

Почему подросток может захотеть совершить самоубийство?

1. Трудные взаимоотношения в семье, с родителями и другими близкими людьми

ВАЖНО! Старайтесь относиться с пониманием к желаниям и стремлениям. Сохраняйте уважительное отношение. Даже если вы ругаетесь, не употребляйте обидных эпитетов, говорите только о проблемном поведении, о том, что вас беспокоит. Обязательно обсуждайте, какой выход видит он сам из сложившейся ситуации. Не оскорбляйте его личность и чувства!

2. Неразделенная любовь

ВАЖНО! Хорошо, если вы будете в курсе «любовных дел» своих близких друзей. Конечно, это возможно при определенном кредитовании доверия и достаточной степени близости между вами. Поэтому старайтесь сохранить уважительные отношения между вами. В этом случае велика вероятность того, что, поплакав у вас на плече, ему не придет в голову прощаться с жизнью.

3. Непонимание в учебных заведениях

4. Реакция острого горя

Подростки с их эмоциональной неуравновешенностью находятся в большем риске совершить суицид на волне острого горя, чем взрослые. Смерть родного человека, друга, потеря дома, известие о неизлечимой болезни, изнасилование – все это серьезные причины, которые могут привести подростка к невыносимости ситуации и желанию «покончить со всем». Попытка лишить себя жизни может произойти практически в любое время в течение первого года после происшествия. Если он «ничего не сделал» в первые часы или дни, это не должно обмануть вашу бдительность.

ВАЖНО! Если ваш подросток пережил психотравмирующую ситуацию, обратитесь за помощью к психотерапевту. В этом случае особенно важно, чтобы ему помогал профессионал, знающий об этапах прохождения горя и владеющий технологиями помощи. Будьте рядом со своим ребенком, разговаривайте с ним, оказывайте поддержку, обозначайте планы на будущее. Тот, кто видит будущее, не пойдет на самоубийство.

ВАЖНО ЗНАТЬ!

- большинство самоубийц перед смертью делятся своими намерениями и горестями;
- самоубийство редко является импульсивным актом. Гораздо чаще ему предшествует период подготовки, и существует много признаков повышенного риска суицида;
- самоубийству обычно предшествуют попытки найти утешение и помощь, решение может приниматься достаточно долго;
- предрасположенность к суициду не наследуется и не является чертой характера, хотя риск повышается, если такие случаи были в семье или круге общения;
- улучшение, которое вы можете наблюдать, может быть обманчивым, и под внешним спокойствием может скрываться твердо принятое решение, а некоторый подъем сил лишь помогает совершить задуманное.

Завершенным суицидом называют самоубийство, приведшее к смерти. Незавершенным – «неудачную» попытку, в результате которой человека удалось спасти.