

## Притча «Как мы строим нашу жизнь»



Жил-был прораб. Всю жизнь он строил дома, но стал стар и решил уйти на пенсию.

- Я увольняюсь, – сказал он работодателю. – Ухожу на пенсию. Буду со старушкой внуков нянчить.

Хозяину было жалко расставаться с этим человеком, и он попросил его:

- Слушай, а давай так – построй последний дом и проводим тебя на пенсию. С хорошей премией!

Прораб согласился. Согласно новому проекту ему надо было построить дом для маленькой семьи, и началось: согласования, поиски материалов, проверки...

Прораб торопился, потому что уже видел себя на пенсии. Чего-то не доделывал, что-то упрощал, покупал дешевые материалы, так как их можно было быстрее доставить... Он чувствовал, что делает не лучшую свою работу, но оправдывал себя тем, что это конец его карьеры. По завершении стройки, он вызвал хозяина.

Тот осмотрел дом и сказал:

– Знаешь, а ведь это твой дом! Вот возьми ключи и вселяйся. Все документы уже оформлены. Это тебе подарок от фирмы за долголетнюю работу.

Что испытал прораб, было известно только ему одному! Он стоял красный от стыда, а все вокруг хлопали в ладоши, поздравляли его с новосельем и думали, что он краснеет от застенчивости, а он краснел от стыда за собственную небрежность. Он признавал, что все ошибки и недочёты стали теперь его проблемами, а все вокруг думали, что он смущен дорогим подарком. **И теперь он должен был жить в том единственном доме, который построил плохо...**

**Мораль:** Мы все – прорабы. Мы строим наши жизни так же, как прораб перед уходом на пенсию. Мы не прилагаем особых усилий,

считая, что результаты этой конкретной стройки не так уж важны. К чему излишние усилия? Но затем мы осознаем, что живём в доме, который сами построили. Ведь всё, что мы делаем сегодня, имеет значение. Уже сегодня мы строим дом, в который вселимся завтра.

И очень важно, чтобы в доме было тепло, уютно и радостно. Право и ценность жизненного выбора и той дороги, по которой пойдём мы и наши дети, касается каждого. Но невозможно избежать тернистых троп, и путь судьбы не усыпан розами. Особую значимость этого права приобретает ребенок, поскольку ответственность за это право лежит на нас, взрослых и в первую очередь, на – родителях.

Тема, которую я хочу предложить, неизбежно может коснуться любого явно или косвенно, но поскольку мы не очень хорошо информированы и бессильны перед ней, то стараемся избегать разговоров об этом во взрослой среде, а с детьми особенно. Как правило, они сопровождаются чувством тревоги, растерянности, напряжения и нежелания ее обсуждать. Тем не менее, факты говорят о том, что уйти от нее невозможно, как бы старательно она не замалчивалась. Но, как говорится, вооружен, значит предупрежден. Тем более, что сегодня это является проблемой, вызывающей особое волнение. **Это тема суицида и в частности детского.**

Когда мы теряем ребёнка из-за болезни или несчастного случая - это огромное горе, но когда ребёнок сам прерывает свой жизненный путь - **это непоправимая трагедия.**

**Суицид, или самоубийство - крайняя мера, которую человек выбирает в момент кризиса, когда количество переживаемой им боли становится больше, которое возможно выдержать.**

**По официальной статистике, каждый год кончают жизнь самоубийством 1 000 000 человек. Среди них:**

- 280 тысяч китайцев,
- 30 тысяч американцев,
- 25 тысяч японцев,
- 20 тысяч французов,
- **50 тысяч русских**

Официальная статистика самоубийств значительно отличается от реальной (приблизительно в 4 раза), поскольку в нее попадают только явные случаи. Никто не фиксирует случаи неудачных попыток самоубийства, число которых по разным оценкам в **10-20 раз больше**, чем законченных самоубийств

## **Статистика по Амурской области**

В период с 2008 по 2013 год пытались уйти из жизни 129 амурских школьников. 50 из них ушли безвозвратно. В текущем году уже 8 детей покончили с собой. По словам Алексея Лубинского, самая «опасная» возрастная категория - подростки в возрасте 14-17 лет. Причем большая часть из них - девушки. Больше всего случаев попытки самоубийств в Свободненском, Зейском и Тындинском районах. «Толкают детей на подобный шаг абсолютно разные причины: это могут быть и проблемы в семье, и взаимоотношения со сверстниками. Зачастую так и не удается выяснить, почему ребенок это сделал.

