

## **Беседа классного руководителя с родителями «Роль семьи в профилактике суицидального поведения детей и подростков»**

### **1. Вступление.**

Уважаемые родители!

Мы продолжаем с вами разговор, начатый на общешкольном собрании, но уже в более привычной для нас обстановке. И предметом разговора будет наше размышление о внутрисемейной атмосфере.

Одна из причин детских суицидов кроется в семье и специфическом представлении некоторых родителей о «правильном» воспитательном процессе.

Попытка самоубийства – это крик о помощи, желание привлечь внимание к своей беде или вызвать сочувствие окружающих. Поднимая на себя руку, ребенок прибегает к последнему аргументу в споре с родителями.

Что же происходит с нами, родителями, какие отношения могут быть в наших семьях, если наш собственный ребенок не может до нас достучаться? Почему ребенку приходится сводить счёты с жизнью, чтобы услышали его крик о помощи?

Сознание собственной непогрешимости и правоты делает взрослых поразительно нетерпимыми, неспособными без оценок, без суждения и поучения просто любить и поддерживать ребенка. Опыт показывает, что суицид чаще случается в тех семьях, где господствует авторитарный стиль воспитания, где все нормы и правила обязательны к выполнению, и ориентация воспитания – в основном на внешнее благополучие. В таких семьях можно часто услышать: «Я не желаю ничего слышать. Это должно быть сделано. Не позорь меня перед соседями». Воспитание больше похоже на указания начальника, которому нужен факт и не интересен внутренний мир сотрудника, служащего. Для многих детей родители – это люди, которые никогда не совершали проступков – они всегда правы. Потому что взрослые часто забывают о том, что они тоже люди, что они тоже были детьми, подростками, что у них тоже были такие проблемы. Словно это было так давно, что уже и не важно. А вместо понимания и сочувствия зачастую можно услышать: «Мне бы твои проблемы», «Прокормить всех вас денег не хватает» и т.п. Упрекая ребенка, произносятся порой слова настолько злобные и оскорбительные, что ими поистине можно убить. Часто слова сказаны в порыве гнева, несдержанности, но родители при этом не думают, что безобразным своим криком буквально толкают своего ребенка на опасный для жизни поступок.

Нам, родителям, стоит понимать: если скандал уже разгорелся, нужно остановиться, заставить себя замолчать (это, кстати, проще, чем заставить замолчать другого), сознавая свою правоту. Ведь наша задача по сути в споре с подростком не доказать свою правоту или авторитет, а оградить его от беды. А подросток очень часто видит перед собой задачу любым способом доказать право на свое мнение и добиться уважения собственных родителей, которые никак не могут смириться с тем, что ребенок взрослеет. В состоянии аффекта подросток крайне импульсивен и агрессивен. Любой

попавший под руку острый предмет, лекарство в вашей аптечке, подоконник в вашей квартире – все станет реально опасным, угрожающим его жизни.

Если внимательно понаблюдать за семьями, где дети предпринимали попытки самоубийства, то окажется, что их благополучие лишь кажущиеся. На самом деле эти семьи можно отнести в разряд неблагополучных, но не с материальной точки зрения, а с психологической.

А ребенок должен знать, что все проблемы можно решить. И именно родители воспитывают эту уверенность в своих силах. Необходимо не потерять тонкую грань между самостоятельностью и отчуждением. Родителям очень важно вовремя найти слова, с которыми можно обратиться к своим детям.

## **2. Знакомство с письмом отца 14-летней дочери (авторский вариант).**

Возможно зачитать письмо целиком или в сокращении; обозначить выделенные тезисы и прокомментировать их своими примерами; выделенные тезисы написать на доске, придумать другие способы работы с данным текстом.

### **Письмо папы своей 14-летней дочери (Автор: Олег Булгак)**

По фейсбуку несколько дней гуляло обращение женщины к собственной дочери. Из 15 пунктов. Многие читали, многие шерили и лайкали. Но я подумал, что мне тоже есть что сказать дочери. Я положил перед собой вышеупомянутый текст и пункт за пунктом как бы на него ответил. Я не психолог. Я не педагог. Я далеко не лучший в мире отец, но очень люблю своих детей. Следующий текст — не договор о намерениях или добропорядочных отношениях и не меморандум. И какие-то пункты в нем вполне могут кому-то не понравиться. Но я рискну.

#### **Мое обращение к 14-летней дочери**

##### **1. Я никогда не выгоню тебя из дома — ни через три года, ни через тридцать лет.**

В 18 лет у тебя будет масса вариантов: ты можешь поступить в вуз и я буду болеть за тебя и помогать тебе все время, пока ты учишься. Разумеется, мне хочется, чтобы ты принимала участие в жизни семьи, но я тоже был студентом и отлично помню, что все свои пять лет в институте я занимался художественной самодеятельностью. И, конечно, я ничего не зарабатывал, кроме стипендии. Но выжили же мы как-то. И с тобой, девочка моя, выживем. А еще ты можешь не поступать в вуз и пойти работать. Запомни, доченька, если ты будешь заниматься ЛЮБИМЫМ делом — я не знаю, что это будет: живопись, танцы, пение, секретарство, выращивание кактусов, подстригание чужих волос и ногтей, архивирование книг в библиотеке, оцифровка фотографий — что угодно! — то ты будешь думать о деньгах в последнюю очередь. Но скоро вдруг заметишь, что за работу, которую ты делаешь с любовью и радостью, тебе платят уже больше. А потом еще больше. Готов ли я полностью содержать бездельницу 18-ти лет? Ну разумеется, нет! Я и сам вполне нормальный эгоист. Если живешь с нами, но не зарабатываешь — вноси свой посильный вклад, чтобы остальным было легче: уборка, стирка, готовка. Но ты же сама не будешь рада такой роли, правда? Значит, очень скоро подберешь себе работу по душе. И да — ваша с сестрой комната всегда будет только вашей комнатой.

