

## Особенности суицидального поведения детей и подростков.

Суицид (самоубийство) – это осознанное лишение себя жизни. К суицидальному поведению относятся суицидальные мысли, замыслы, намерения, суицидальные попытки и завершённый суицид. По данным ВОЗ в классификации причин смертности у населения суицид занимает третье место (после сосудистых и онкологических заболеваний), а в подростковом возрасте - второе (после несчастных случаев).

Суицидальное поведение детей и подростков имеет ряд особенностей, свойственных растущему организму и личности. Случаи суицидального поведения у детей, например, суицидальные высказывания, могут отмечаться уже в 5-6-летнем возрасте, далее в 7-10-летнем возрасте и старше, наряду с суицидальными высказываниями, дети могут совершать и суицидальные попытки, которые иногда к несчастью, заканчиваются гибелью ребенка. Суицидальная активность резко возрастает в подростковом возрасте с 14-15 лет и достигает своего максимума в 16-19 лет.

Одной из причин выбора суицидального способа решения проблем, является неадекватное отношение к смерти. У ребенка не сформировано представление, что смерть необратима. Свою «временную» гибель ребенок воспринимает как способ воздействия на значимых близких- вызвать сочувствие, наказать. Только к концу подросткового возраста формируется правильное представление о смерти как необратимом прекращении жизни. Ввиду незрелости суждений и отсутствии жизненного опыта даже незначительная конфликтная ситуация кажется безвыходной, а потому становится чрезвычайно суицидоопасной.

Считается, что половина суицидальных попыток в подростковом возрасте являются демонстративными, т.е. без настоящего намерения умереть. Тем не менее, различить истинные и демонстративные попытки не всегда легко. Отсутствие страха смерти лежит в основе выбора всевозможных опасных игр, отсутствие жизненного опыта приводит к драматическим способам ухода из жизни.

Анализируя чувства, стоящие за суицидальными действиями, выделяют 4 причины самоубийства:

- изоляция (чувство, что тебя никто не понимает, тобой не интересуется);
- беспомощность (ощущение, что ты не можешь контролировать свою жизнь, все зависит не от тебя),
- безнадежность (когда будущее не предвещает ничего хорошего);
- чувство собственной незначимости (уязвленное чувство собственного достоинства, низкая самооценка, переживание некомпетентности, стыд за себя).

Суицидологи отмечают во внешнем поведении детей и подростков ряд изменений, которые могут свидетельствовать о суицидальных намерениях:

- недостаток сна или повышенная сонливость;
- нарушение аппетита;
- признаки беспокойства, вспышки раздражительности;
- усиление чувства тревоги, печальное настроение;
- признаки вечной усталости, упадок сил, потеря свойственной детям энергии;
- неряшливый внешний вид;
- усиление жалоб на физическое недомогание;
- склонность к быстрой перемене настроения;
- отдаление от семьи и друзей;
- излишний риск в поступках;
- выражение безнадежности, поглощенность мыслями о смерти, разговоры о собственных похоронах;
- открытые заявления: "Ненавижу жизнь"; "Не могу больше этого выносить"; "Жить не хочется"; "Никому я не нужен".

Иногда индикатором суицида могут быть поступки типа: раздаривание ценных личных вещей, предметов увлечений, улаживание конфликтов с родными и близкими.