Уважаемые родители!

В настоящее время решение проблемы суицидального поведения подростков и молодежи в целом является наиболее актуальной среди других проблем современного общества. Мир высоких технологий, порождающий большое количество неудовлетворенных потребностей, а также ряд неустойчивых психических состояний, вносит деструктивное начало в жизнь индивида. В России частота суицидальных действий среди молодежи, в течение последних двух десятилетий удвоилась. Попытки суицида в наши дни являются следствием непродуктивной (защитной) адаптации к жизни.

Суицидальное поведение – это комплекс действий, направленных на осмысленное осуществление стремления уйти из жизни, иными словами совершение самоубийства.

Причины суицидального поведения у подростков:

- трудные подростки;
- индивиды, пережившие тяжёлые психоэмоциональные потрясения либо перенесшие тяжелую травму, которая нанесла непоправимый урон здоровью;
- люди, имеющие различного рода зависимости;
- больные, имеющие в анамнезе хронические недуги или психические заболевания;
- подростки, находящиеся в психозе.

Среди множества концепций и убеждений следует выделить три основные теории возникновения стремления к самостоятельному уходу из жизни: психопатологическая концепция, психологическая теория и социологический подход.

Психопатологическая концепция базируется на положении, которое заключается в причислении всех самоубийц к категории душевнобольных людей. Суицидальные действия последователи этой концепции считали проявлениями различных психических расстройств.

Социологическая теория базируется на убеждении, что основой суицидальных действий составляют снижение и непостоянство социальной интеграции. Самоубийство последователи данной концепции рассматривали в качестве следствия взаимоотношений субъекта и социальной среды.

Психологическая теория отдает ведущую позицию в зарождении стремления к самоуничтожению психологическим факторам. Сторонники данной теории убеждены, что суицид – это трансформированное (то есть, на себя перенаправленное) убийство.

Профилактика суицидального поведения:

Первичная профилактика:

- совершенствование уровня социальной жизни людей;
- воспитание позитивно ориентированной личности;
- ликвидацию социальных условий, провоцирующих возникновение самоубийственных намерений и порождающих выработку суицидальных намерений.

Вторичная профилактика:

- выявление факторов риска, провоцирующих суицидальные наклонности;
- разделение категорий профилактического учёта по группам, которые отвечают определенным формам анормального (девиантного) поведения;
- раннее выявление особ с нервно-психическими патологиями;
- коррекционное воздействие выявленных недугов и патологий психики.

На что родителям следует обратить внимание:

- неадекватное поведение, проявляющееся в любой форме у подростка;
- любое высказывание и заявление ребёнка об уходе из жизни;
- отказ от пищи;
- уединение;
- блокировка доступа к социальным сетям подростка;
- изменение стиля одежды подростка, преобладание черных и темных тонов;
- подавленное настроение у ребёнка;
- выраженный интерес к лекарственным препаратам.

Рекомендации для родителей:

- установите заботливые взаимоотношения с ребёнком;
- будьте внимательным слушателем для него;
- будьте искренними в общении с ребёнком, спокойно и доходчиво спрашивайте о ситуациях которые его тревожат;
- помогите определить источник психического дискомфорта;
- вселяйте надежду, что все проблемы можно решить конструктивно;
- помогите подростку осознать его личностные ресурсы;
- окажите поддержку в успешной реализации ребенка в настоящем времени и помогите определить перспективу на будущее;
- внимательно выслушайте подростка!

Уделяйте как можно больше внимания своим детям!

Вам необходимо услышать то, что они хотят сказать, услышать их боль и отреагировать, мягко и доброжелательно показать выход. Человек с такой проблемой не видит адекватно свою ситуацию, реальность воспринимается им искаженно.