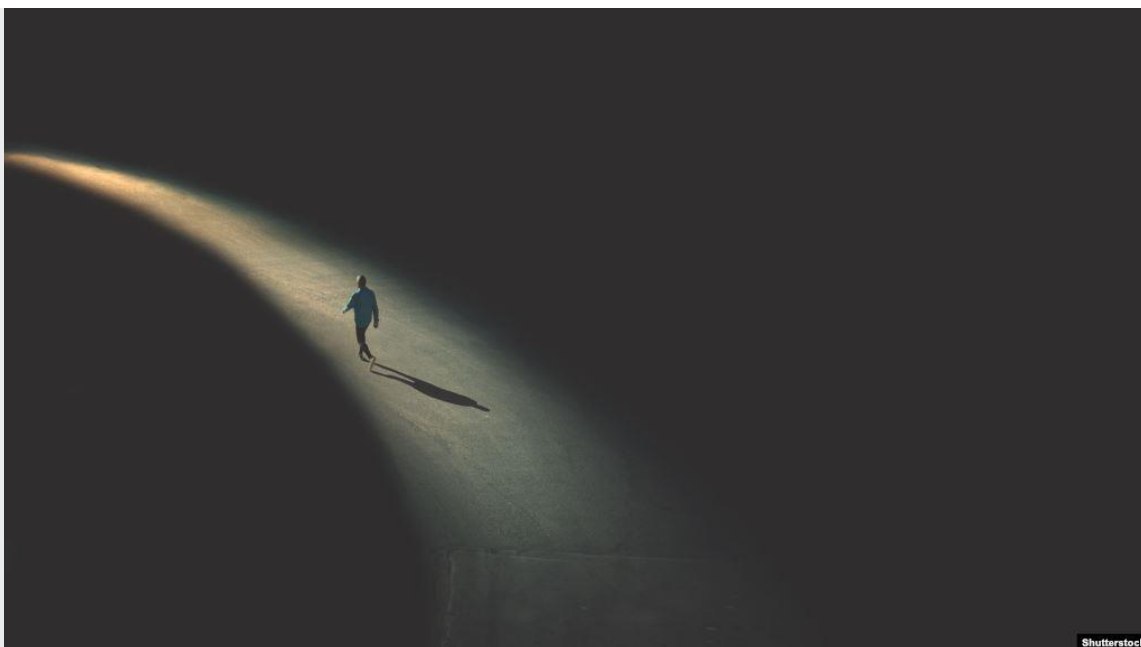


«После этого мама поймет». Что толкает детей на суицид и как его предотвратить



Многие люди, которые думают о суициде, не обращаются за помощью: им неудобно и они боятся встретить непонимание, потому что тема самоубийства, депрессии и психических расстройств сильно стигматизирована, говорят в ВОЗ.

Всемирная организация здравоохранения при поддержке Международной ассоциации по предотвращению самоубийств учредила Всемирный день предотвращения самоубийств. Цель этого дня – рассказать, как можно помочь человеку в отчаянном положении.

История Кристины

Кристине 15 лет. Высокая, у нее веснушки. Ее любимый предмет – физика, она любит сериал "Теория большого взрыва". Зимой этого года она пыталась покончить с собой в новой школе, куда пошла после переезда.

"Я толстая и сама об этом знаю", – начинает Кристина.

Сначала одноклассники ее не замечали, и девушку это устраивало. Проблемой стали уроки физкультуры:

"Учитель каждый урок говорил, что я ленивая, и спрашивал, хочу ли я вообще замуж", – рассказывает школьница.

Учитель каждый урок говорил, что я ленивая, и спрашивал, хочу ли я вообще замуж

Кристина

Кристина признает, что бегают медленнее остальных, а прыгать со скакалкой стеснялась, потому что мальчики "пялились на грудь". Каждая неудача высмеивалась учителем перед всем классом, и вскоре шутки на тему веса Кристины стали любимой темой других учеников. Классная руководительница сочувствовала Кристине и советовала не обращать внимание, чтобы одноклассникам "быстрее надоело". Но им не надоело: зимой кто-то подписал тетрадь Кристины по русскому языку "Жирная свинья".

"Я захотела, чтобы они увидели, до чего доводят их издевательства. Я решила выйти с физ-ры со словами "Прощайте" и пойти на пятый этаж – прыгать. И вся школа бы увидела, и все бы знали, кто в этом виноват".

Мама Кристины **Светлана** узнала об издевательствах над дочерью, только когда ее вызвали в школу после инцидента. Она потребовала уволить учителя физкультуры, грозясь написать заявление по статье 110 УК – "доведение до самоубийства".

"Я даже не замечала ничего, вы мне верите? – вспоминала Светлана в разговоре с корреспондентом Настоящего Времени. – Она у меня всегда была тихой, много читала, о чем-то сложном, физическом, а я вся в работе и не лезла ей в душу".

