**Причины суицида среди подростков**

Считается, что основными причинами для самоубийства являются: ситуация в семье, конфликты с родителями и друзьями, возникшее одиночество, унижения, которым подвергаются подростки со стороны сверстников. Но, эти категории, чаще всего, относятся к сложным социальным группам и условиям, неполным или неблагополучным семьям. Однако существует и огромное влияние массовой культуры, в которой в последнее время тиражируется «вирус самоубийства», который произрастает из культа смерти и подражания кумирам и героям книг, кинофильмов и анимации. Но обо всем по порядку.

**Семейные отношения**

В основе причин самоубийств, связанных с ситуацией в семье и конфликтах с родителями, лежит недостаток внимания к ребенку. В переходный период подросток оставляется без нужной ему поддержки, его система ценностей формируется не в семье, а под влиянием интернета, друзей, улицы. Если ранее он полностью повторял все, что ему преподавали, то есть учился запоминать, то в переходном возрасте человек начинает учиться формировать свои собственные мысли. В поисках альтернативы поведения подросток начинает «делать наоборот». Подобное поведение является неотъемлемым этапом взросления. В это время происходит подмена ценностей и авторитетов. Вместо того, чтобы брать пример с родителей, подростки начинают искать новых авторитетных личностей. Ими могут оказаться ваши родственники, старшие братья и сестры, некоторые учителя и тренеры, а могут и чужие вам люди. Не найдя альтернативы, многие подростки копируют своих кумиров или «вожаков» компаний, которые очень редко могут служить хорошим примером для подражания.

Ситуация в семьях, где растет один ребенок, тоже может стать причиной возникновения мыслей о самоубийстве. Когда в семье двое и более детей, подростки имеют возможность полностью удовлетворять свои эмоциональные потребности в общении друг с другом. Они лучше понимают друг-друга и могут вовремя поделиться друг с другом своими чувствами. Когда же ребенок растет один, ему может не хватать внимания. Родители заняты, а ребенок предоставлен сам себе. И начинает искать другие источники для удовлетворения своего эмоционального «голода», а также для выхода гормональной энергии. Ребенок выходит из-под контроля, начинает проявлять упрямство, снижается успеваемость, в результате чего родители отвечают на его поведение системой запретов и наказаний. Что может вызвать либо ответный протест, либо подавление личности. Переходный возраст — это всегда повышенная эмоциональность, слишком чуткая восприимчивость плюс максимализм и непробиваемая уверенность в собственной правоте и праве на свободу. Любое ограничение со стороны взрослых воспринимается как покушение на свободу личности. Что может спровоцировать демонстративный суицид.

В полных однодетных семьях зачастую можно наблюдать и перегиб в другую сторону. Ребенка окружают со всех сторон излишней заботой и вниманием. В таких случаях вырастает либо эгоист, который привыкает к тому, что мир вертится вокруг его персоны, либо человек, который не может принимать решения самостоятельно, т.к. за него всегда все сделают и решат родители. И тот и другой вариант ― подростки абсолютно не готовые к жизни в обществе. В этом случае легко спрогнозировать будущие конфликты со сверстниками, неспособность адаптироваться в социуме и последующее неприятие этого самого социума.

В неполных семьях, в которых ребенок воспитывается одним из родителей, проблема невнимания стоит очень остро. Мать, как правило, разрывается между работой, домом и воспитанием ребенка и ей не хватает времени на полноценное общение с ним. В результате, как и в других случаях, подросток идет со своими проблемами к друзьям или же замыкается в себе. И в том и в другом случае, он ищет ответы не там, где их можно найти. Все попытки сделать собственные выводы, которые он делает, сводятся к тому, что он никому не нужен, одинок и поэтому глубоко несчастен. Такие мысли рано или поздно приводят к подростковой депрессии и, как следствие, к попыткам суицида.

