

## Детские и подростковые суициды: памятка родителям

Дети – цветы жизни! Каждый родитель мечтает видеть своего ребёнка счастливым, здоровым, мечтает, чтобы он стал в жизни настоящим Человеком, впереди его ожидала хорошая судьба. От родителей, в первую очередь, зависит то, какими ценностями живёт юный участник нашего общества, каким он вырастет человеком и что передаст своим будущим поколениям. Участие взрослых очень важно в жизни каждого ребёнка, особенно в период, когда в его жизни появляются психологические проблемы. Что стоит знать родителям в первую очередь о проблеме детских и подростковых самоубийств? И как надёжно обезопасить сознание своих детей от воздействия чужеродной губительной воли?

В обществе широко распространено мнение, что попытки суицида совершают только психически неуравновешенные люди, страдающие различными заболеваниями, такими как шизофрения, паранойя и другими заболеваниями нервной системы. На самом же деле это совершенно не так. Есть медицинская статистика, из которой следует: подавляющее большинство самоубийств совершаются психически абсолютно здоровыми людьми. Кроме этого, бытует ошибочное мнение, что только дети и подростки из неблагополучных семей способны совершить попытку самоубийства. Однако статистика показывает, что подавляющее большинство детей, идущих на этот шаг, из внешне благополучных и полных семей.

Что толкает детей на самоубийство и какова роль родителей и педагогов в предотвращении этого?

Психологи выделяют множество причин, которые, по их мнению, способны подтолкнуть подростка на самоубийство. Среди них ссора со сверстниками, расставание с любимым человеком, смерть родственника, постоянные стрессовые ситуации и как следствие депрессия, игровая зависимость, проблемы с наркотиками, подростковая беременность, насилие в семье, желание обратить на себя внимание. Однако стоит подчеркнуть, что в большинстве случаев всё перечисленное не является первопричиной суицидального поведения молодых людей, а лишь дополнительным фактором.

Истинная же причина скрыта глубже обыденного понимания человеческой психики, природы человека и его мыслей. Очень часто дети и подростки попадают в поле зрения определённых людей не с самыми лучшими намерениями, которые являются либо проводниками чужой воли, либо непосредственно генерирующими эту волю и обладающими знаниями, которые в современном мире назвали бы «чёрной магией». Бессознательными проводниками таких «нелюдей» могут быть кто угодно: самые близкие друзья и подруги, учителя или случайные знакомые, руководители творческих кружков, религиозных или

общественных организаций и течений. Основная мотивация, как правило, агрессивного толка, основана на материальных установках или искаженных представлениях о духовных вещах. Генераторы же этой воли в попытках довести подростка или ребёнка до самоубийства, внедряя в его сознание чуждые ему навязчивые мысли, способны подавлять волю человека и кратковременно управлять его действиями усилием своей мысли. Но это происходит лишь тогда, когда человек открывает им входную дверь своей агрессией, негативными мыслями или желаниями, даёт волю плохим мыслям, таким образом, пропуская чужеродные мысли в своё сознание.

Зачастую трагедии можно избежать, если родители будут знать о возможном источнике навязчивых мыслей у ребёнка, расширив свои собственные познания в этом вопросе и объяснив это ребёнку. На этом пути, в первую очередь, стоит отбросить навязанные стереотипы и подойти к изучению этого вопроса с заинтересованностью настоящего исследователя. Ведь, в конечном счёте, приобретённые знания способны сохранить жизнь Вашему ребёнку.

**От Вас, как от родителя, зависит очень многое!**

**Стоит обратить особое внимание на следующие факторы, свидетельствующие о том, что есть вероятность детского или подросткового суицида:**

- Разговоры ребёнка о самоубийстве, нездоровые фантазии на эту тему, акцентирование внимания на эпизодах суицидов в фильмах, прессе.
- Появление у ребёнка литературы (книг, брошюр, дисков) о самоубийствах, просмотр соответствующей информации в интернете.
- Попытки ребёнка уединиться. Стремление к одиночеству, отказ от общения не всегда свидетельствует о предрасположенности к самоубийству, но может говорить о моральном дискомфорте ребёнка.
- Разговоры и размышления ребёнка о том, что он абсолютно никому не нужен, что в том случае, если он исчезнет, его никто не будет искать и даже не заметит его отсутствия. Ни в коем случае не оставляйте такие заявления без внимания и не подшучивайте над ними. Постарайтесь выяснить причину подобного настроения и убедить ребёнка в обратном своей родительской любовью и вниманием.
- Иногда музыка или рисунки могут послужить сигналом родителям о том, что что-то не так в сознании ребёнка, что в нём доминируют депрессивные мысли («открытая дверь»), вопреки его жизнерадостности.