Учитель физкультуры сменил место работы, где он сейчас – неизвестно. Кристина перешла в другую школу:

"Они (*администрация школы – НВ*) так просили маму не поднимать кипиш, говорили, что это испортит имидж школы. Им имидж важнее чьей-то жизни? Ненавижу", – злится девушка. И добавляет в конце разговора: "Зря я это все же. Маму жалко, она сильно испугалась, мы много с ней говорили потом". На вопрос, может ли она снова пойти на такой шаг, Кристина ответила: "Думаю, нет".

История Миши

Михаил живет с родителями в Санкт-Петербурге, ему 17. Он хорошо учится, не боится грядущих ЕГЭ, он душа компании: на день рождения друзья подарили ему электрогитару, а на странице «ВКонтакте» у него десятки поздравлений. У Михаила есть второй аккаунт – о нем знают только шестеро друзей, и там он подписан на многие депрессивные страницы. Молодой человек уверяет, что покончить с собой никогда не решится и старается не "палить свои реальные чувства" окружающим.

"Мне тупо не поверят, если я на что-то пожалуюсь, они думают, мне не из-за чего переживать по жизни", – считает Михаил. Также он признался, что опасается насмешек: "И что я скажу? Что я грущу? Мне скажут, что все грустят", – объясняет молодой человек.

Мне не поверят, если я на что-то пожалуюсь, они думают, мне не из-за чего переживать

Михаил

Больше года назад Михаил написал лучшему другу Артему такое сообщение: "Я не выхожу больше на улицу, только в школу, еле делаю д/з, смотрю сериалы, но чаще просто лежу на кровати, смотрю в потолок как придурок и ничего не делаю, думаю о своей смерти, но я не смогу это, покончить с собой". "Видишь, я тогда еще говорил, что не сделаю этого", – показал Михаил переписку корреспонденту НВ.

Артем в разговоре с Настоящим Временем сказал, что Михаил "хорошо держится": "Я же его друг и знаю, когда ему хреново. Но с другими он мужик, держится". О причинах подавленного состояния молодые люди говорить отказались.

Статистика самоубийств

По данным ВОЗ, каждые 40 секунд во всем мире кто-то пытается покончить с собой и около 800 тысяч человек ежегодно погибают в результате суицида. В 2012 году самоубийство стало второй по численности причиной смерти среди молодых людей 15-29 лет.

В России количество людей, погибших в результате самоубийства, уменьшается с 2000 года: в 2001 году так погибали 45 человек на 100 тысяч населения, а в 2016 – 30.

По официальным данным, количество самоубийств с начала 2018 года в России составляет около 2 тысяч, из них более трети – дети и подростки. Статистику привел сотрудник Главного управления криминалистики СК России Сергей Коротких, выступая три месяца назад на дискуссионной площадке "Право ребенка на безопасность". По его данным, количество попыток самоубийств среди несовершеннолетних выросло с 1 094 в 2014 году до 1 633 в 2016 году. За первые три месяца 2017 года зарегистрировали 823 попытки подросткового суицида – это больше половины от общего числа за весь 2016 год.

Автор "Новой газеты" **Галина Мурсалиева** в мае 2016 года связала растущее количество подростковых самоубийств с так называемыми "группами смерти" во ВКонтакте – там якобы подталкивают детей. Многие медиа и пользователи соцсетей обвинили Мурсалиеву в искажении фактов и нагнетании волны паники. Российские власти – Роскомнадзор, член Совета Федерации Елена Мизулина и тогда еще уполномоченный по правам детей Павел Астахов – отнесли к статье Мурсалиевой серьезно и потребовали принять меры против подобных пабликов. Правоохранительные органы связывают с деятельностью этих групп 1% от общего числа смертей, хотя и утверждают, что количество подростков-самоубийц, состоявших при жизни в "группах смерти", растет.

Всемирная организация здравоохранения полагает, что на каждое самоубийство в мире приходится значительно больше людей, которые совершают попытки самоубийства ежегодно. Точную цифру назвать сложно: по статистике суицидов в мире до сих пор не хватает информации. Только 60 из 172 государств-членов ВОЗ располагают данными, которые можно использовать для подсчета частоты самоубийств. Статистика в остальных 112 странах составляется по методу моделирования. В некоторых странах и практически всех религиях самоубийства – табу и крайне щекотливая тема, что тоже не добавляет точности цифрам. Специалисты ВОЗ называют примерное количество – на каждого человека, который покончил жизнь самоубийством, по всей

вероятности, приходится более 20 человек, совершивших попытку самоубийства.

Почему дети это делают

Врач-суицидолог, кандидат медицинских наук и член правления Общества семейных консультантов **Елена Вроно** говорит, что подростковые попытки суицида могут быть как "истинными", так и "демонстративно-шантажными". В отличие от взрослых, подростки очень часто совершают демонстративные суицидальные попытки, совершенно не желая при этом закончить жизнь, рассказывает Вроно. Они просто хотят изменить ситуацию в свою пользу и не скрывают этих своих намерений, но до конца не понимают возможных последствий.

