КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА

По дисциплине «Социология»

на тему:

«Проблемы молодежного суицида в современных условиях»

**Содержание**

Введение

1. Причины суицидального поведения

2. Проблема суицидального поведения современной молодежи

## 3. Профилактика суицидов

Заключение

Список литературы

**Введение**

Суицид… А проще говоря – самоубийство. Проблема, пугающая своей актуальностью в наше располагающее к стрессам и депрессиям время. Беда, которую трудно предотвратить – в большинстве случаев. Причины, побудившие человека расстаться с жизнью, остаются загадкой даже для родных и близких. Самое страшное, что все чаще на этот роковой шаг решаются молодые люди, у которых все еще впереди. Откуда берет начало эта печальная тенденция?

Величайшие умы человечества размышляли над этой проблемой. Сотни философов, социологов, психологов, врачей изучали проблему самоубийства в самых различных аспектах.

Свое хорошо известное философскому миру сочинение «Миф о Сизифе» А. Камю начинает c знаменательного вступления: «Есть лишь одна по-настоящему серьезная философская проблема – проблема самоубийства. Решить, стоит ли или не стоит жизнь того, чтобы ее прожить, – значит ответить на фундаментальный вопрос философии. Все остальное – имеет ли мир три измерения, руководствуется ли разум девятью или двенадцатью категориями – второстепенно. Таковы условия игры: прежде всего, нужно дать ответ».[[1]](#footnote-1)

Без преувеличения можно сказать, что к этому изречению знаменитого француза могли присоединиться такие русские мыслители как Ф. Достоевский, Л.Н. Толстой, а в определенной мере также В.С. Соловьёв, Н.А. Бердяев, А.Ф. Кони. Анализ суицида для русских мыслителей всегда представлял из себя анализ предельной, «пограничной ситуации» для личности при выборе ею определенного жизненного пути, другими словами, анализ истоков «веры живой».

Суицид, умышленное самоповреждение со смертельным исходом. Исключительно человеческий акт, суицид встречается во всех культурах.

Люди, совершающие суицид, обычно страдают от сильной душевной боли и находятся в состоянии стресса, а также чувствуют невозможность справиться со своими проблемами. Они часто страдают психическими болезнями, особенно большой депрессией, и смотрят в будущее без надежды.

Суицид рассматривается как ведущая причина смертей во всем мире, поэтому он является значительной общественной проблемой. Кроме того, некоторые исследователи полагают, что официальная статистика недооценивает действительное число суицидов.

Самоубийство – на первый взгляд довольно незначительное явление, особенно с высоты созерцающих глобальные геополитические события, на самом деле обнажает «изнанку» существующего строя, способно дать определенную оценку происходящим событиям в обществе. Кроме того, при наличии довольно таки обширных и разносторонних статистических сведений по предмету исследование феномена суицида представляет собой настоящую находку для западного социолога.

Тем не менее, нельзя переоценивать важность изучения самоубийства. Поскольку социальная норма числа самоубийств характеризуется постоянством, превосходящим норму общей смертности, то изучению в первую очередь подвергаются резкие скачки общего (среднегодового или среднемесячного) показателя самоубийств – как ответной реакции на общественные кризисы.

**1. Причины суицидального поведения**

Самоубийство, суицид (от лат. *sui caedere* – убивать себя) – целенаправленное лишение себя жизни, как правило, добровольное (хотя бывают и случаи вынужденного самоубийства) и самостоятельное (в некоторых случаях осуществляется с помощью других людей).

Статистика оперирует такими показателями, как количество самоубийств на сто тысяч населения, и, соответственно, разделяет страны на три группы: от, например, Египта с самым низким уровнем (0,3 в год), до стран Прибалтики и Венгрии, где этот показатель приближается к 35–40 случаям в год. Именно к этой третьей группе относится Россия, в которой ежегодно совершается около 60 000 самоубийств. Для сравнения скажем, что эта цифра в два раза превышает количество погибших в ДТП. Безусловно, количество самоубийств отражает уровень интеграции общества, наличие развитых социальных механизмов защиты достоинства и прав отдельных граждан, и столь высокие показатели в России – результат катастрофических событий последней четверти века. Однако, несмотря на то, что США, Австралия относятся ко второй группе стран – с показателями от 10 до 13, проблема увеличения количества самоубийств там стоит не менее остро, чем в других странах. Социологи считают, что порядка 80% свободных граждан так или иначе помышляли о самоубийстве. Здесь же стоит заметить, что, хотя самоубийство – преимущественно мужское «чёрное хобби», в отличие от сильной половины, женщины более последовательны – около 80% самоубийств доводятся ими до самого конца.

