

Подростковый суицид — острая тема, тем более, что по многим признакам дети, растущие в детских домах, находятся в группе риска. Дети-сироты, как правило, перенесли кризис в семье или вообще не имели семьи, чувствуют себя изолированными, испытывают депрессию, часто бывают неуспешны в учебе, подвергались насилию. Внимания воспитателя может не хватать на то, чтобы поддержать каждого персонально, уделить время, чтобы выслушать, поддержать, посочувствовать и подбодрить.

Если ребенок говорит о самоубийстве, увы, имеет смысл отнестись всерьез. Распространенное мнение о том, что если человек говорит о самоубийстве, то это демонстрация и «давление на жалость», неверна: как правило, люди, совершающие самоубийства, до этого так или иначе поднимают эту тему, могут прямо говорить о своих намерениях.

Если подросток признается в намерении совершить самоубийство, важно выяснить, насколько детальны его планы относительно того, как именно он хочет это сделать. Чем более детальный план, тем больше вероятность, что будет попытка его реализовать. Лучше не стесняться и спросить прямо, думает ли подросток о самоубийстве.

Кроме разговора о самоубийстве, подросток может намекать на самоубийство (говорить что-то вроде «скоро я не буду вам мешать»), раздавать личные вещи, завершать дела и отношения (например, помириться с кем-то), замкнуться, демонстрировать внезапные изменения в поведении. Нередко суицид совершается после разрыва отошений, ссоры с кем-то близким (родственник, воспитатель, друг, любимый человек).

Очень важно обращать внимание на то, что происходит в группе сверстников. Ребенок, отвергаемый и подвергающийся травле со стороны сверстников, подвержен серьезному риску.

Подростки из семей нередко совершают суициды, чтобы показать свою боль, вызвать сочувствие к своим трудностям. Суицид, разговоры о нем, попытка суицида — это крик о помощи подростка, который не рассчитывает получить помощь просто так.

Для детей-сирот вероятность получить помощь может субъективно оцениваться еще ниже, ребенок может испытывать чувство изоляции, безнадежности. Очень важно, чтобы он мог с кем-то поговорить, быть выслушанным, получить помощь. Важно сказать подростку, что неудачи поправимы (например, провал на экзамене не перечеркивает все его будущее), что лично кому-то (например, воспитателю) важен этот подросток и то, что с ним происходит. В беседах с детьми избегайте педалирования чувств вины и стыда, обесценивающих комментарии относительно их достижений, отошений и чувств. Дайте понять подростку, что он может обратиться к вам за помощью.

Если самоубийство произошло, как говорить об этом с другими подростками?

Существует так называемый «эффект Вертера» - самоубийства по подражанию. Например, волна сообщений в СМИ о самоубийстве подростка вызывает временный рост числе самоубийств. Поэтому если рядом с подростком произошло самоубийство, важно особенно внимательно отнестись к этой ситуации.

Имеет смысл поговорить с подростками о том, что неудачи — временное явление и о том, что кому-то важна их жизнь, трудности и переживания. Принципиально важно, чтобы у подростка была возможность обсудить свои проблемы, и получить помощь и сочувствие, а не осуждение и упреки! Если в детском доме есть психолог — он может выполнять эту работу,

но воспитателю тоже имеет смысл быть готовому оказать помощь.

В случае депрессии подростку показана психиатрическая помощь. Однако, есть важный этический момент: антидепрессанты не помогут сделать условия жизни подростка в детском доме, объективно довольно сложные, сколько-нибудь лучше. Также маловероятно, что таким способом он получит принятие и поддержку. Если вы отправляете подростка на лечение, важно все равно оказывать ему всю возможную моральную поддержку.