**!!!Невнимание или несерьезное отношение к проблемам и психологическим переживаниям своего ребенка ― прямой путь к неправильному пониманию ситуации и возникновению подавленных состояний, нередко приводящих к суициду!!!**

**Несчастная любовь**

Для подростка несчастная любовь может быть не просто крушением иллюзий, а полной потерей желания жить дальше. И разговоры о том, что «таких романтических приключений будет ещё очень много, и оно не стоит подобных страданий» вести не следует. Подросток просто напросто не поймет. Вместо помощи, вместо элементарной потребности выплеснуть свою боль, ребенок получает насмешку над его чувствами и горечью. Именно так воспринимается попытка отшутиться и утешить подобным образом.

В подростковом возрасте любовь воспринимается юношами и девушками, как нечто возвышенное и романтичное. Разочарование в любви часто приводит к суициду. Причем попытка свести счеты с жизнью в таких случаях носит зачастую некий оттенок театральности: подростки придумывают предсмертные записки, долго готовятся к самоубийству. Не заметить такие изменения в поведении может только слепой. Причем, в своих записках и стихах, подростки обвиняют в своей смерти «неблагодарных» возлюбленных, сопровождая это желанием вызвать в них чувство раскаяния – «вот я умру, и ты тогда поймешь, но будет поздно».

Как правило, в таких ситуациях подростки выбирают эффектные способы самоубийства, такие как перерезание вен, отравление медикаментами. Очень часто копируются варианты суицида из художественной литературы или из кинолент.

**Школа и учеба**

Нередко родители высказывают по отношению к своим детям слишком высокие требования. И, если ребенок не справляется с поставленной планкой, он может почувствовать себя никчемным и поэтому не имеющим право на дальнейшее существование. Разочарование в себе, неспособность соответствовать критериям строгих родителей приводит к неуверенности, депрессиям и появлению суицидальных наклонностей. Нельзя требовать от ребенка того, что он совершить не в состоянии. Если у подростка что-то не получается, не стоит акцентировать на этом повышенное внимание и постоянно обвинять его в бездарности и не способности. Необходимо поддержать его, помочь. Если не получается одно, всегда найдется что-то другое, в чем ребенок сможет преуспеть.

Ещё одна ошибка родителей заключается в том, что они пытаются сделать из своих детей то, чем они хотели стать сами,в результате чего подросток не просто не может самореализоваться, но и делает вывод о том, что никому не интересны его мнение и его интересы. Из-за этого в семье возникают конфликты и взаимное непонимание, накапливается раздражение, что может выплеснуться в попытку суицида. Тут действует принцип «если я никому не интересен как самостоятельная личность, если я не могу заниматься своим любимым делом, то зачем мне жить».

Также распространенной причиной для суицида является учебный процесс и связанные с ним сложности. Особенно это касается подростков с высоким уровнем интеллекта, которые сильно выделяются среди своих сверстников высокими оценками. В этом возрасте очень развито чувство «стаи», и тот, кто не вписывается в стандарты этой «стаи» становится изгоем и постоянно подвергается насмешкам и унижениям. У таких подростков появляется острое чувство отчуждения, они не могут справиться с одиночеством и унижениями, и зачастую не видят другого выхода, нежели свести счеты с жизнью. Или уходят в субкультуру, в которой темы смерти и суицида присутствуют повсеместно.

Нередко школьники попадают в плохую компанию. Для того, чтобы соответствовать вожакам, которые чаще всего уходят в сторону конфронтации с учителями и родителями, приобретают вредные привычки и асоциальное поведение. Как правило, это не слишком преуспевающие в учебе дети, которые не обладают большими способностями либо являются запущенными детьми из неблагополучных семей. Чтобы выделится и самоутвердиться, они осознанно становятся «хулиганами», собирая вокруг себя стайки себе подобных. Но в такие компании попадают и вполне благополучные подростки, которые думают, что проще стать «как все», чем противостоять насмешкам. Здесь действует боязнь стать изгоями. Но в итоге, рано или поздно, они понимают, что находится в подобной компании для них невозможно. Внешне они продолжают вести себя как обычно со своими псевдодрузьями, а внутри происходит конфликт с собой. Все больше и больше запутываясь в таком противоречии, подростки находят единственный выход ― самоубийство.