К группам повышенного суицидального риска специалисты относят военнослужащих срочной службы (до 70% всех самоубийств в армии приходятся на первый год службы), заключённых (60% всех самоубийств в течение первых трёх месяцев и в последние месяцы перед освобождением), офицеров в отставке и лиц, вышедших на пенсию. По данным Агентства социальной безопасности, в России уровень самоубийств в молодёжной среде составляет 53 случая на 100 тыс. населения.

Философ Ирина Кавинова провела серьёзное исследование истории отношения к самоубийству не только в России, но и в других странах. Например, до проведения реформ Петром I предусматривался только суд Церкви, и никакой уголовной наказуемости за покушение на самоубийство или за самоубийство. Первые формы наказуемости сознательного суицида появились в военном уставе Петра I за 1716 г.

Эмиль Дюркгейм, автор первого научного труда, посвящённого самоубийству («Самоубийство. Социологический этюд»), различал три типа суицида: эгоистический, альтруистический и аномический. Первый тип характерен для случаев, когда разрушаются связи индивид-общество, второй – когда самоубийство совершается во имя «блага», третий тип характерен для кризисных обществ, в периоды конфликта старых и новых норм.[[2]](#footnote-2)

Последователь Э. Дюркгейма «М. Хальбвакс частично отходит от классификации учителя, предлагая различать самоубийство искупительное (самообвинение), проклинающее (протестное) и дезиллюзионное (результат разочарования, неудовлетворенности своим статусом и др.). М. Хальбвакс отрицает альтруистическое самоубийство, считая его самостоятельным феноменом самопожертвования».

Особое место в любом современном обществе занимает так называемый подростковый суицид, или, как говорит медицина, «пубертатный суицид», т.е. в период полового созревания. Наиболее опасный для суицида возраст – около 30 лет – стал уменьшаться до 24 и даже 15 лет, суицидологи были вынуждены констатировать страшный показатель «помолодевшего суицида»: самоубийство становится третьей по счету ведущей причиной смерти среди 15–24-летних людей в США, Австрии, Швейцарии, Германии, Голландии, Англии, Австралии и Японии за период от конца 70-х годов и до начала 90-х. В 2002 году шведский Центр суицидальных исследований опубликовал доклад, в котором сообщалось, что по абсолютному количеству подростковых самоубийств Россия занимает первое место в мире. В нашей стране ежегодно добровольно расстаются с жизнью около 2500 несовершеннолетних. Причём иногда целые города охватывают эпидемии детских суицидов. Второе место у США – 1800 детей-самоубийц в год.

Анализ материалов уголовных дел и проверок обстоятельств самоубийств несовершеннолетних, проведенный Генеральной прокуратурой России, показывает, что 62% всех самоубийств несовершеннолетних связано с семейными конфликтами и неблагополучием, боязнью насилия со стороны взрослых, бестактным поведением отдельных педагогов, конфликтами с учителями, одноклассниками, друзьями, чёрствостью и безразличием окружающих. Исследователи считают, что многие подростки решались на самоубийство для того, чтобы… обратить внимание родителей, педагогов на свои проблемы, и протестовали таким образом против бездушия, безразличия, цинизма и жестокости взрослых.

От 6 до 13% подростков указали при опросах, что они хотя бы раз в жизни пытались покончить с собой. Психолог В.Ф. Войцех считает, что причина детско-подросткового суицида часто в том, «что в сознании подростка нет негативного отношения к суициду. Самоубийца вызывает в нашем христианском обществе сочувствие, сожаление, но ни в коем случае не возмущение или презрение». Хотя, например, в Англии самоубийство ребёнка – позор для родителей и уголовное преступление.

Другие исследователи (Л.В. Ким) выделяют такой феномен, как «прессинг успеха» – в погоне за высокой успеваемостью и победами на различных конкурсах и соревнованиях, увы, отличники более подвержены риску суицида. Как правило, семья и школа выступают основными «факторами» доведения до самоубийства.

