

**Бегдай Даниил Викторович**

студент

**Юрьева Виктория Владимировна**

канд. социол. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Донской государственной

технический университет»

г. Ростов-на-Дону, Ростовская область

## **ПРОБЛЕМА СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ СРЕДИ ПОДРОСТКОВ И ПУТИ ЕГО ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ**

*Аннотация:* в статье рассматривается проблема суицидального поведения среди подростков, которая является одной из ведущих причин смертности в данной возрастной группе. Основное внимание уделено ключевым причинам, способствующим возникновению суицидальных мыслей и действий, включая психологические проблемы, социальные факторы, семейное окружение, а также экономические и академические трудности. Описаны основные стратегии предотвращения суицидального поведения, такие как раннее выявление и вмешательство, психологическая поддержка, образовательные программы, улучшение школьной среды, семейная терапия и поддержка, ограничение доступа к средствам суицида и использование технологий.

*Ключевые слова:* суицидальное поведение, подростки, профилактика суицида, психическое здоровье, депрессия, социальные факторы, семейная поддержка, школьная среда, образовательные программы, психологическая помощь.

В науке существует термин «пубертатный суицид». Им обозначают целое явление, это – подростковые самоубийства. Психическая организация подростка очень нестабильна, причем на всех уровнях: эмоций, чувств, интеллекта. Подростки крайне неустойчивы в самооценке и при этом – большие максималисты, одни постоянно сомневаются в своих знаниях и способностях, они подвержены частым сменам настроения, тревожны, другие излишне самоуверенны [1].

Суицидальное поведение среди подростков представляет собой серьезную социальную проблему, которая требует пристального внимания со стороны родителей, педагогов, медицинских работников и общества в целом. Подростковый возраст характеризуется значительными психологическими и физиологическими изменениями, что делает молодых людей особенно уязвимыми к стрессам и эмоциональным потрясениям. Суицид является одной из ведущих причин смертности среди подростков во многих странах, включая Россию, и понимание причин этого явления, а также разработка эффективных методов его предотвращения, имеют первостепенное значение.

Причины суицидального поведения.

Среди основных причин суицидального поведения среди подростков можно выделить несколько ключевых факторов.

Психологические проблемы: депрессия, тревожные расстройства, расстройства личности и другие психические заболевания часто лежат в основе суицидальных мыслей и действий. Подростки могут испытывать чувство безысходности, потерю интереса к жизни и глубокую грусть.

Социальные факторы: конфликты в семье, буллинг в школе, трудности в отношениях с друзьями и сверстниками, а также социальная изоляция могут значительно повышать риск суицидального поведения. Негативное влияние социальных сетей и кибербуллинг также играют важную роль в ухудшении психоэмоционального состояния подростков.

Фактор семейного окружения: наличие суицидальных случаев в семье, насилие или отсутствие поддержки со стороны родителей могут способствовать развитию суицидальных мыслей у подростков.

Экономические и академические трудности: финансовые проблемы в семье, неуспеваемость в школе и высокие ожидания родителей могут оказывать давление на подростков, вызывая чувство отчаяния и безысходности.

Пути предотвращения суицидального поведения.

Предотвращение суицидального поведения среди подростков требует комплексного подхода, включающего работу на уровне семьи, образовательных

учреждений, медицинских организаций и общества в целом. Основные стратегии включают:

**Раннее выявление и вмешательство:** важно своевременно распознавать признаки депрессии и других психических расстройств у подростков. Педагоги, школьные психологи и медицинские работники должны быть обучены выявлять потенциальные риски и предпринимать соответствующие меры.

**Психологическая поддержка:** предоставление доступной психологической помощи подросткам, включая консультации с психологами, психотерапию и группы поддержки, может значительно снизить риск суицидального поведения.

**Образование и просвещение:** проводить образовательные программы для родителей, учителей и самих подростков, направленные на повышение осведомленности о признаках и причинах суицида, а также о способах оказания помощи.

**Улучшение школьной среды:** создание благоприятной и поддерживающей атмосферы в школах, где подростки могут чувствовать себя в безопасности и получать необходимую эмоциональную поддержку. Введение антибуллинговых программ и развитие школьных служб психологической помощи.

**Семейная терапия и поддержка:** помощь семьям в разрешении конфликтов, обучение родителей эффективным методам воспитания и поддержки своих детей, а также предоставление ресурсов для укрепления семейных отношений.

**Ограничение доступа к средствам суицида:** уменьшение доступа подростков к потенциально опасным предметам и веществам, таким как оружие, лекарства и яды.

**Использование технологий:** разработка и внедрение мобильных приложений и онлайн-платформ для поддержки психического здоровья подростков, предоставление информации о кризисных службах и горячих линиях.

Суицидальное поведение среди подростков – это многофакторная проблема, требующая координированных усилий на всех уровнях общества [2]. Понимание причин суицидальных мыслей и разработка комплексных профилактических мер могут значительно снизить риск и спасти множество жизней. Важно,

чтобы каждый, кто окружает подростка, был внимателен и готов оказать поддержку в трудную минуту.

***Список литературы***

1. Исаев Д.С. Психология суицидального поведения / Д.С. Исаев. – Самара, 2000. – 72 с.
2. Литмен Р. Зигмунд Фрейд о самоубийстве / Р. Литмен // Журнал практической психологии и психоанализа. – 2003. – №1. – С. 205.