Обстановку усугубляют и новые факторы современного мира, толкающие подростков к последней черте: СМИ, которые подробно освещают каждую историю самоубийства, вызывая стремление к подражательству у других подростков; Интернет, где можно свободно найти целые сайты и группы с подробными описаниями способов суицида; японская манга с трогательными историями о девочках, которые кончают с собой и становятся «счастливыми». Чтобы найти ещё десятки примеров, ходить далеко не нужно. В одной из социальных групп есть клуб для самоубийц, где даже проводится опрос: «Какой способ самоубийства вы бы выбрали». Уже ответили свыше 1600 подростков. Наиболее популярными оказались таблетки (28,4%), затем прыжок с крыши (18,4%), третье и четвертое место делят способы «застрелиться» и «вскрыть вены» (16 и 15,4%). Мало кто мечтает умереть на петле или под колесами машины, поезда, но тревогу вызывает ещё один факт. Согласно этому же опросу, почти 13% подростков мечтают умереть «по-другому» и остается только гадать, на что способна детская фантазия.

## **Итак, факты, без комментариев.**

30 ноября 2014 года в Екатеринбурге покончила жизнь самоубийством **11 летняя девочка** в собственной комнате. Психологи и родители во всем винят молодежную субкультуру Эмо, которой девочка была увлечена в последнее время.

27 сентября 2013 г. в СМИ появилось сообщение о новом самоубийстве: на этот раз двух девочек из Благовещенска, Амурской области. **Школьницы, двоюродные сестры 14 и 16 лет** выбросились с 12 этажа, предварительно связавшись вместе скотчем. После осмотра балкона, с которого прыгнули девочки, была найдена предсмертная записка, в которой, в частности, говорится: «Самоубийство посвящается одиноким воинам декаданса»

Одна из погибших девочек — отличница, дочь сотрудника одного из департаментов областной администрации. Обе девочки в тот день посетили школьные занятия, где никто не заметил в их поведении ничего странного.

1 февраля 2013 года произошло самоубийство подростка в Якутске. **Ученик седьмого класса** ушел с занятий пораньше, а вечером родители нашли его повесившимся. Причины такого поступка школьника пока неизвестны.

Еще один **семиклассник** ушел из жизни в феврале 2013 года в Амурской области. В школе и дома мальчика считали ранимым, обидчивым и замкнутым ребенком. Так как друзей у него было мало, школьник восполнял недостаток общения, посещая чаты и социальные сети. Причиной самоубийства могло стать как раз ограничение доступа к этим сайтам – его брат поставил на компьютер пароли, когда в дневнике подростка стали появляться двойки.

5 февраля 2013 года в селе Тамбовка Амурской области совершил самоубийство **подросток**. Тело ребенка было обнаружено в гараже, подросток повесился на буксировочном тросе для автомобилей. По предварительным данным, на теле ребенка не обнаружено следов насильственной смерти.

### **Всё чаще встречается суицид как реакция на учебную ситуацию.**

В апреле 2012 года **18-летняя** В. свела счёты с жизнью, не выдержав напряжения и усталости накануне тестирования. На кухне рядом с телом старшеклассницы нашли учебники, которые та изучала перед смертью.

Схожий случай – самоубийство **16-летней** жительницы Владивостока в апреле 2012 года. Девочка покончила с собой, повесившись после занятий на ремне от куртки. Одной из основных причин самоубийства стал проваленный тестовый экзамен.

**12-летний** мальчик Д. в Туле в марте 2012 г. пытался повеситься на ремне, предположительно – из-за полученной в школе «двойки».

14 февраля 2013 стало известно о гибели ученика 11-го класса в Томской области обнаружил **18-летнего сына** повешенным в сарае. В изъятом сотовом телефоне юноши была обнаружена запись о том, что он не воспринимает материал по алгебре, у него ничего не получается, учительница постоянно на него кричит, ему все это надоело, и он не может больше этого терпеть.

### **Так почему же они это делают?**

Вот наиболее типичные **причины /по слайду/**, по которым дети решают свести счёты с жизнью и делают такой страшный выбор. Но причины всегда **мотивированы**. И такими мотивами могут быть **/по слайду/**.

Мотивы и причины самоубийства связываются, прежде всего, с потерей смысла жизни. В любом случае суицидальные попытки можно рассматривать как средство призыва помощи и защиты.