Всемирная Организация Здравоохранения насчитывает 800 причин самоубийств. Из них: 41% – неизвестны; 19% – страх перед наказанием; 18% – душевная болезнь; 18% – домашние огорчения; 6% – страсти; 3% денежные потери; 1,4% – пресыщенность жизнью; 1,2% – физические болезни.

Интересный философско-психологический взгляд на причины суицида высказан О. Дарком: «Самоубийство – замена творческого акта. Обыватель прав, когда считает, что художник покончил с собой потому, что исчерпался. Самоубийство – его последнее произведение, которое всегда в запасе. Художник распоряжается жизнью и смертью – героев, своей собственной – в тексте. «Рядовой» самоубийца, казалось бы, может только раз сымитировать авторскую распорядительную роль». Очевидно, что автор описывает недостаток жизненного авторства, невозможности сконструировать и осуществить свой индивидуальный жизненный путь.

Амбрумова А.Г. и ряд других исследователей выдвигают концепцию о том, что суицид – это феномен социально-психологической дезадаптации личности, т.е. ключевые понятиями для данного явления – социально-психологическая адаптация и дезадаптация.

Под адаптацией вообще понимается приспособление – соответствие между живой системой и внешними условиями, причем адаптация – это и процесс, и его результат. Тогда понятие дезадаптации отражает различную степень и качество несоответствия организма и среды. Полное соответствие способствует развитию, полное несоответствие несовместимо с жизнедеятельностью. К системам, занимающим промежуточное положение между этими двумя полюсами, в одинаковой мере применим термин адаптация и дезадаптация; первый из них отражает позитивные приспособительные и компенсаторные компоненты, а второй характеризует систему со стороны ее недостаточности или дезорганизованности.

**2. Проблема суицидального поведения современной молодежи**

Зигмунд Фрейд в свое время ввел понятие «инстинкт смерти» – иначе он не мог объяснить многое из того, что способен сотворить с собой человек. Стремление к саморазрушению, очевидно, заложено в нем от природы – если все живое вокруг изо всех сил борется за существование, то отдельные человеческие индивиды, наоборот, вкладывают недюжинную энергию в то, чтобы полностью испортить себе жизнь, а иногда и расстаться с нею. Поистине человек – странное создание: только он способен на самоуничтожение, лишь ему присуще загадочное влечение к смерти – никакому другому живому существу это не свойственно.[[3]](#footnote-3) Россия в депрессии: страну захлестнул вал самоубийств. Все чаще из жизни уходят подростки, а то и совсем маленькие дети. Какую же боль надо носить в душе, чтобы убить себя в таком цветущем возрасте? Приведем несколько примеров.

8 ноября 2008 года в Первоуральске покончила жизнь самоубийством беременная девушка. Суицид был совершен в лечебном учреждении города, где местная жительница уже готовилась к родам.

Двое сторонников культуры «эмо» спрыгнули с крыши девятиэтажки в Екатеринбурге. Семнадцатилетние юноша и девушка таким образом пытались покончить с собой. В результате падения юноша погиб на месте, а его подруга с переломом позвоночника, тазобедренных суставов и конечностей доставлена в больницу. По предварительным данным, достоверность которых проверяется, подростки являлись сторонниками неформального движения «эмо».

Похожий случай произошел в Санкт-Петербурге. Тогда девушка и юноша также спрыгнули с крыши. В своей предсмертной записке молодые люди никого не винили. Девушка увлекалась анимэ и была «тру эмо» (так называют себя «истинные эмо», больше отдающие предпочтение музыке, а не моде). Молодой человек был поклонником тяжелого рока, металла и, как предполагает следствие, сатанистом, философия которых сводится к поклонению дьяволу. Вероятно, молодые люди сошлись на почве сложности окружающего мира и нехватки понимания. Они подыскали подходящий дом для сведения счетов с жизнью. В три часа ночи молодые люди забрались на крышу 16-этажки, взялись за руки и спрыгнули вниз.

Ученицу одной из престижных школ едва спасли – напилась таблеток. Оказывается, мать отругала ее за то, что та получила четверку по сочинению.

1 июня 1999 года прокуратура Балашихи возбудила дело о самоубийстве трех девочек-подростков. Как выяснило следствие, детей к этому никто не подталкивал. Девочки среди своих сверстников ничем не выделялись, по словам одноклассников, они были «серыми мышками». Девочкам хотелось, чтобы о них узнал весь свет. Они сами наглотались психотропных препаратов и, взявшись за руки, шагнули вниз.