Психотерапевт приводит в пример историю девочки, которая решила предпринять попытку суицида, чтобы избежать наказания. Она осталась жива только потому, что живет в Москве, где есть реанимационное отделение во всех детских больницах.

"Я-то имела в виду: приедет скорая, меня увезут, маме будет не до разбирательств со мной, а потом, когда она вот придет плакать у моей кровати, я ей скажу: знаешь, я взяла твое, что-то разбила там, сломала, и ей будет не до наказания".

По словам Вроно, склонные к суициду дети думают, что смерть имеет начало и конец, поэтому готовы рисковать жизнью, чтобы доказать свою правоту, наказать обидчика или настоять на своем. Дети часто плохо представляют себе, что такое смерть и что это невозвратное состояние.

"После этого мама поймет", – так сказал психотерапевту восьмилетний мальчик после попытки покончить с собой. Причина – он себя очень плохо вел в школе, и мама сказала: "Еще одно замечание, и мы тебя сдадим в детский дом". Поэтому, получив еще одно замечание, мальчик решил: "Если я умру, это убедит маму в том, что родного ребенка в детдом сдавать нельзя", – поделился он с врачом.

"Я спрашиваю его: "А что такое – умереть?" А он мне говорит: "Ну, буду висеть и смотреть, как она плачет. А потом мама поймет, что так делать нельзя, и у нас будет все замечательно". На этом свете будет хорошо – считает он, не на том", – объясняет Вроно.

Подростки заметно лучше маленьких детей понимают концепцию смерти. Первая причина подростковых суицидов, по словам психотерапевта, – тяжелые наркотики, они вызывают моментальную

зависимость. А зависимость приводит к депрессии, измененному сознанию, которое подталкивает к агрессивным действиям.

Вторая и главная причина подростковых суицидов, которую выделяет специалист, – насилие в семье, как физическое, так и психологическое. Подкуп и унижения не дают ребенку чувствовать себя надежно и безопасно – так же, как и ремень в руке.

"Я помню, ко мне пришел отец ребенка, он привел мальчика лет десяти-одиннадцати. Его сын стал бегать из дома, но недалеко – спал в лифте в соседнем подъезде. Отец не мог понять, что происходит. При этом отец – ученый, преподавал математику где-то за рубежом. И очень огорчился, что мальчик плохо учится, и именно по математике. Он с ним занимается, но результата нет. Отец говорит: "Вы не думайте, я его не бью, но ремень держу в другой руке, чтобы он лучше сосредотачивался."

"Ремень в руке" – это насилие! Ровно поэтому ребенок и убежал из дома. Отец, слава богу, это понял", – рассказывает Вроно.

Уважение к правам человека, к правам ребенка – то, чего так не хватает во многих российских семьях, считает психотерапевт: "Нет родителей, которые желают зла своим детям, если только они не садисты и не сумасшедшие. Но многие считают, что ребенка, как щенка, не вырастишь без битья. Поэтому приходится объяснять такие, на первый взгляд очевидные вещи – что ребенка надо тоже уважать".

Насилие и унижение в семье и обществе может привести подростка к импульсивной попытке самоубийства. Вроно утверждает, что подобным образом он стремится изъять себя из невыносимой ситуации и делает это доступными ему средствами. Врач приводит пример: "Помню, я разговаривала с 15-летней девочкой, которая выпила бутылку ацетона, получила тяжелейшие ожоги пищевода – на всю жизнь инвалид. Я ее спрашиваю: "Почему?" Она: "Не почему, а зачем. Я должна была сделать что-то, чтобы заставить мать замолчать". Короче, пришла снова поздно домой, ногти черные, волосы выкрашены, юбка короткая, и все это не первый раз. Мать кричит: "Проститутка!" Конечно, мама не хотела ей зла, она хотела, чтобы дочь ее услышала. А для подростков характерны импульсные действия. Они стремятся изъять себя из невыносимой ситуации – как умеют".

Можно ли предотвратить самоубийство?

В ВОЗ считают, что суицид можно предотвратить, и существуют эффективные меры вмешательства: раннее выявление и лечение депрессии и нарушений, связанных с употреблением алкоголя, являются ключевым элементом предотвращения самоубийств на индивидуальном

уровне – наряду с поддержкой тех, кто уже совершал попытку самоубийства, и психологической помощью на местном уровне.

В России работает единый номер – **8-800-2000-122**, на который можно бесплатно позвонить из любого населенного пункта со стационарного или мобильного телефона. К службе экстренной психологической помощи подключено 232 организации во всех субъектах федерации, почти в половине из них номер работает круглосуточно. Появилась эта служба в 2010 году по инициативе Фонда поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации. Телефон доверия – это анонимная служба и звонящий не обязан себя раскрывать.

Режим свободного доступа в сети Интернет: <https://ru.krymr.com/a/detskie-suicidy-kak-ih-predotvratit/29483872.html>