- Тщательно маскируемые попытки ребенка попрощаться с вами: непривычные разговоры о любви к вам, попытки закончить все свои «важные» дела как можно быстрее.

- Раздаривание друзьям своих любимых и наиболее ценных вещей, с которыми он раньше не расставался (за исключением случаев, когда ваш ребенок с добрыми намерениями делает это постоянно).

Если Вы заметили в поведении Вашего ребёнка что-либо настораживающее или тревожное, постарайтесь, в первую очередь, совладать с собой, разобраться в своих собственных мыслях и поступках, а затем в спокойном состоянии переговорить с ребенком. Создайте гармонию и здоровый диалог в семье. Ваше внутреннее спокойствие и переключение на позитивные мысли способны защитить ребёнка и переключить его доминанту в сознании. **Ведь незримая обычным глазом связь между Вами и детьми существует всегда, ребенок берет пример с родителей, а родительская любовь способна на многое!** Справляясь с этой первостепенной задачей, старайтесь практически всё время проводить рядом с ребёнком (посетите с ним вместе различные культурные мероприятия, зоопарк, цирк, детские спектакли, концерты, съездите на природу и т.д., чтобы ребенок сменил обстановку и смог отвлечься от своих мыслей) до тех пор, пока не будете твердо уверены в том, что его суицидальное настроение исчезло без следа. Главное – не оставлять его наедине с собой, и даже ночью, по возможности, дежурить у его постели. Постарайтесь отвлечь его внимание от навязчивых мыслей, заняв обычной домашней или приусадебной работой, пусть он чувствует Вашу заботу, тепло и любовь. Как писал В.А.Сухомлинский: «Подлинное воспитание немыслимо без жизни в мире труда. Труд лежит в основе и нравственного, и эстетического, и эмоционального воспитания».

В том же случае, если ребенок позволяет себе более серьезные угрозы, например, такие как «Я перережу себе вены» или «Я выпрыгну в окно», то не стоит отвечать на эти слова провокационно. Не стоит смеяться над ним и говорить, что никто не станет ему мешать. Очень часто дети, которые говорят про суицид с единственной целью позлить или шантажировать родителей, получив в ответ столь ироническую реакцию, из чувства упрямства и желания доказать родителям что-либо, решаются на суицид. Кроме того, стоит незаметно для ребёнка поговорить с педагогами о том, с каким кругом людей он общается, какие кружки или семинары стал посещать в последнее время, появился ли кто-то новый в его окружении. Постарайтесь узнать, всегда ли ребёнок после занятий идёт домой или на привычную для него секцию или кружок. Возможно, он посещает ещё что-либо без Вашего ведома или встречается с подозрительными личностями. Если какое-либо новое увлечение или знакомство Вашего ребёнка вызывает у Вас подозрение и беспокойство, постарайтесь максимально оградить

его от этого общения. Быть может, Ваша родительская интуиция подсказывает верный источник его навязчивых суицидальных мыслей.

**Твёрдая уверенность в успешном избавлении от чужеродных мыслей и неадекватных поступков Вашего ребёнка, вера в помощь свыше, подкреплённая ценными знаниями о природе человеческих мыслей и истинных причинах, побуждающих человека на самоубийство, способны сохранить жизнь!** Как говорится, любая ситуация в жизни чему-то нас учит, а преодолевая её, мы становимся только сильнее. Возникновение подобной проблемы в жизни – это первый звоночек, подсказка, что, в первую очередь, именно нам стоит хорошенько поработать над изменением способа своего мышления, пересмотреть жизненные приоритеты, научиться мыслить позитивно. Ведь дети копируют нашу модель поведения. Стоит своим добрым примером показать, что такое истинные общечеловеческие ценности, научить ребёнка действовать и мыслить согласно им, научить бескорыстно помогать людям. Перед силой истинной Любви рушатся любые стены, и ни доли тени не проникнет туда, где царит гармония, доброта и где чтутся высокие нравственные принципы!