Почему? Что заставляет молодых, физически здоровых и с виду благополучных людей резать вены, глотать смертельные дозы таблеток, вешаться и прыгать с крыш высотных домов?

Существует ряд причин, которые встречаются у подростков-суицидентов наиболее часто. Каждый случай суицида – индивидуален, и равнять их по одной линейке никак нельзя, но некоторые общие тенденции, присущие именно подростковым и детским суицидам, все же существуют. И, надо сказать, они в значительной мере отличаются от причин, по которым добровольно уходят из жизни взрослые люди.

**Любовь**

Всем известна история Ромео и Джульетты. Он любил ее, она – его, но любви препятствовали враждующие родители, и влюбленные, не выдержав разлуки, убили себя. Сколько таких ромео и джульетт в нашей стране? Романтически настроенные юноши и девушки, испытавшие первое разочарование в любви, имеют высокую склонность к суициду. Причем, чаще всего они театрально обставляют свое самоубийство, долго его планируют, продумывают предсмертные записки, и особенно заботятся о том, чтобы после смерти их тела выглядели красиво.

Наиболее частые способы «любовного» самоубийства – самоотравление (медикаментами или ядом) и перерезание вен.

Нередко способы самоубийства, совершенные на почве любовных неудач, копируются из художественной литературы и фильмов.

В психологии это явление носит название «Синдрома Вертера» – по имени персонажа романа Гете «Страдания молодого Вертера». Этот роман в Германии около 200 лет назад запрещался после возникновения вспышки суицидов у молодых людей, которые читали этот роман и полностью копировали поведение главного героя (перед смертью они одевались как Вертер, оставляли книгу раскрытой на том месте, где описывалось самоубийство юноши). Зачастую подобные самоубийства (а также парасуицид[[4]](#footnote-4) во всех его проявлениях) являются способом шантажа и манипуляции объектом любви, попыткой вызвать у него угрызения совести. Поэтому в предсмертных записках (которые чаще всего являются одновременно стихами собственного сочинения), суициденты обвиняют во всем своих возлюбленных, и сопровождают это фразами типа «Вот я умру, и ты поймешь…».

Как считает японский суицидолог Ямамото Тэй, число самоубийств, совершаемых именно из-за неразделенной любви, в возрасте до 16 лет составляет 42,2% у девушек и 36,6% у юношей. К 25 годам удельный вес этой причины резко сокращается.

К самоубийствам на почве любви можно также отнести суициды, совершаемые из-за смерти любимого человека. Подростки, отличающиеся высоким уровнем эмоциональности и возбудимости, особенно тяжело переживают смерть близких. Они нередко замыкаются в себе, становятся нелюдимы и в результате могут выбрать добровольное расставание с жизнью.

**Родители**

Невнимание со стороны родителей или же конфликты с ними чаще всего являются причиной именно детских суицидов, и реже – подростковых, так как ценность родительского внимания с возрастом утрачивается, и 16–17-летние подростки легче переносят отрыв от родителей, чем дети младшего возраста.

Самоубийства такого рода часто являются случайными, например, когда ребенок хочет только напугать маму, чтобы она обращала на него больше внимания, но в результате, не рассчитав вреда, наносимого себе, погибает.

Нередко такие случаи происходят в семьях, где уже есть один ребенок, и рождается новый малыш, которому, естественно, родители уделяют больше внимания. А старшего ребенка как бы лишают детства, заставляя его ухаживать за младшим братом или сестрой.

Известны случаи, когда на этой почве убивали себя даже пятилетние дети.

Поэтому в данном случае психологическую работу следует вести не с детьми, поступки которых являются в какой-то мере зеркалом, отражающим поведение их отцов и матерей, а с самими родителями.

**Учеба**

Учебный процесс и сложности, связанные с ним – достаточно распространенная причина самоубийства. Особенно часто встречается она у студентов, обучающихся точным наукам и осваивающих технические специальности (особенно часто – студенты физико-математических институтов, будущие программисты, генетики, химики и т.д.)

Вероятно, это происходит потому, что подобные специальности нередко выбирают для себя люди замкнутые, неадаптивные, необщительные, в общем, как говорят в студенческой среде, «ботаники».

Такие подростки, как правило, имеют высокий и очень высокий коэффициент интеллекта, и это делает их в некоторой степени изгоями среди сверстников.

