

Подростковый суицид

03.05.2017

Подростковый суицид

Что может толкнуть подростка на страшный шаг? Конфликты в семье, проблемы в школе, несчастная любовь? Как уловить тревожные сигналы и предотвратить трагедию?

Управление по ЮВАО Департамента ГОЧСиПБ напоминает о причинах, которые могут привести к трагедии с подростком.

Нужно понимать, что движет подростком, который пытается наложить на себя руки.

Демонстративное поведение. Подросток стремится привлечь внимание на себя и свои проблемы, показать, что ему трудно. Проявления могут быть разными – от мелких порезов кистей рук до отравления неядовитыми лекарствами и изображения повешения. Это делается, напугать окружающих, заставить их задуматься, «осознать» свое несправедливое отношение к нему.

Аффективное поведение. Подросток действует импульсивно, без четкого плана. Сильные негативные эмоции — обида, гнев – мешают ему адекватно воспринимать ситуацию. Чаще всего прибегают к попыткам повешения, отравлению токсичными и сильнодействующими препаратами.

Истинное суицидальное поведение. Именно оно чаще всего приводит к смерти. Подросток готовится к совершению самоубийства, продумывает план действий. В таких случаях подростки часто оставляют записки, адресованные родственникам и друзьям, в которых они прощаются со всеми и объясняют причины своего решения. При истинном суицидальном поведении чаще прибегают к повешению или к спрыгиванию с высоты.

Как понять, что подросток настроен серьезно?

Очень редко бывает так, что о готовящемся самоубийстве не знает никто из окружения подростка. Он может заявлять об этом открытым текстом или намеками, предупреждая, что устал от этой жизни и думает только о смерти. Здесь очень важно услышать и понять, насколько серьезны его намерения.

Чтобы предотвратить аффективный суицид, надо находиться рядом. Этому шагу, как правило, предшествует более или менее продолжительный период переживаний, борьбы мотивов и поиска выхода из создавшейся ситуации.

Что может стать сигналом тревоги?

У него затяжная депрессия. Если подросток часто выглядит подавленным, раздражительным, уходит от общения, узнайте, что его беспокоит.

Он ведет себя демонстративно. Обращайте внимание на любое несвойственное для подростка проявление эмоций (а также внешний вид). Возможно, своим поведением он пытается привлечь ваше внимание, что-то донести.

В его **творчестве появляются депрессивные нотки.** Если в рисунках или музыке подростка преобладают мотивы, связанные со смертью и суицидом, это может стать для вас сигналом.

Он изменил образ жизни, интересы, имидж. Поговорите с ним об этом. Проявите свою заботу и безразличное отношение.

Он не может разобраться в своих переживаниях. Подростки на грани суицида могут испытывать безнадежность. В то же самое время они надеются на благоприятное решение своей проблемы. Чаще беседуйте с подростком о благоприятных перспективах его становления и развития как личности. Приводите положительные примеры из своей жизни, из жизни знакомых.

Если подросток не идет на контакт, следует обязательно обратиться за помощью к психологу, психотерапевту.

Всегда помните: оценить глубину эмоционального переживания смогут, прежде всего, родные люди, или друзья. Поэтому надо быть очень внимательными по отношению к своим детям. Тогда вы сможете предупредить беду.

Адрес страницы: <http://marino.mos.ru/law-and-order-and-safety/defense-and-emergencies/news/detail/5820522.html>