которые можно разделить на 3 группы: словесные, поведенческие и ситуационные.

1. ***Словесные признаки.*** Подросток часто размышляет о своем душевном состоянии, при этом:

прямо говорит о смерти: "Я собираюсь покончить с собой"; "Я не могу так дальше жить";

косвенно намекает о своем намерении: "Я больше не буду ни для кого обузой"; "Тебе больше не придется обо мне волноваться";

много шутит на тему самоубийства;

проявляет нездоровую заинтересованность вопросами смерти.

1. ***Поведенческие признаки.*** Подросток может:

раздавать вещи, имеющие для него большую личную значимость, другим людям; приводить в порядок дела; мириться с давними врагами;

демонстрировать радикальные перемены в поведении, такие как:

* в еде - есть слишком мало или слишком много;
* во сне - спать слишком мало или слишком много;
* во внешнем виде - стать неряшливым;
* в школьных привычках - пропускать занятия, не выполнять домашние задания, избегать общения с одноклассниками; проявлять раздражительность, угрюмость; находиться в подавленном настроении;
* замкнуться от семьи и друзей;
* быть чрезмерно деятельным или, наоборот, безразличным к окружающему миру; ощущать то внезапную эйфорию, то приступы отчаяния;

проявлять признаки беспомощности, в поступках ощущается безнадежность.

1. ***Ситуационные признаки*.** Подросток может решиться на самоубийство, если он:
* социально изолирован (не имеет друзей или имеет только одного друга), чувствует себя отверженным;
* живет в нестабильном окружении (серьезный кризис в семье - в отношениях с родителями или родителей друг с другом; алкоголизм - личная или семейная проблема);
* ощущает себя жертвой насилия - физического, сексуального или эмоционального;
* предпринимал раньше попытки суицида;
* имеет склонность к самоубийству вследствие того, что оно совершалось кем- то из друзей, знакомых или членов семьи;
* перенёс тяжелую потерю (смерть кого-то из близких, развод родителей); слишком критически настроен по отношению к себе.

Родителям можно рекомендовать:

* ни в коем случае не оставлять нерешенными проблемы, касающиеся сохранения физического и психического здоровья ребенка;
* анализировать вместе с сыном или дочерью каждую трудную ситуацию;
* учить ребенка с раннего детства принимать ответственность за свои поступки и решения, предвидеть последствия поступков. Сформируйте у него потребность задаваться вопросом: "Что будет, если...";
* воспитывать в ребенке привычку рассказывать родителям не только о своих достижениях, но и о тревогах, сомнениях, страхах;
* не опаздывать с ответами на его вопросы по различным проблемам физиологии;
* не иронизировать над ребенком, если в какой-то ситуации он оказался слабым физически и морально, помочь ему и поддержать его, указать возможные пути решения возникшей проблемы;
* обсудить с ним работу служб, которые могут оказать помощь в ситуации, сопряженной с риском для жизни; записать соответствующие номера телефонов;
* записать свои рабочие номера телефонов, а также номера телефонов людей, которым родители сами доверяют.



Педагог-психолог Новикова О.В.