Многие из них обретают себя в интернете, и получают свою «порцию» любви, ненависти, дружбы и героизма в чатах и сетевых играх. Те же, у кого такие «компенсаторные механизмы» и умение ослаблять фрустрацию, неразвиты, нередко пытаются убить себя.

**Мода и подражание**

Возможно, это покажется диким и странным, но в последнее время самоубийство, особенно групповое, у молодых людей вошло в моду. Особенно ярко эта тенденция просматривается в Японии, где самоубийство в течение долгого времени считалось мужественным поступком и возводилось в ранг искусства. Молодые японцы встречаются на интернет-сайтах, посвященных суициду, и договариваются между собой о том, как, когда и где им добровольно перейти границу между жизнью и смертью. Подобные случаи фиксировались и в нескольких европейских странах (Германия, Швеция, Голландия).

Вообще стоит сказать, что массовая культура современности всячески способствует этой «смертельной моде». Создается бесчисленное множество кинофильмов и книг на эту тему, рок-звезды, вроде застрелившегося лидера группы «Нирвана» Курта Кобейна, личность которого возведена в ранг культа молодыми декадентами, также являются отличным примером для подражания. Те, кто убивает себя, по какой-то неизвестной причине, в нашем обществе приобретают ранг непризнанных гениев, и вызывают у подростков желание следовать их примеру.

**Одиночество**

Чувство одиночества – весьма частая причина суицидальных попыток и завершенных суицидов у подростков. Одиночество коренится глубоко в психике неуверенных в себе, замкнутых и ранимых молодых людей. Порой они даже переживают своеобразный феномен – «одиночество в толпе», когда их окружают толпы людей, и вроде все знакомы, и никто не желает зла, но… Они безгранично одиноки. Точнее, чувствуют себя таковыми. За этим чувством тянется и постоянная мысль о том, что никто не способен понять подростка, и что с ним вообще что-то «не так».

Еще одна особенность, способная усугубить эту причину, кроется в структуре детских и молодежных компаний. Дети и подростки, объединяясь в группы по какому-либо признаку (даже если просто живут в одном дворе), становятся весьма жестокими. Поэтому частенько подростки, и без того забитые, становятся изгоями и объектами для насмешек, что, конечно, тоже играет немалую роль в решении ребенка или подростка добровольно уйти из жизни.

Что интересно, именно такие «изгои» чаще всего самостоятельно обращаются в центры психологической помощи, и пытаются найти поддержку и понимание там.

**Психические заболевания и расстройства личности**

До недавнего времени считалось, что суицидальное поведение абсолютно всегда является следствием психических расстройств. Безусловно, едва ли можно считать это утверждение правильным, хотя рациональное зерно все же есть. Отклонения в психике человека могут вызвать суицидальное поведение, но это далеко не главная причина.

Чтобы лучше понять, какие именно расстройства могут толкнуть человека на суицид, обратимся к опыту психиатров.

В учебнике «Психиатрия» М.Т. Хэзлема о суициде сказано следующее: «…При психотических заболеваниях, как правило, суицид бывает истинным, особенно на фоне депрессии. Парасуицид чаще имеет место при депрессивных реакциях, отмечающихся при неврозах. При аффективных психозах смерть от суицида является реальной опасностью. При таких заболеваниях примерно 20% больных делает попытку убить себя, причем примерно в 10% случаев попытки приводят к смерти. Успешными попытки суицида чаще бывают у мужчин, чем у женщин, а при парасуициде, представляющем собой нечто вроде обходного пути, соотношение обратное…Опасность суицида является одной из основных причин принудительного направления в клинику больных аффективными психозами или иными тяжелыми психическими расстройствами…»[[5]](#footnote-5)

**Другие причины**

Юбилейные самоубийства. Дети и подростки, зачастую склонные к демонстративной театральности, нередко совершают самоубийства в особую дату и при особых условиях. Можно было бы отнести этот тип самоубийств к подражательным, но небольшая разница все же есть – акцент идет именно на дату и время, причем иногда – с точностью до минуты. В этой главе уже был упомянут фронтмэн группы «Nirvana» Курт Кобейн, так вот его поступок вызвал целую волну юбилейных суицидов в Америке. Подростки уходили из жизни самыми разными способами, но именно в эту дату, что и пояснялось в традиционной предсмертной записке.

