

ЗНАЧЕННЯ ВПЛИВУ МЕРЕЖ ІНТЕРНЕТУ НА СУЇЦИДАЛЬНУ ПОВЕДІНКУ ПІДЛІТКІВ

Прудка Л.М.

доцент кафедри психології та педагогіки ОДУВС, к.ю.н.

Інтернет-мережі стрімко увійшли в сучасну дійсність і стали її невід'ємним атрибутом. Сучасні діти, здається, вже народжуються з умінням користуватися комп'ютером (ноутбуком, різними ігровими приставками тощо). Віртуальний світ сьогодні опинився, по суті, головним джерелом інформації, нажаль, не тільки корисної але й шкідливої. Смертність від суїциду за участю певних соціальних мереж є актуальною проблемою в сучасному світі. На жаль, найбільше до цього недугу схильні саме підлітки.

Ситуація з підлітковими самогубствами в нашій країні вкрай несприятлива. Одним із істотних факторів, що сприяють суїциду підлітків є нестійкість особистості і слабкий контроль емоційних станів. Схильність до самогубства у підлітків супроводжується їх високою імпульсивністю, агресивністю або недостатнім рівнем встановлення і збереження в собі постійного і незмінного ядра особистості, що необхідно для почуття власної гідності, впевненості у собі, свідомості існування і цілеспрямованості [1].

Нерідко підлітки, схильні до самогубства, характеризуються значною навіюваністю або наслідуванням. Ці фактори виявлені під час аналізу випадків «епідемій самогубств» - коли кілька підлітків скоюють самогубства разом або один за одним. Існує і практика створення товариств самогубців, часто вони створюються в соціальних мережах і знаходяться у відкритому доступі.

93% підлітків, які намагалися накласти на себе руки, були знайомі з кимось, хто вже робив спробу самогубства [2].

Вплив мереж інтернету на суїцидальну поведінку неоднозначний. У мережі інтернет існують як сайти з матеріалами, які сприяють здійсненню планів осіб, які розмірковують про самогубство, так і сайти, орієнтовані на превенцію суїцидів. На жаль, через певні інтернет-мережі підлітки можуть отримати практично необмежену інформацію про способи і види самогубств, а також мають можливість знайти однодумців в соціальних мережах. В інтернеті з'являються все більше тематичних мережеских ресурсів, що пропагують самогубство. Такі "групи смерті", як "Синій кит", "Тихий будинок", "Море китів", "50 днів до мого ..." та інші з кожним днем в Україні набирають все більшої популярності.

Однією з поширених причин суїцидальних думок і самогубств, особливо в підлітковому віці, стає нещасна любов, сімейні та шкільні проблеми. Найчастіше підліток опиняється в таких соціальних мережах і зважається на самогубство через нестачу любові близьких, почуття безпорадності, відчуття того, що він нікому непотрібний, невміння протистояти життєвим труднощам, боязнь покарання, бажання помститися кривдникам та ін.

Суїцидальна готовність виникає на тлі досить тривалих ударів, психотравмуючих переживань. У підлітків знижується толерантність емоційної сфери, наростає агресивність, виявляється невміння протистояти життєвим труднощам. Самогубство підлітків є так званним актом відчаю, який настає після того, як «крик про допомогу» до близьких людей не був почутий вчасно.

Фахівці вважають, що суїцидом підліток намагається змінити обставини: позбавити себе від нестерпних для нього емоційних переживань, піти від травмуючих умов, викликати жалість і співчуття, домогтися допомоги та співчуття, привернути увагу до своїх проблем.

Дуже важливо вміти розпізнати у підлітків так звані парасуїцидальні дії: фіксація на темах смерті, страхи і цікавість до смерті, суїцидальні думки, шантажно-демонстративні суїцидальні вчинки. Дії підлітків направляються не на самознищення, але на відновлення порушених соціальних відносин. У суїцидальних підлітків є обтяжене соціальне оточення: неблагополучна сім'я, самотність і відчуженість, відсутність опори на дорослого. Разом з тим, при «хронічному» парасуїцидальному стані мотивами суїциду можуть стати такі незначні приводи, як: двійка з предмета, образа на дорослого, переживання несправедливого поводження та ін.

Суїцидальну поведінку можна розпізнати вчасно, якщо бути більш уважними до підлітків, не відмовляти їм у допомозі, а також прислухатися до їхньої думки. Основою здорового психічного стану підлітків є увага і довірливе ставлення в сім'ї. Спілкування і інтерес до життя дитини повинні нести систематичний

характер. Обговорення з дітьми їх щоденних подій, вміння бути уважним слухачем, ставлення з повагою і вміння рахуватися з думкою дитини - є одним із постулатів гармонійних стосунків між батьками та дітьми.

Наразі, профілактика суїцидальної поведінки підлітків повинна стати однією з найважливіших завдань суспільства. В першу чергу заходи із запобігання самогубств повинні здійснюватися в освітніх закладах. Рекомендується реалізовувати освітні програми для учнів, педагогів та батьків, спрямовані на знання ознак кризового стану та можливого запобігання суїциду серед дітей та підлітків. В якості профілактики суїцидів серед дітей, підлітків важливе місце повинні займати класні години і тренінги, метою яких повинні стати: розвиток позитивної самосвідомості, формування ставлення до життя як найвищої цінності, розвиток навичок з вирішення проблем, розвиток впевненості в собі, вироблення мотивація на досягнення успіху, навчання ефективній взаємодії з оточуючими та ін.

Література:

1. Ожгибесова В. М. Проблема суицидального поведения подростков: формы, факторы и профилактика [Електронний ресурс] / В. М. Ожгибесова // Научное сообщество студентов XXI столетия. Общественные науки. Материалы XVI междунар. науч.-практ. конф. – Режим доступа до ресурсу: [http://sibac.info/archive/social/1\(16\)](http://sibac.info/archive/social/1(16)).

2. Самоубийство [Електронний ресурс] – Режим доступа до ресурсу: <http://psyclinic-center.ru/biblioteka-kliniki/kniga-psikhiatria-det-i-podr/samoubiystvo>.