### **Суицид может быть истинным, демонстративным и аффективным**

- **Истинный** (когда человек действительно хочет убить себя). *Чаще использует повешение.*
- **Аффективный** (с преобладанием эмоционального момента). Обусловлено сильным аффектом и сопровождается дезорганизацией и сужением сознания. *Чаще прибегают к попыткам повешения, отравления токсичными препаратами*
- **Демонстративный** (самоубийство как способ привлечь внимание к своей личности, оказание давления на окружающих значимых лиц с целью изменения конфликтной ситуации в благоприятную сторону). *Проявляется в виде порезов вен, отравлении лекарствами, изображения повешения.*

### **На какие особенности поведения подростков следует обратить внимание**

#### **Внешние признаки**

- тоскливое выражение лица (скорбная мимика), гипомимия, амимия;
- тихий монотонный голос, замедленная речь;
- краткость ответов, отсутствие ответов;
- ускоренная экспрессивная речь;
- общая двигательная заторможенность, бездеятельность, адинамия, двигательное возбуждение;
- стремление к контакту с окружающими, поиски сочувствия, апелляция к врачу за помощью;
- эгоцентрическая направленность на свои страдания

#### **Словесные признаки**

Разговоры о своем душевном состоянии

Шутки на тему самоубийства.

Проявление нездоровой заинтересованности к вопросам смерти.

- **Поведенческие признаки.**

Прощание.

Демонстрация радикальных перемен.

Раздача личных вещей, упаковка вещей, составление завещаний.

Фантазии на тему о своей смерти.

Интерес, проявляющийся косвенно или прямо к возможным средствам самоубийства (отравляющие вещества и т. п.).

Приобретение средств для совершения суицида.  
Приведение в порядок дел, внезапное завершение долгосрочных дел.  
Написание прощальных писем.  
Странное для окружающих «прощальное» поведение с людьми.

- **Ситуационные признаки.**

Социальная изоляция.  
Пребывание в нестабильном состоянии.  
Ощущение себя жертвой насилия.  
Проживание тяжелой потери

Как всякая запретная тема, тема суицидов окружена стереотипами и мифическими суждениями. Чтобы правильно реагировать на негативные ситуации, важно знать реальное положение вещей по данной теме. /информация по слайду/

### **Возникает вопрос Что же делать?**

Каким образом мы, родители можем повлиять на сознание ребенка?  
Как сказала героиня одного произведения

Лезвие вызывает боль,  
В реке сыро,  
От кислоты появляются пятна,  
От лекарств - судороги,  
Ружьё незаконно,  
Верёвка рвётся,  
Газ пахнет ужасно,  
Пожалуй, можно ещё пожить.  
                                Самоубийство  
                                Дороти Паркер

Ответ, как ни странно, прост. Нужно любить своего ребенка. Но каждый из нас может сказать «Я его люблю». Чтобы укрепить это утверждение, есть несколько простых и жизненно важных приемов, выполнение которых помогает сохранить положительную атмосферу в отношениях с ребенком.

### **Внимательно относиться к эмоциональному состоянию ребенка.**

Да, резкие перепады настроения периодически бывают характерны для детей, переживающих острые периоды гормональной активности. Но если подавленное настроение, неверие в собственные силы, высокая тревожность длятся долго, а ребенок не получает

своевременной поддержки от значимых людей, то последствия могут быть весьма печальными.

### **Сохранять семейный оптимизм.**

Именно во взрослых, значимых людях в норме ребенок ищет поддержку, именно они являются опорой. Увы, в ситуации, когда опора сама неустойчива, риск печального исхода многократно увеличивается. Существует здесь и большая вероятность возникновения подростковой депрессии, которую не всегда замечают, в силу своей занятости или собственного стресса, родители. По статистике, большая часть суицидов во всем мире совершается именно на фоне депрессии.

### **К подростковому возрасту ребенок должен поверить в реальность и необратимость смерти.**

Если Вы являетесь родителем, вспомните, как часто ребенок имел опыт горевания, переживания утраты. Как бы неожиданно для кого-то это ни выглядело, но именно по причине того, что подросток не имеет четкого представления о том, что смерть реальна, порой совершаются демонстративные попытки суицидов, «игра» в смерть. Многие родители, стремясь уберечь ребенка от сиюминутного горя и слез скрывают правду о гибели любимого домашнего животного, объясняя его исчезновение том, что оно убежало. Как много родителей оказываются неготовыми ответить правду на естественный в определенном возрасте вопрос ребенка «Мама, а я (ты) умру (умрешь)»? Таким образом, парадоксальное неверие подростка в конечность жизни делает попытки суицида так же реальными.

Помните, что счастье зависит не от того, что окружает человека, а от того, что его наполняет. Наполняйте свою жизнь и жизнь близких радостью, положительными эмоциями и маленькими, но такими важными радостями.

Не бойтесь «неудобных вопросов» и «запретных тем». Старайтесь вместе найти ответы и решения. И пусть ваш дом наполняет радость общения, тепло взаимопонимания и любви.