Самоубийства-убийства. К классу самоубийств-убийств относятся те случаи, когда подросток не только убивает себя, но и забирает с собой на тот свет пару-тройку, а то и десяток-другой одноклассников, или даже свою семью, или просто людей, которых он ненавидит. Это опять же тенденция, свойственная, в первую очередь, для Америки. Что и говорить, только недавно в США отгремел скандал, когда молодой человек, кореец по национальности, убил около двух десятков своих одноклассников, а затем и себя. Причем он смог свободно приобрести два пистолета (один из них – крупнокалиберный!), не имея при этом даже гражданства США. В нескольких предсмертных посланиях он мотивировал это тем, что ненавидит «богатеньких сынков богатеньких родителей», с которыми ему приходится учиться в колледже.

А до этого можно вспомнить еще как минимум 2 случая, дошедших из Америки в Россию. Во-первых, это знаменитая Колумбинская резня, когда два школьника, пронеся под плащами в школу обрезы, расстреляли несколько одноклассников, учителя и самих себя.

И совсем уж вопиющий случай, когда прилежная ученица церковно-приходской школы зарубила топором настоятельницу храма, а сама прыгнула с крыши церкви. Под матрасом ее кровати (равно как и в комнатах предыдущих «героев») в последствии были обнаружены стихи «возмутительного содержания» и тексты песен глэм-рокера, Мэрилина Мэнсона.

Самоубийства, связанные с неизлечимыми заболеваниями, неполноценностью, уродствами. Как правило, у подростков формируется крайне болезненное отношение как к своей внешности, так и к внешности сверстников. И врожденные уродства, неизлечимые болезни, любая неполноценность могут опять же вызвать осуждение и издевки со стороны сверстников. Причем такие издевательства зачастую даже поощряются родителями других детей, мол, «не дружи с Ваней, он же урод и больной». И те несчастные, которым адресованы эти слова, не в силах вынести гонения и преодолеть чувство отчаяния, могут выбрать добровольный уход из жизни. Хотя нередко такое отношение делает их только сильнее, закаляет духовно и учит бороться с людской злобой, и доказывать всем тем, кто здоров и счастлив, но любит поупражняться в остроумии над слабыми, что именно они и есть неполноценные, но не в физическом, а в моральном плане.

Самоубийства, связанные с причастностью подростка к религиозным сектам. Подростки, ищущие себя, нередко попадают в сети религиозных сект.

Как это происходит, и что такие организации способны сделать с человеком, особенно юным, наивным и растерянным, говорить не стоит – на эту тему существует множество публикаций в прессе и серьезных научных работ. В частности, знаменитый на всю Америку сектовед Стив Хассен, который сам в молодости являлся адептом корейской секты Муна, написал несколько интересных работ о тоталитарных религиозных сообществах. Его книги в большинстве американских сектантских ячеек запрещены к прочтению и хранению под угрозой страшной кары и изгнания. Хассен приводит множество примеров того, как лидеры сект способны доводить массы людей до суицида только для того, чтобы заполучить их имущество.

А подростков, жаждущих обрести спасение в речах харизматичных лидеров сект, на этой скользкой дорожке и подавно ожидает страшная опасность, потому что ради своей секты подросток вполне способен на любые, даже самые ужасны действия. Причем не только по отношению к себе, но и к другим людям. Известен случай, когда один из совсем молодых адептов японской секты Аум Сенрикё был послан в центр Токио с бомбой в рюкзачке. Он должен был не только умереть сам, но и забрать жизни тех людей, которые по чистой случайности оказались рядом. Однако об этой акции узнали городские власти, и теракт удалось предотвратить.

Все эти причины могут выступать в различных комбинациях, или даже выступать все вместе, но в менее выраженных формах (то есть, генеральной причины нет, есть множество беспокойств, которые, накапливаясь, подводят подростка к краю бездны).

## 3. Профилактика суицидов

За любое суицидальное поведение ребёнка в ответе взрослые!

Ко всем намекам на суицид следует относиться со всей серьезностью. Не может быть никаких сомнений в том, что крик о помощи нуждается в ответной реакции помогающего человека, обладающего уникальной возможностью вмешаться в кризис одиночества.

Профилактика депрессий у подростков является важной для профилактики суицидов. В профилактике депрессий у подростков важную роль играют родители. Как только у подростка отмечается сниженное настроение, и другие признаки депрессивного состояния – необходимо сразу же, немедленно, принять меры для того, чтобы помочь ребенку выйти из этого состояния.

