Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования “Школа развития талантов им. Л. А. Старкова”

**Конспект родительского собрания на тему “ Причины и профилактика подросткового суицида”**

Педагог дополнительного образования Дитк Н. Н.

Березники, 2024г.

**Цель:** Оказание профилактической помощи родителям по проблемам подросткового суицида.

**Задачи:**

* Расширить знания родителей о причинах, признаках и характере подросткового суицида.
* Предоставить возможность задуматься и оценить взаимоотношения со своим ребёнком.
* Воспитывать уважение к личности подростка и понимать его проблемы.

Здравствуйте, уважаемые родители. Я хочу обсудить с вами очень сдложный и серьёзный вопрос. Подростковое самоубийство.

Проблема подросткового самоубийства является одной из наиболее важных проблем современного общества. Поэтому семья, школа и дополнительное образование должны сотрудничать другс другом.

В год от суицида погибает миллион человек, это больше, чем от войн, несчастных случаев и преступлений, вместе взятых. Большинство из них \_ это молодые люди в возрасте до 20 лет.

За последние 17 лет число самоубийств среди подростков увеличилось в 2 раза. На возраст 13 - 16 лет приходится пик подростковых самоубийств. Многие детские психологи склоняются к мысли, что желание смерти --- это достаточно распространенная реакция подростковой психики на возникновение стрессовой ситуации. Что же происходит с нашими детьми в подростковый период?

Подростковым периодом принято считать возраст от 11 до 15-17 лет

. Он знаменуется бурным развитием и перестройкой социальной активности ребенка. Происходит значительная физиологическая перестройка организма. Быстро увеличивается масса тела, рост костей. Изменения эндокринной системы приводчт к колебаниям вегетативных функций (потливость, покраснение, побледнение, похудание или ожирение).

Выброс в кровь повышенного количества половых гормонов приволдит к тому, что подростки становятся эмоционально неустойчивыми. Частая смена настроения от сильного возбуждения до обиды, гнева, иногда депрессии.

Происходит половое созревание. Половое развитие челоавека начинается с рождения и происходит нерерывно. Однако на данном этапе развития оно резко ускоряется и в течение короткого периода наступает полноценная половая зрелость.

В процессе полового созревания меняется самовосприятие подростка. Часто подростки переживают из-за некого, с их точки зрения, своего физического несовершенства.

Особенности психики в подростковом возрасте заключается в том, что человек в это время более склонен к депрессии. Депрессия - это длительное состояние душевного расстройства, которое характеризуется упадком сил и снижением активности. Именно депрессия может привести к мыслям о самоубийстве.

У подростка искаженное представление о смерти. Она видится как временное состояние. которое можно сравнить со сном,приходящим и уходящим. Подросток не осознает, что “оттуда” не возвращаются.

В большинстве случаев подростки не хотят умирать, они хотят жить. но надеются изменить своюжизнь, чтобы она не была такой “невыносимой”. они не редко представляют себе смерть как некое временное состояние. Совершенно искренне желая умереть в невыносимой для них ситуации, они в действительности хотят лишь наладить отношения с окружающими. Подростки, совершая суицидальную попытку, зачастую предполагают жить, надеясь с помощью суицида изменить конфликтную ситуацию. Они не вполне отдают себе отчет в необратимости смерти, они убеждены, что можно казаться умершим для окружающих, но при этом наблюдать свои похороны и раскаяния обидчиков.

В суицидальных попытках подростках можно выделить следующие категории:

* сигнал дистресса (”Заметьте меня, я нуждаюсь в вашей помощи”);
* попытка манипулировать другими;
* попытка наказать других;
* манифестация умственного растройства;
* попытка восстановить контакт с любимым человеком, который умер; в результате сверхсильного стыда или вины;избежать столкновения с чрезвычайно болезненной ситуацией;
* употребление наркотиков.

Оясновнымимотивами социального поведенияподростков являются:

* переживание обиды, одиночества, отчужденности и непонимания;
* действительная или мнимая утрата любви родителей, неразделенноле чувство, ревность;
* переживания, связанные со смертью, разводом;
* чувства вины, стыда, оскорбленного самолюбия, самообвинения;
* боязнь позора, нежелание извиниться;
* любовные неудачи;
* чувство мести, злобы, протеста, угроза и вымогательство;
* желание привлечь к себе внимание, вызвать сочувствие, избежать неприятныхъ последствий, уйти от трудной ситуации;
* сочувствие или подражание знакомым, героям книг или фильмов.

Суицидальное поведение часто бывает подражательным. Известно, что каждый раз после гибели кого - нибудь из молодежных кумиров следует суицидальная волна.

Статистика показывает, что подростковый суицид чаще всего случается в тех семьях, где господствуетавторитарный стиль воспитания, где все правила обязательны к выполнению, и ориентация воспитания в основном на внешнее благополучие. “Я не желаю ничего слышать. Не позорь меня перед соседями”. Вместо понимания и сочувствия ребенку можно услышать: “Мне бы твои проблемы! Все это глупости! Мне сейчас некогда, потом поговорим”.

Часто, упрекая сына или дочь, родители произносят порой жестокие и оскорбительные слова, что ими поистине можно убить. Часто слова сказаны в порыве гнева,несдержанности, но родители при этом не думают, что своим криком буквально толкают его на топасный для жизни поступок.

Родителям следует понимать: если скандал уже разгорелся, нужно остановиться, заставить себя замолчать, сознавая свою правоту. Ваша задача в споре с подростком - не доказать свою правоту или авторитет, а оградить ребенка от беды. А подросток очень часто видит перед собой задачу любым способом доказать право на свое мнение и добиться уважения собственных родителей. В состоянии аффекта подросток крайне импульсивен и агрессивен. Любой попавший под руку острый предмет, лекарство в аптечке, подоконник в квартире - все станет реально опасным, угрожающим его жизни.

Любите своего ребенка! Будьте с ним в радостные и в трудные минуты жизни! Поддерживайте его!

* внимательно выслушайте своих детей. В состоянии душевного кризиса любому из нас, прежде всего, необходим кто - нибудь, кто готов нас слушать;
* внимательно отнеситесь ко всем, даже самым незначительным обидам и жалобам ребенка, не пренебригайте ничем из всегосказанного им. Попытайтесь убедить его раскрыть свои чувства,поделиться накопившимися проблемами;
* придайте уверенность ребенку, объясните ему, что вместе вы обязательно справитесь со своими проблемами;
* проявляйте тепло и эмоциональный отклик во взаимоотношениях, оказывать поддержку во всем. Обращайте внимание на эмоциональное состояние вашего ребенка;
* создавайте атмосферу эмоциональной привязанности в семье;
* проявлять постоянную заинтересованность в ребенке, заботу о нем;
* снимайте авторитарные позиции в общении с детьми;
* уметь признавать свои ошибки в общении с детьми.

Суть любой поддержки ребенка, особенно находящегося в трудной ситуации, когда фундамент жизни ушел из под ног, дать ему другой, вернуть почву и ощущение “нужности” и необходимости того, что он в этом мире кому-то нужен, кому-то необходим.

Я желаю вам и вашим детям длинной, счастливой и интересной жизни. Берегите себя и своих детей!