

Уважаемые родители!

В современной жизни мы видим изменение традиционных ориентиров, и семейных ценностей, часто с замещением на приоритеты общества конкуренции и потребления, отсутствие стабильности и уверенности в завтрашнем дне, эмоционально стрессовые условия жизни большинства семей. Успешность требует огромного перенапряжения сил, и, как следствие, приводит к повышению уровня тревоги и агрессии, срыву адаптации и росту психических расстройств, а также к увеличению количества проблемных семей.

В свою очередь, под гнётом наших проблем, наиболее уязвимы и сильнее страдают наши дети. Пагубно сказывается наша занятость на работе, отсутствие сил и времени на воспитание, отсутствие эмоциональной близости, тепла и принятия своих детей, игнорирование их базовых потребностей, замена положительного родительского примера на эпизодические «морали», предоставленность детей и подростков самим себе. Важно с самого раннего возраста ребенка создание и возрождение общих с ребенком семейных ценностей и традиций именно Вашей семьи. Стоит обратить внимание на организацию занятости детей и подростков, с посещением кружков, секций, клубов по интересам и увлечениям.

Ребёнок и подросток также подвержен большому влиянию средств массовой информации: с телеэкранов и мониторов компьютеров на него льётся поток криминала, насилия, и «красивой» глянцевої жизни. Поэтому важно ограничение потока передач, посвящённых криминальной тематике с заменой их на позитивные программы об истинных семейных, культурных и духовных ценностях и формировании здорового образа жизни.

Помните, если ребёнка не воспитывают в семье – его «воспитывает» значимая для него группа сверстников, часто это проблемные подростки.

Значимым психологическим фактором риска является и сам подростковый возраст, переход от опекаемого детства к самостоятельности, поиск своего «я» и смысла жизни, он обнажает и обостряет слабые стороны личности, делает ее особо уязвимой и податливой неблагоприятным влияниям среды.

Подростков, не получающих поддержки и понимания в семье и обществе, начинают одолевать одиночество, депрессия, чувство вины, стыд, с которыми они не в состоянии справиться сами. В поисках выхода они могут думать об уходе из жизни. Попытка самоубийства может помочь подросткам привлечь к себе максимум внимания, в котором они так нуждаются, особенно от значимых в их жизни близких людей. Даже любовь, которую не принимают и не понимают, подростки могут выражать — жертвуя собой.

Общественная значимость проблемы детских суицидов столь велика, что в борьбу за жизнь детей должны включиться все: общественность, государство, церковь, школа, специалисты.

Однако основную причину детских самоубийств нужно искать внутри семьи, поэтому первыми и главными защитниками детей от суицидов и от любого неблагополучия должны быть родители.

Решение проблемы всегда начинается с серьезной работы самих родителей по решению проблем взаимопонимания с собственными детьми. Важно делами доказывать ребёнку, что он любим всегда и безусловно!

Какой бы тяжелой ни была конфликтная ситуация, она пройдет и не закончится суицидом, если ребенок видит и знает, что может найти поддержку в семье.

За необходимой Вам помощью в разрешении сложных семейных проблем, гармонизации воспитательных подходов, поиске ресурсов семьи Вы можете обратиться к специалистам (психологам, социальным педагогам, педагогам – психологам, психиатрам, психотерапевтам). Неформальную помощь и семейный патронаж могут оказывать также специалисты органов опеки и попечительства, аппарата уполномоченного по правам ребёнка в Краснодарском крае, совместно с инспекторами по делам несовершеннолетних.

Вас, как родителей должно настораживать любое резкое, радикальное изменение в поведении ребенка:

- появление чрезмерной деятельности или, наоборот, безразличия к окружающему миру;
- появление неспособности сосредоточиться в школе, прогулы уроков; потеря интереса к учёбе;
- появление неряшливости и отсутствия желания ухаживать за собой;
- ранее не свойственные заметные нарушения сна и аппетита;
- появившееся устало — тоскливое выражение лица, «потухший взгляд», тихий монотонный голос;
- резкие смены настроения, появление ранее не свойственных грусти, уныния, тоски с чувством отчаяния, безысходности; либо тревоги, беспокойства, плаксивости; или раздражимости, враждебности;
- добровольная изоляция, избегание контактов и общения с близкими, друзьями, одноклассниками и окружающими людьми;
- потеря интереса к хобби, увлечениям и занятиям, ранее доставлявшим им удовольствие;
- пессимистическая оценка своего прошлого и настоящего, с отсутствием планов на будущее;
- дарение другим вещей, имеющих большую личную значимость;
- стремление привести в порядок все дела;
- стремление помириться с давними врагами;
- сужение внимания на одной теме, заинтересованность вопросами смерти, фантазии о ней и увлечение «тематическими» стихами;
- косвенные намеки о своем намерении: «Я больше не буду ни для кого проблемой»; «Вам больше не придется обо мне волноваться» и т.п.;
- прямые разговоры о смерти: «Я не хочу жить», «Я собираюсь покончить с собой»; «Я не могу так дальше жить» и т.п.;

Если Вы отметили у своего ребенка несколько факторов риска – незамедлительно обращайтесь за консультацией и помощью к специалистам.

Помните, Жизнь и здоровье Вашего ребёнка — самая большая ценность!!!