Во-первых, необходимо разговаривать с ребенком, задавать ему вопросы о его состоянии, вести беседы о будущем, строить планы. Эти беседы обязательно должны быть позитивными. Нужно «внушить» ребенку оптимистический настрой, вселить уверенность, показать, что он способен добиваться поставленных целей. Не обвинять ребенка в «вечно недовольном виде» и «брюзгливости», лучше показать ему позитивные стороны и ресурсы его личности. Не надо сравнивать его с другими ребятами – более успешными, бодрыми, добродушными. Эти сравнения усугубят и без того низкую самооценку подростка. Можно сравнить только подростка-сегодняшнего с подростком-вчерашним и настроить на позитивный образ подростка-завтрашнего.

Во-вторых, заняться с ребенком новыми делами. Каждый день узнавать что-нибудь новое, делать то, что никогда раньше не делали. Внести разнообразие в обыденную жизнь. Записаться в тренажерный зал или хотя бы завести привычку делать утреннюю гимнастику, прокладывать новые прогулочные маршруты, съездить в выходные на увлекательную экскурсию, придумывать новые способы выполнения домашних обязанностей, посетить кинотеатр, выставки, сделать в доме генеральную уборку. Можно завести домашнее животное – собаку, кошку, хомяка, попугаев или рыбок. Забота о беззащитном существе может мобилизовать ребенка и настроить его на позитивный лад.

В-третьих, подростку необходимо соблюдать режим дня. Необходимо проследить за тем, чтобы он хорошо высыпался, нормально питался, достаточно времени находился на свежем воздухе, занимался подвижными видами спорта. Депрессия – психофизиологическое состояние. Необходимо поддерживать физическое состояние подростка в этот период.

И в-четвертых, обратиться за консультацией к специалисту – психологу, психотерапевту.

Поскольку причинами суицидов среди подростков являются также и нарушения межличностных отношений в школе, необходимо принять меры по формированию классных коллективов, нормализации стиля общения педагогов с учащимися, оптимизации учебной деятельности учащихся, вовлечению учащихся в социально-значимые виды деятельности, организации школьного самоуправления, формированию установок у учащихся на самореализацию в социально-одобряемых сферах жизнедеятельности (культуре, спорте, искусстве, науке и др.).

Взаимоотношения с учащимися должны строиться на основе уважения, убеждения, спокойном, доброжелательном тоне общения.

Для предотвращения суицидов у детей учителя могут сделать следующее:

* вселять у детей уверенность в свои силы и возможности;
* внушать им оптимизм и надежду;
* проявлять сочувствие и понимание;
* осуществлять контроль за поведением ребенка, анализировать его отношения со сверстниками.

Формальное отношение части классных руководителей к своей работе выражается в незнании ситуации, в которой находится ребенок, отсутствии контроля за посещаемостью и успеваемостью ребенка. Все это не позволяет вовремя оказать учащемуся необходимую помощь, организовать соответствующую работу.

Администрации школ необходимо направить пристальное внимание и установить контроль за стилем общения учителей с учащимися в целях предотвращения случаев оскорбления, унижения, психологического и физического насилия со стороны педагогов.

**Направления работы специалистов (педагога-психолога, психотерапевта) по профилактике депрессии и суицидов**

Психолог должен рассказать учителям и родителям, что такое суицид, как выглядит депрессивный подросток. Ведь классическое представление о том, что это ребенок с грустными глазами, не всегда соответствует действительности. Депрессивным может оказаться как раз тот, кто выпивает, смолит папироску и хамит маме.

Для предотвращение суицидальных попыток при наличии суицидального поведения психологу необходимо:

### – снять психологическое напряжение в психотравмирующей ситуации;

– уменьшить психологическую зависимость от причины, повлекшей суицидальное поведение;

– формировать компенсаторные механизмы поведения;

– формировать адекватное отношение к жизни и смерти ребенка.

При малейшем подозрении на психическую патологию у ребенка надо обязательно проконсультироваться у психиатра. Без ведома родителей этого делать нельзя, но обсудить ситуацию со специалистом психолог имеет право.