**Мода на суицид**

В последнее время среди подростков появилась мода на коллективный суицид. Молодые люди создают целые сообщества, знакомятся на сайтах, посвященных суициду, в интернете, изучают способы самоубийств и договариваются о том, как, где и каким образом они перейдут «грань между жизнью и смертью». Для подростков ― это своего рода игра, которая в итоге приводит к трагическим последствиям.

Такой «моде на смерть» сильно способствует массовая культура и СМИ. Существует огромное количество книг, фильмов, анимации и видеоигр, где тема смерти возводится в своеобразный культ. Причем все это окружается элементами романтики и особой эстетики. Отдельный акцент делается на исключительность, на особенность людей, которые подобным образом возвышаются над обыденностью и примитивными представителями общества.

Тема суицида существует и в современных молодежных течениях. Например, среди представителей эмо и готов наличие на теле признаков неудачных попыток суицида воспринимается практически как высшие знаки отличия. Такие люди имеют высокий статус в тусовке и пользуются всеобщим уважением. За этим всем стоит не только эпатаж, но и показательная демонстрация приручения страха перед смертью, выход на более высокий духовный уровень по шкале критериев данной субкультуры.

Нередко суицидальное поведение носит подражательный характер. Механизм прост и понятен: подростки пытаются стать такими же, как их кумиры, во всем им подражать, включая и способ ухода из жизни.Тенденция к суицидальному поведению массово пропагандируется в песнях и клипах многих знаменитых исполнителей, имеющих огромные толпы поклонников.

**Средства профилактики суицида**

Прежде всего, родителям важно помнить, что ребенку жизненно необходимы внимание и забота. Как и желание понять его, принимать участие в его жизни. При этом важно не само понимание, а принятие его позиции, одобрение.

В ребенке с малых лет нужно закладывать стержень, воспитывать в нем личность, развивать интерес и поддерживать его желания заниматься тем или иным делом. Когда подросток по-настоящему увлечен своим делом, когда у него появляются друзья, разделяющие его интересы и говорящие с ним на одном языке, он не потеряет вкус к жизни, т.к. он всегда будет ставить перед собой планы и задачи, которые нужно реализовать.

Занятия спортом также помогают отвлечь ребенка от влияния негативных факторов. Помимо того, что дети приучаются к дисциплине, у них вырабатывается характер бойца, а физическая активность, как давно уже было доказано, является прекрасным средством профилактики депрессивных состояний. Главное выбрать тот вид спорта, который придется ребенку по душе. Пусть сам решит, где хочет себя попробовать.

Большое значение играет литература, мультфильмы, кино. Классика прививает правильные человеческие ценности. Важно подбирать те книги, которые помогут ребенку составить верное представление о мире, о роли человека в обществе, о ценности человеческой жизни.

Родители и сами могут стать хорошим примером для своего ребенка. Не унывать, проявлять стойкость духа, доброжелательность и веру в будущее.

Необходимо всегда приглядываться к своему ребенку, особенно в подростковом возрасте. Именно в переходный период взросления появляется масса соблазнов, мимо которых подростку сложно пройти и трудно устоять перед искушением. Особое внимание стоит обращать на интересы ребенка, на его окружение.

Если подросток перестает следить за собой, за своей успеваемостью, не делится своими планами на будущее, меньше общается с друзьями, замыкается в себе ― это признаки того, что пора бить тревогу. Нельзя уходить от проблемы и делать вид, что ничего не происходит. Необходимо окружить ребенка заботой и вниманием. Именно участие и забота являются мощнейшими ободряющими средствами. Очень важно сосредоточить внимание на том, что говорит ребенок или что он чувствует. Когда беспокоящие скрытые мысли выходят на поверхность, то проблемы кажутся менее фатальными и более разрешимыми. Также необходимо вселить надежду, не дать остаткам оптимизма уйти и ввергнуть подростка в полное отчаяние.

Многие родители совершают ошибку, пытаясь не затрагивать тему смерти. Ребенок должен понимать, что смерть существует, что она реальна, как и жизнь. Как показывает статистика, подростки, которые сталкивались со смертью в реальности, воспринимают ее без всякого налета романтизма. Она не является для них чем-то таинственным и загадочным.

.