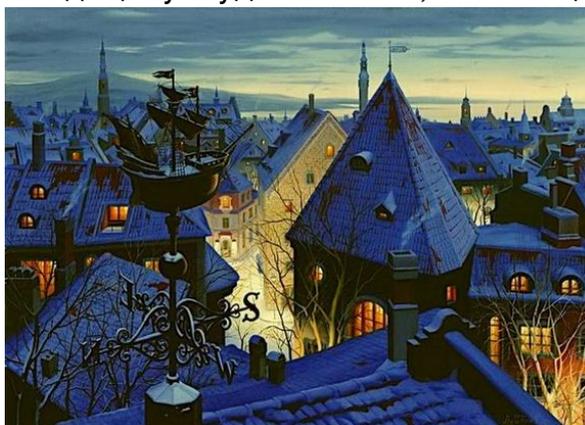




Публикация Галины Мурсагалиевой в Новой газете о том, что соцсетях существуют сообщества - клубы самоубийц, вызвала огромный резонанс – около двух миллионов просмотров. Сама мысль, что на рассвете в определенный день и час подростки в разных частях страны могут шагнуть в смерть потрясла и потрясла. Запредельная тяжесть «новой» реальности сначала вызывает оторопь, лишь потом осознание с последующими действиями. Сообщалось о том, что с детьми в социальных сетях работают системно и планомерно, шаг за шагом подталкивая к последней черте. Насчитали 130 (!) суицидов детей, случившихся в России с ноября 2015-го по апрель 2016 года, — почти все они были членами одних и тех же групп в интернете. Новые смерти анонсированы там же.

Газета сделала свое дело. Мы вспомнили, что средства массовой информации способны информировать о самом важном и общественно значимом. Способны даже спасти жизнь. Когда журналисты увидели раздачу номеров с инструкциями, они поняли, что действовать нужно незамедлительно, успеть среагировать вовремя и вызвать серьезное общественное внимание к происходящему. Будем считать, что их задача выполнена, несмотря на нападки коллег.



Теперь самое главное - не перейти от общественного резонанса к истерии, теориям

заговора без каких-либо важных выводов для родителей подростков, учителей, а резонанс, как показывает опыт, быстро сходит на нет. Вопрос остается: как спасти детей? Как родителям распознать надвигающуюся трагедию? Тем более, что делать это придется осознанно и постоянно, пока сын или дочь не пройдут трудную пору их жизни.

Деятельность модераторов закрытых групп и подстрекателей - Филиппа Лиса, Мирона Сетха, Морекитов вполне подходит под доведение до самоубийства. Похоже, что это с тролли с привычками манипулировать. Их мотивация – влияние и власть над неокрепшими умами. Они «живут» в сетях, умело создают иллюзию дружбы и близости. Рождают виртуальные привязанности. У них есть свои интересы и корысть: один из них, например, пишет музыку и хотел бы довести детей «до кондиции Рины». Они знают психологию подростков и умело создают эстетику ухода в музыку, символах, ритуалах. Да подростки еще не боятся смерти – их собственный страх за жизнь еще не созрел. Для них страшнее опозориться в глазах таких же, как ты, если не сможешь выполнить требования, струсить.



Сколько бы мы не возмущались и не впадали в крайности, но подростка интересует СМЕРТЬ.

Встать у черты, шагнуть за нее.. Они ищут таких же, как они одиноких в мире непонимания и хотят об ЭТОМ говорить.

Если бы проблема подростковых суицидов ограничивалась возникновением закрытых групп Вконтакте, однако, все гораздо сложнее. Да, теперь субкультуры и общение развивается в сетях. Но как быть с тем, что в родительской семье подросток начинает говорить о смерти, манипулируя родителями, пытаясь привлечь к себе внимание. Перепуганные родители обращаются к психологу. Начинается работа, происходят положительные сдвиги и.. мама прекращает общение с психологом, так и не узнав, в

чем-же состояла болезненность контакт дочери с ней? Она так и не захотела прямо взглянуть на проблемы в общении с дочерью. Иначе говоря, со временем суицидальные фантазии дочери могут повториться. И как знать.