Если есть подозрение, что у ребенка депрессия, нужно всячески стараться объяснить родителям, чем они рискуют, если оставят ребенка без помощи. Чтобы подросток не счел психолога предателем, нужно сказать примерно следующее: «Твое состояние, возможно, связано с тем, что ты в последнее время не можешь самостоятельно справляться со своими проблемами. По поводу этого нам нужно обязательно получить квалифицированную консультацию, а по правилам эту консультацию нельзя получить без ведома родителей. Давай подумаем вместе, как мы родителей в эту ситуацию будем включать». Если же у подростка проблемы с родителями, это вопрос каждого отдельного случая.

Итак, виноватых в самоубийстве, как правило, нет. Любой суицид – это личное, осознанное решение самого человека. И распоряжаться своей жизнью – неотъемлемое право каждой личности. Hо лучшая профилактика суицида – дать возможность каждому ощутить это право, равно как и право искать другие методы для решения проблем! Если человек чувствует себя нужным хотя бы самому себе, если он имеет право голоса хотя бы в отношении себя самого – уже поэтому жизнь становится для него достаточно большой ценностью!

**Заключение**

Н. Карамзин справедливо назвал самоубийство «неизъяснимым феноменом в нравственном мире». Все существующие теории, с помощью которых психологи, социологи и философы пытаются объяснить суицидальное поведение, мягко говоря, не справляются со своей задачей. Понять суицид невозможно.

Единственное, что мы можем – пытаться вернуть заблудившимся душам веру в жизнь и отношение к ней как к высшей ценности. Но с подростками это, возможно, даже сложнее чем со взрослыми людьми. У подростков совершенно сбита ценностно-ориентационная сфера личности. Нет традиций, по которым подростки могли бы жить, и нет инстинктов, которые могли бы вести их. А что же тогда есть? Есть культ насилия, саморазрушения и ненависти в масс-медиа, есть множество примеров того, как бездарные самоубийцы превращались в «непонятых гениев», и, наконец, есть вопросы без ответов.

Какие вопросы? Ну, например, «зачем я живу?», «как справиться с этим миром и успешно влиться в него?», «почему меня все ненавидят?» и так далее. Если подросток не находит ответы (а чаще всего именно так и происходит), он может выбрать страшную альтернативу.

**Список литературы**

1. «Актуальные проблемы суицидологии» под ред. Портнова А.А.М., 1978.
2. Волков Ю.Г., Нечипуренко В.Н. и др. Социология: курс лекций: Учебное пособие. – Ростов-н/Д: Феникс, 1999.
3. Гуревич П.С. О жизни и смерти // Жизнь земная и последующая. Сборник. – М., Политиздат, 1991.
4. Камю А. «Бунтующий человек»., М., Политиздат., 1990
5. Радугин А.А., Радугин К.А. Социология. Курс лекций. – М.: Центр, 1997
6. Фролов С.С. Социология. – М.: Логос, 1996
7. Белоглазов Г. «Социологический анализ самоубийств в России» (www вариант).
8. Иванов В.Н. Девиантное поведение: причины и масштабы // Социально-политический журнал. – 1995. – №2.
9. Ланцова Л.А., Шурупова М.Ф. Социологическая теория девиантного поведения // Социально-политический журнал. – 1993. – №4.
10. Осипова О.С. Девиантное поведение: благо или зло? // Социс. – 1998. – №9.
11. Пелипа В.Е. «Депрессия и суицид в практике общесоматических лечебных учреждений» // Лечащий врач №06/98
12. Смедович С.Г. «Самоубийство в зеркале статистики» // Социс., 1990, №4.
13. Дюркгейм Э. Самоубийство: Социологический этюд, М., 1994
1. А.Камю. "Бунтующий человек"., М., Политиздат., 1990, C.24 [↑](#footnote-ref-1)
2. Дюркгейм, Э. Самоубийство. Социологический этюд 1994 [↑](#footnote-ref-2)
3. Радугин А.А., Радугин К.А. Социология. Курс лекций. - М.: Центр, 1997 [↑](#footnote-ref-3)
4. Парасуицид – несмертельное умышленное самоповреждение, которое нацелено на достижение желаемых субъектом изменений за счет физических последствий. Парасуицид объединяет весь класс несмертельных суицидальных действий с низкой суицидальной вероятностью. [↑](#footnote-ref-4)
5. Волков Ю.Г., Нечипуренко В.Н. и др. Социология: курс лекций: Учебное пособие. – Ростов-н/Д: Феникс, 1999. [↑](#footnote-ref-5)