

Кризис подростка

Порой достучаться до подростка просто невозможно. Все объяснения, просьбы и приказы словно натываются на глухую кирпичную стену - так порой видят свое общение многие современные родители с подросшим чадом.

Действительно, многие подростки способны изрядно раздражать своей неуклюжестью, неоправданным максимализмом и угрюмостью. Еще вчера ребенок был любим всеми, открыт и общителен, уверен в себе. Сегодня он уже может поражать своей пессимистичностью, мнительностью и даже разговорами о самоубийстве.

Всеми виной не только изменения гормонов и стремительный рост организма. Так называемый **кризис подростка** зависит и от самого социума. Так, психологами в свое время было сделано удивительное открытие: оказывается, среди малоразвитых племен дальних островов проблемы подросткового кризиса просто не существует. Просто в определенный возраст каждый ребенок проходит ритуал посвящения «во взрослые», который для самого подростка сродни празднику. Именно этой четкости нет у жителей развитых стран.

А ведь любые преграды вызывают так называемые переживания фрустрации, которые в свою очередь порождают агрессию – как внешнюю, так и внутреннюю, направленную на самого себя. А преграда в жизни подростка значительна – его все еще большинство воспринимает ребенком, несмышленым и незначимым, а ведь он уже хочет быть активным и уважаемым членом общества.

Все беда в том, что нет внешних различий между современным подростком и 10-12 летним ребенком: они все также ходят в школу, слушаются родителей, и их никто не воспринимает всерьез. Нет изменений, нет внешних признаков развития, а когда нет развития – это тупик, смерть. Вот против чего и борется подросток.

Подростковые самоубийства и их причины

Проблема **подростковых самоубийств** достойна своего внимания, поскольку каждый год миллионы подростков пытаются свести счеты с жизнью. К сожалению, тысячам это удается сделать.

Мысли о самоубийстве могут прийти в голову кому угодно, даже подростку из очень благополучной семьи. Подростки могут ощущать сильную безнадежность, и единственный выход они могут видеть в суициде.

Одна из причин, почему приходят такие мысли в голову, это жестокое давление современной жизни. Так – же, у большинства подростков занижена самооценка. Причиной этого может быть жестокое обращение к подростку, или какое либо заболевание. По статистике 90 % подростков совершивших самоубийство, страдали каким - то психическим расстройством.

Так - же причиной **подростковых самоубийств** могут быть следующие внешние факторы: смерть друга, родственника или домашнего любимца, семейные скандалы, проблемы в общении с противоположным полом, физическое или сексуальное насилие.

Как это не печально каждый подросток, рано или поздно с чем - то из этого списка столкнется. Но кто-то легко проходит через это, а кто-то нет. Просто молодые люди не привыкли решать проблемы, чувствуют себя беспомощными. Чаще всего они не хотят умирать, а лишь хотят избавиться от боли.

Если тебя посещают такие мысли, поговори с тем, кому ты доверяешь. Если ты выговоришься, тебе станет легче. И в процессе разговора, можно привести в порядок мысли, и проблемы уже не покажутся такими большими. А если твой друг с тобой поделился мыслями о самоубийстве – расскажи об этом кому ни будь из взрослых. Не думай, что ты предашь его, возможно, это спасет твоему другу жизнь.

Те, кого посещают мысли о самоубийстве, важно помнить, что какие бы ни были проблемы, ситуация может поменяться к лучшему. Любая

проблема, рано или поздно может разрешиться. Надо лишь немного подождать, и иногда помощь придет неожиданно, и оттуда, откуда не ждешь. Может быть, кто-то тебе подскажет выход из ситуации. В любом случае, помни – страдания не будут вечны. Если ты не готов еще поговорить с человеком, начни вести записи в дневнике. Если ты веришь в Бога, молись ему своими словами.

Нет ничего постыдного, если проблема кроется в плохом здоровье. Многие болезни излечимы, главное вовремя обратиться к врачу. Благодаря лечению ты сможешь чувствовать себя лучше.

Есть моменты, на которые родителям стоит обратить внимание. Если кто-то из членов семьи раньше пытался покончить жизнь самоубийством, стоит обратить особое внимание на ребенка. Как правило, это может быть психическое заболевание, которое передается по наследству. Обращайте внимание на поведение подростка:

- ребенок замкнулся и не хочет ни с кем общаться;
- потерял аппетит, и плохо спит;
- перестал интересоваться тем, что раньше приносило удовольствие;
- начал употреблять алкоголь или наркотики;
- раздаривает свои ценные вещи;
- много говорит о смерти, и о том, что с ней связано.

Не пренебрегайте этими симптомами. Конечно, никому не хочется думать, что именно их ребенок может совершить самоубийство, но лучше предотвратить, чем потом сожалеть. Не стесняйтесь заговорить с ребенком об этом, возможно сам он стесняется, и вы сможете вывести его на серьезный разговор.

Не думайте, что депрессия пройдет сама по себе. И даже если, кажется что она прошла, как правило, это и есть самый опасный момент. Во время самой депрессии у ребенка нет сил осуществить задуманное, а вот когда она отступит, он может попытаться покончить жизнь самоубийством.