□

«Я хотел бы умереть»



Давайте условимся , что мысли о смерти и о самоубийстве не являются признаком психического заболевания. Большинство людей такие мысли допускают. Этот как бы клапан психической безопасности, который срабатывает под давлением сильных эмоций, подобно рыданиям или проявлению гнева. Суицидальные мысли обычно исчезают, когда вызвавший их кризис разрешается и проблемы не расцениваются более как трудные и неразрешимые. Важно сменить угол зрения. Ракурс.

Важно помнить, что суицидальные мысли – это всегда крик о помощи. Попытки или жесты встречаются в 10 раз чаще. Так, подросток наносит себе раны тупыми предметами. Он желает, чтобы родители уделяли ему больше внимания, надеется на что-то, либо протестует против переезда в другой город, например. Рассчитывает, что его поступок восстановит отношения родителей в период развода. Да, мы часто имеем дело с манипулированием родителями, но подростки ведут свою жизнь в ощущении опасности. И об этом важно помнить и знать.

Такие попытки могут и удасться. Трагические случайности, как часть закономерности в отношении к себе и к жизни. Один пример из жизни. Ваню очередной раз учитель выгнала из класса, он ушел со словами: «Вы об этом еще пожалеете». Пришел домой, набрал ванну воды, лег в нее и выпил мамино сердечное лекарство. Он мог выжить, но в этот раз дозировка была выше. Одноклассники Вани знали о его боли, о сложностях в семье и о больном сердце мамы. Знали, что он мог поранить себя после ссоры с подругой. Но шок от его ухода накрыл их с головой.

Да, подростки легче поддаются внешнему влиянию. Подражание кому-то, своим идолам для них – часть их социального развития. Правда состоит в том, что самоубийцы-подростки имели эмоциональные или психические проблемы без диагностики, но о них догадывались близкие, учителя и пр.

На что обратить внимание

Родителям важно помнить, что ускоренное развитие в любых формах, а также проблемы самоидентификации или сложный ответ на вопрос «Кто я?» можно расценивать как факторы риска. Оценка в школе по предмету, брошенное оскорбление могут быть восприняты как несчастье. Взрослый способен облегчить переживание, ведь жизнь довольно часто дарит разочарования, но увидит ли повод для беседы?

Вопрос.



Поговорите! Если ваша несовершеннолетняя дочь пришла в слезах после разрыва со своим другом. Только не повторяйтесь о том, что «у нее еще таких парней будет». Постарайтесь почувствовать, а главное выразить произошедшее с ней. Как люди более зрелые вы сможете это сделать. Хорошо бы помнить, что выражение «Ты вырастешь и у

тебя все будет хорошо» НЕ РАБОТАЕТ.

У таких молодых людей может быть особая позиция в отношении к смерти. Неокончателность смерти манит, рождает иллюзию возвращения. Они думают о реакции на их смерть и признаются позже в этом.

В таком случае, суицидальные высказывания должны быть приняты во внимание ВСЕГДА. Если родители не готовы говорить на темы смерти, кто-то должен выполнить эту функцию, но без менторства, излишнего назидания и избыточного формализма.

Родителям важно помнить, что они вполне способны не пропустить опасный момент. Если будут чувствительны к любым резким переменам в поведении подростка. Он не спит. Перестал учиться. Был замкнут, но вдруг стал агрессивен. Перемены в поведении могут быть разными, но так или иначе они указывают на признаки астенической депрессии, депрессивные реакции. В таком случае, идите к учителям, преодолевая собственное «не хочу», ведь они лицом к лицу с вашими детьми. Они их, возможно, знают лучше. Будьте внимательны к разговорам о том, что в жизни смысла нет. Не машите руками - преодолевайте свой страх и говорите с ними.

Игры в смерть



Сколько в каждом из нас жизни?



Сколько в каждом из нас жизни?