

В Кыргызстане во время карантина недель выросло количество суицидов среди подростков.

Для детей это сложный период, время карантина и дистанционного обучения. Взрослые тоже переживают стресс, но они более осведомлены. А для детей многое остается неясным. К тому же в подростковом периоде они переходят в новый этап своей жизни. В такой период родители должны постараться найти правильный подход к своим детям и пересмотреть свои методы воспитания. Многие родители не умеют разговаривать с детьми-подростками, не знают, как строить отношения с ними. Взрослым в этот период необходимо взять ответственность на себя, ведь подростки ждут поддержки. Родители же вместо оказания поддержки могут еще больше загнать ребенка.

«Дети стали слишком ранимыми»

Что толкает детей на самоубийство?

Самоубийства среди подростков могут происходить по ряду причин. В настоящее время их родители, близкие испытывают стресс. Беспокойство, нервозность приводят к психологическому напряжению.

В такие моменты родители могут относиться к детям с раздражением. К тому же у самих детей могут быть разные проблемы, возможно, в это самое время они находятся в депрессии. Например, если родители находятся на заработках, дети чувствуют себя одинокими, сталкиваются с недостатком опыта при решении жизненных ситуаций, это приводит к ощущению беспомощности, к отчаянию.

В психологически сложные моменты человеком начинают овладевать всякие мысли. Он может думать, что жизнь потеряла смысл, что сейчас легче всего покончить с собой.

Существуют и социальные факторы. При возникновении финансовых трудностей родители начинают ругать детей, может быть, даже издеваться, унижать. Все это толкает ребенка на мысли о суициде. Физиологические особенности тоже становятся причиной возникновения стресса. Например, некоторые дети взрослеют раньше остальных, у них начинаются гормональные изменения.

Семья несет эмоциональную функцию – дети должны чувствовать свободу, безопасность, тесную эмоциональную связь с родными, чтобы делиться своими проблемами. Только в случае ощущения безопасности дома мы можем говорить о реализации эмоциональной функции семьи.

Дети с 10-12 лет начинают считать себя взрослыми, что также подтверждается результатами многочисленных исследований. Примерно с этого возраста они и решаются на суицид только потому, что родители, все еще считая их маленькими, не прислушиваются к их мнению и не уважают их границы.

Суицид – это неслышанный крик о помощи, когда родители пренебрегают чувствами ребенка, контролируют, обесценивают, унижают и тем более, применяют физическое насилие. К тому же, ситуация домашней изоляции усиливает напряжение в семье. Если раньше ребенок мог избежать конфликта с родителями уходя в школу, то сейчас ему некуда деваться и чаще могут возникать суицидальные мысли.

Поэтому:

- разговаривайте с ребенком, делитесь с ним своими чувствами и мыслями;*
- позволяйте ему делиться с вами своими тяготами и проблемами;*
- помните, что школьные проблемы и домашние хлопоты не стоят жизни и здоровья вашего ребенка;*
- поставьте себя на его место и представьте каково было бы вам в такой жизни.*
- защищайте его от нападок, тем более других взрослых членов своей семьи;*
- чаще обнимайте и хвалите».*

Берегите себя, своих детей и близких!