

# Дети повышенного риска

Каждому ребёнку нужен взрослый, которому он будет доверять

Проблема суицида среди детей является в нашем обществе табуированной. Большинство семей уверены, что уж в их дом такая беда никогда не придёт. Между тем психологи считают, что детский и подростковый суицид — один из наиболее актуальных социальных вопросов в России. «Говорить об этой проблеме нужно и с детьми, и с родителями, и с педагогами», — уверены специалисты.

## Никто не застрахован

О том, как предотвратить трагедию и вовремя заметить, что с ребёнком что-то не так, «Пятница» поговорила с директором Центра психолого-медико-социального сопровождения Перми Светланой Козыревой.

Мотивы ухода из жизни могут быть самыми разными. «Это может быть любая ситуация, из которой ребёнок не видит выхода. Ему кажется, что всё, что мог сделать, он сделал и сейчас в тупике. А среди главных причин я бы назвала то, что рядом с таким ребёнком не оказалось взрослого, который бы объяснил, показал, поговорил, чтобы ребёнок понял, что с любой проблемой можно справиться. Именно отсутствие внимания со стороны взрослых очень часто толкает ребёнка в безысходность», — поясняет Светлана Козырева.

Каждый случай самоубийства — это история ребёнка, который всё в жизни было бы хорошо, и вдруг он решил покончить с собой. Такие дети просят о помощи разными знаками или действиями. Но взрослые не всегда могут распознать эти знаки.

## Внимание и доверие

По мнению специалистов, первыми тревожными сигналами могут стать даже просто фразы, которые мы, взрослые, можем не воспринимать всерьёз. «Вам без меня будет легче», — такие слова ребёнок может сказать родителям в разгар очередного конфликта. Такие ситуации нельзя оставлять без внимания, даже если вам кажется, что ребёнок просто манипулирует вами.

Ещё один важный момент касается резких перемен в поведении подростка. Например, он вдруг стал плохо учиться, учителя стали жаловаться на его поведение, у ребёнка всегда подавленное настроение. Конечно, это уже повод не просто поговорить с ним, а осознать, что и сами взрослые ведут себя как-то не так по отношению к нему.

**Светлана Козырева, директор Центра психолого-медико-социального сопровождения Перми:**

— Очень часто взрослые по отношению к ребёнку выбирают позицию руководителя его жизнью: «Ты ещё маленький и не знаешь, как нужно жить. Я тебе скажу, как нужно». Такая ситуация приводит к тому, что у подростка возникает реакция протеста. В сознании родителей изначально заложена программа опеки, контроля, ответственности за ребёнка. Конечно, это важно, но при этом очень часто взрослые не рассматривают ребёнка как отдельную личность, у которой тоже есть право принимать решения, считать не так, как считают



любую семью, при этом самостоятельно разобраться в такой ситуации не всегда получается. К сожалению, в нашем обществе до сих пор не развита культура обра-

щать с тем, что было семь лет назад, то сегодня родители стали более активны в плане обращений. Иногда с подобными проблемами к нам приходят школьные психологи и учителя, заметившие изменения в поведении ребёнка. Во всех случаях мы выходим на семью. Родители должны понимать: если возникает потребность в обращении к психологу, это будет совместная работа и с ребёнком, и с родителями», — подчеркнула Светлана Козырева.

В Центре психолого-медико-социального сопровождения Перми всегда готовы оказать помощь детям и родителям. Здесь с подростком и родителями работают опытные психологи, которые осуществляют разные виды психолого-педагогической диагностики, проводят коррекционную и консультативную работу с семьями. Территориальные подразделения центра есть в каждом районе города. Для записи к специалисту нужно позвонить по телефону 2-700-185.

## Можно анонимно

Кроме того, у центра есть специальный телефон доверия «Перемена», который призван обеспечить детям и родителям постоянный доступ к доверительному общению с опытными психологами на условиях анонимности и конфиденциальности.

Чтобы получить помощь специалистов, нужно позвонить по номеру 8-800-3-000-122. Телефон работает ежедневно с 9:00 до 21:00. Звонки со стационарных телефонов и через операторов сотовой связи «Ростелеком», «МТС», «Билайн», «Мегафон» бесплатны.

По словам специалистов центра, юные пермяки могут рассказать о наболевших проблемах, поделиться своими переживаниями с понимающим собеседником, получить ответы на «неудобные» вопросы и психологическую поддержку. С родителями также беседует специалист, даёт краткую профессиональную консультацию по вопросам

воспитания детей, при необходимости направляет в другие организации.

«Цель — не «покачать» родителей, а разобраться, в чём корни семейных конфликтов, помочь взрослым преодолеть трудности, найти взаимопонимание с детьми. Возможно, разговор с консультантом не решает всех проблем, но это начало пути родителей и детей навстречу друг другу», — уверены специалисты центра.

К сожалению, не существует идеальных родителей и детей, как нет и единственно верной методики воспитания. «Нужно просто любить ребёнка, жить рядом с ним, интересоваться его жизнью. Причём интересоваться — это не значит задавать «дежурные» вопросы, например: «Как дела в школе?», «Какие у тебя оценки?» Взаимодействие с ребёнком всегда должно быть искренним. Нужно разговаривать с ним, он должен быть уверен, что его любят любым», — отметила Светлана Козырева.

**Чтобы получить помощь специалистов, подростки и родители могут позвонить по номеру 8-800-3-000-122 ежедневно с 9:00 до 21:00**

взрослые. Родители редко считают с мнением ребёнка. Проще сказать: «Маленький ещё, чтобы что-то решать». В итоге ребёнок уходит со своими нерешёнными проблемами и ещё больше накручивает этот клубок. У всех детей разная психика, и некоторые действительно не выдерживают такого давления.

## Помощь специалистов

Конфликт родителей и детей способен лишить по-

мощи к специалистам в подобных случаях.

«Многие родители воспринимают психологов как психиатров. Или же считают, что в интернете достаточно информации, чтобы самим разобраться, что же не так с ребёнком. Я всегда стараюсь объяснить таким родителям, что психолог — это профессионал своего дела, который действительно сможет адекватно оценить ситуацию в конкретной семье и сможет помочь. Конечно, если срав-

## О МУЖСКОМ ЗДОРОВЬЕ



«САЙМЫ» — естественный метод реабилитации потенциальных возможностей мужского организма.

Оригинальная рецептура препарата оказывает положительное влияние на уровень тестостерона. Капсулы «САЙМЫ» способствуют повышению половой активности и выносливости мужчин, обострению чувственных ощущений. Каждая капсула «САЙМЫ» имеет продолжительный срок действия.

Будь в состоянии «ВСЕГДА ГОТОВ» в любом возрасте!

СПРАШИВАЙТЕ В АПТЕКАХ. Адреса аптек можно узнать по тел. (342) 243-15-94

БЕСПЛАТНАЯ «ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ»: 8-800-555-00-96/69

НЕ ЗАБЫВАЙТЕ О ВАШЕМ ЗДОРОВЬЕ

СРР № RU.77.99.11.003.E.006520.08.14 от 06.08.2014 г. БАД. РЕКЛАМА 18+