*Воронцова Ирина Сергеевна, педагог-психолог*

*Город Архангельск, «Центр психолого-медико-социального сопровождения несовершеннолетних «Надежда»*

Семья как фактор риска и защиты суицидального поведения детей

Актуальность. Во времена общественной нестабильности наблюдается такое психологическое явление, как социально-психологическая дезадаптация. И ей подвержены наиболее уязвимые члены общества, в числе которых находятся дети и подростки. Это связано с некоторыми возрастными особенностями психики.

Одной из форм проявления дезадаптации является суицидальное поведение. **Суицидальное поведение – это любое внешнее или внутреннее поведение, направленное на лишение себя жизни.** Это могут быть самопорезы (селфхарм), бесконтрольный прием лекарственных средств, суицидальные мысли и действия. **Суицидальное** **поведение** включает в себя мысли о самоубийстве, попытки покончить с собой и собственно **суицид**.

Психологи практически единодушны в том, что причинами подростковых самоубийств являются отношения, которые не складываются с людьми: на первом месте – это конфликты с родителями, на втором – ссоры со сверстниками, а на третьем – неразделенная любовь. При этом ситуация в семье играет определяющую роль: когда нарушаются эмоциональные связи с семьей, особенно с матерью, у ребенка сильно возрастает риск суицидального поведения. Как бы подросток ни проводил много времени со своими друзьями, острота его переживаний становится **несовместимой с жизнью**, если он отвергнут в родной семье.

В подростковом возрасте самоубийство рассматривается как *способ получить что-либо, либо как решение проблемы, выход*. И большинство детей, думающих о самоубийстве, не хотят умирать, надеясь, что кто-то вовремя их остановит. Можно сказать, что суицидальное поведение – это реакция ребенка, который не подготовлен к современной жизни.

Отношения в семье являются важным фактором в социальном аспекте развития ребенка. Дети очень чувствительны к поведению взрослых и быстро осваивают эти модели поведения, полученные в процессе семейного воспитания.

*Семейные факторы риска суициадльного поведения детей.*

1. Стиль семейного воспитания. Дезадаптирующие стили воспитания можно разделить на две большие группы. Это «сверхбдительный» и «холодный» стили воспитания. В первом случае родители и другие взрослые чрезмерно опекают ребенка, потакают ему и как будто не отпускают от себя далеко – при этом у ребенка может сформироваться неадекватная эмоциональная реакция на стресс, то есть ребенок будет меньше верить в свои силы и бурно реагировать на малейшие неприятности. Во втором случае взрослые могут заботиться только о материальных потребностях ребенка, игнорируя его потребности в теплом общении, игнорируя его мнение в выборе кружков. При таком стиле воспитания ребенок научится игнорировать свои чувства, перестанет понимать свои желания, а также возможно развитие психосоматики.
2. Изменение в структуре семьи. Это развод родителей, второй брак одного из родителей, воспитание ребенка бабушкой и дедушкой, рождение младшего ребенка и даже большая разница в возрасте между детьми. Научными исследованиями показано, что все эти факторы влияют на дезадаптацию ребенка. Причем воспитание одной матерью будет благоприятней для ребенка, чем совместное воспитание с биологическим отцом с антисоциальным поведением. К сожалению, повторные браки родителей также создают риск для развития психологический проблем у ребенка. Позитивным вариантом является тот случай, когда мачеха или отчим могут наладить отношения с ребенком.
3. Переживание длительного стресса в семье. Это нехватка денежных средств, проблемы на работе, развод в семье, болезни родных, ремонт, смена места жительства, переезд и т.д. Чем длительней стресс, тем больше истощается организм, тем меньше становится устойчивости к стрессу.
4. Переживание горя. Потеря близкого человека, смерть родственника, а также смерть домашнего животного могут являться психотравмирующим событием и сильно дезадаптировать членов семьи. Особенно, если длительное горе переживает родитель.
5. Наличие в семейной истории завершенных суицидов. Важным замечанием здесь является то, что совершение суицида генетически не передается, наследуется стиль поведения в определенных ситуациях. Например, когда есть погибшие родственники-самоубийцы, родителям необходимо развеять романтическое представление о смерти у ребенка, то есть рассказать, что смерть – не единственный выход из ситуации. И то, что родственники хорошо о нем отзываются, потому что так принято. «О мёртвых либо хорошо, либо ничего, кроме правды».
6. Не учёт возрастных особенностей ребенка. Например, запрет общаться со сверстниками подростку. В подростковом возрасте важнейшей частью психосоциального развития является интимно-личностное общение с ровесниками. Сильные нагрузки в школе и дома, посещение множества кружков и репетиторов. Детский и подростковый возраст – это период развитие организма, тратится много сил на рост и формирование. Поэтому так важен отдых и восстановление, «ничего неделание».
7. Социальное неблагополучие семьи. Алкоголизм родителей, насилие в семье, конфликтные взаимоотношения, частые ссоры с членами семьи и ребенком.

Семья ‒ это основа жизни, развития и формирования первых навыков, представлений молодежи об окружающем мире. Именно от семьи зависит не только уровень жизни, образования и интеллекта ребенка, но и его дальнейшее существование.

Основной задачей семьи является формирование навыков стрессоустойчивости и современных адаптивных стратегий поведения, ведущих ребенка к успешной самореализации.

*Семейные факторы защиты суицидального поведения детей.*

1. Высокий социально-экономический статус семьи. Этот фактор оказывает косвенное влияние на психологическое благополучие семьи, так как улучшение социально-экономических показателей семьи может позволить снизить уровень родительского стресса, тем самым увеличив ресурсы родителей и, соответственно, улучшить условия развития ребенка, в частности психологические.
2. Гармоничный стиль воспитания. При этом стиле воспитания учитываются интересы, способности ребенка. Воспитание построено на обсуждении, рекомендациях и учете желаний и потребностей ребенка, при этом родители последовательны в воспитании, требовательны в соблюдении дисциплины. Родители поощряют любознательность, самостоятельность, осмысленное поведение ребенка. Помогают ему разобраться в вопросах, которые его интересуют. Желательно, чтобы родители воспитывали своего ребенка одинаково, не отменяя запреты друг друга.
3. Доверительные отношения. Отношения между родителями и детьми строятся на проявлении теплых чувств, заботы и поддержки. 15 минут в день разговор «по душам» от каждого родителя: как прошел день? Что интересного ты сегодня узнал? Что тебя порадовало сегодня?

Совместная деятельность, которая может заинтересовать всех членов семьи: игры, походы, кино. Расширение прав и обязанностей ребенка в соответствии с возрастом, как в обществе, так и дома. Четкие семейные правила – правила едины и не отменяются по настроению, а также один родитель не может отменить наказание другого.

Выводы. Мы рассмотрели семейные факторы риска и защиты суицидального поведения детей. Семья затрагивает все сферы жизни ребенка, именно благодаря ей человек вырастает и становится либо благополучным и успешным, либо остается недоволен своей жизнью.