

Подростковый суицид



Подростковый суицид.

С чем может быть связан всплеск подобных случаев?

Суицид существовал всегда. Он не имеет возраста. Существует заблуждение о том, что пока ребенок-подросток живет с родителями и находится, так скажем, в состоянии детства, у него нет проблем и потребностей.

У меня есть ребенок- подросток.

Как его обезопасить?

Стоит ли ограничивать его в доступе к Интернету?

Прежде всего, вы должны быть в контакте со своим ребенком, то есть не просто разговаривать и спрашивать, как прошел день и какие оценки он получил , а чувствовать своего ребенка. Знать о его увлечениях, к чему он стремится, о чем мечтает, какие планы строит на будущее.

Да, вы можете ограничить его доступ к Интернету, к примеру, в ночное время и в часы, когда он на учебе, объясняя это тем, что есть время для сна, для развития, и Интернет этому не должен мешать.

Вы можете поинтересоваться, что он большего всего предпочитает смотреть или слушать в Интернете (музыка, фильмы, общение с друзьями, интересные новости) – это не должно быть навязчивым и ультимативным. Подросток не должен чувствовать давление и тотальный контроль.

Как определить, что у ребенка суицидальные мысли?

Возможно ли это распознать?

Признаки подростка с суицидальными мыслями весьма размыты. Внешнее впечатление весьма обманчиво. Он может быть отличником , и вы будете думать, что уж он-то не в группе риска. Ребенок может «одеть маску» для родителей и для социума под названием – «Все хорошо! У меня все отлично!».

Признаки, которые могут насторожить:

- Был активным и жизнерадостным, стал замкнутым и раздражительным (такое поведение типично для подростков, но все же типично и для детей группы риска с суицидальными мыслями).
- Потерял интерес к ранее значимым для себя увлечениям/хобби.
- Отсутствие целей и планов на жизнь.

Зачем дети вступают в так называемые "группы смерти"?

Что их может привлекать там?

Вступают, потому что интересно. Вступление в группу ведь ни к чему не обязывает. Подростки ищут себя, они хотят быть понятыми, хотят найти ту группу, где с ними будут общаться на их волне.

Почему подростки с легкостью поддаются администраторам в «группах смерти», ведь они малознакомые люди?

Малознакомые, но зато очень искусные психологи.

- Родители тебя не понимают? Живут своей жизнью и им нет дела до тебя? Не разрешают тебе делать то, что ты действительно хочешь?.. и пр.

У подростка еще толком не сформирована критическая составляющая

– Зачем я вступаю в эту группу? Зачем я пишу незнакомому человеку? Каковы риски от того, что я общаюсь с ним, и что он от меня хочет?

Подросток ищет себя, он ищет референтную (значимую) для себя группу, где его поймут и где он сможет проявить себя. Если дома и на учёбе его не понимают, то он ищет в интернет-пространстве того, кто его поймет. И не важно, что он будет советовать и какие задания давать - главное, что он его понимает, как никто другой.

Как можно уберечь подростка от негативного влияния в социальных сетях?

Как оградить его от пропаганды депрессивного настроения?

Настроение создает семья и то окружение, в котором находится подросток. Если дома каждый живет своей жизнью и проблемами, то ребенок очень быстро закрывается от диалога, от душевного контакта с родителями. К примеру, родители много работают, сетуют на то, как тяжело жить, выясняют отношения между собой, от ребенка требуют только хороших оценок и достойного поведения.

Семьи группы риска - те, где нет семейных ритуалов: совместный семейный ужин, совместные выходные (шопинг в ТЦ не в счет) на природе, в боулинг-клубе, на велосипедах, на коньках, да как угодно, лишь бы вместе.

Кто-то может сказать, что все это затратно и требует денежных средств. Есть занятия бесплатные – выйти всей семьей в ближайший парк, слепить снеговика, покидаться снежками, выплеснуть весь негатив, накопившийся за день, через активный отдых.

Главный принцип, который закладывается у каждого члена семьи – МЫ ВМЕСТЕ. Это чувство дает ощущение единения, значимости для своего близкого окружения, а не кого-то неизвестного в Интернете.