**2. Ты очень хорошая. Ты красивая. Ты умная. Ты замечательная. Ты клевая. Ты прикольная.**

Я знаю тебя пока только 14 лет, а ты — уже огромный мир, который вырос как бы сам по себе, но и при моем участии, да! И ты можешь быть еще лучше, гораздо лучше — главное, не останавливайся и не меняй направление. Если уж решила быть хорошим человеком — вперед! Мир тебя примет с распростертыми объятиями. А если нет — твой позитив все равно его победит. Не бойся быть доброй и открытой — мы такие легче и быстрее приходим в себя после того, как наплюют в душу.

**3. Я всю жизнь старался быть тебе примером.**

Глупо, наверное, я ведь мальчик, хоть и папа, а ты девочка. Но ты всегда видела, что я не вру, не ворую, не пытаюсь перехитрить или выгадать, честно делаю свое дело, люблю его, а главное — ты всегда знала, что я тебя люблю. Мы разные, ты абсолютно самостоятельная личность (я это видел уже когда тебе исполнилось несколько месяцев), и я всегда буду уважать твой выбор и твои ценности, а в ответ хочу, чтобы ты уважала мои. И если я слушаю Битлов, то ты не кривишь носик, а я не прошу сделать потише Imagine Dragons, если это не мешает соседям (впрочем, эту группу я тоже любил — кстати, благодаря тебе! Или твоей сестре?).

**4. Я очень хочу научиться ничего от тебя не ждать.**

Этим искусством в совершенстве овладел мой папа — твой дедушка. Он звонит мне по скайпу, видит мою заспанную морду и радуется как ребенок, что застал меня на связи. И если я могу говорить с ним не больше минуты — он просто счастлив. А если нахожу для него полчаса — радость будет и вовсе безмерной. Он вмешивался в мою жизнь, да. Они вместе с мамой объясняли мне достоинства высшего образования. Они очень хотели, чтобы я получил диплом — неважно, какой. «Это мой долг — дать тебе высшее образование, — говорила мама. — А дальше делай что хочешь!». Эта позиция передалась и мне. Заработай диплом, а дальше — занимайся чем хочешь. Но я всегда отвечу, если ты попросишь моего совета.

**5. Ты не должна мне ничего.**

Я делал все, что было в моих силах, и даже больше: работал на трех работах; вскакивал по ночам и несся с тобой в больницу; вместо того чтобы отсыпаться после ночной смены, гулял с тобой, умирая от усталости; пел тебе песни; слушал твои школьные истории про дружбу и недружбу. Я делал и продолжаю делать это не потому, что это — мой родительский долг, а просто потому, что люблю тебя. Бог его знает, какой будет моя старость, да и будет ли она — всякое случается, но жизнь происходит здесь и сейчас. Надо ловить каждый счастливый момент. Когда ты уйдешь в свою взрослую жизнь, именно воспоминания об этих моментах будут наполнять меня радостью. И, между прочим, тебя тоже. Самое главное, что ты сохранишь эту атмосферу и в своей семье — я уверен.

**6. У тебя есть дом.**

Двери всегда открыты. Что бы ни случилось в твоей жизни, я буду рядом, если тебе это нужно. Я поддержу и пожалею, я посочувствую и попробую помочь, даже если ты не попросишь. И я буду вмешиваться, да!

Потому что никто не смеет обижать мою девочку. Я не позволю никому поднять руку на тебя, оскорбить или унижить. Ты заслуживаешь только любви (Господи, и это пишет человек, который только что наорал на тебя, заставляя выйти из ВКонтакте и начать, наконец, делать домашнее задание!)

#### **7. У меня своя жизнь.**

Но я сорвусь по свистку, брошу свои дела ради тебя, пожертвую своим комфортом ради твоего. Я не могу иначе — потому что люблю тебя. Чем я еще могу поделиться с тобой, кроме любви? Сказками? Ты их слушала все первые годы своего существования, да и потом тоже. Песнями? Ты их помнишь наизусть. Историями из моей жизни и твоего детства? Ну, может быть. Но в любом случае знай: я тебя люблю. Звони и приходи в любое время. Вместе мы справимся с любой бедой.

#### **8. У тебя своя жизнь.**

Но я все равно в нее вмешиваюсь — ты помнишь? Прежде чем выйти замуж, ты ведь придешь к нам со своим будущим мужем? В нашем доме все открыто и честно. Мы легко и с радостью каждый день говорим друг другу «я тебя люблю, ты хороший, ты хорошая», и очень хочется, чтобы тот, кого ты выберешь, был таким же. Потому что с закрытым и зажатым человеком тебе будет тяжело. Конечно, ты можешь поступать так, как велят тебе душа и сердце. Но я уверен: наши семейные отношения пустили корни так глубоко, что нам, конечно же, понравится твой выбор. Если же нет, что ж... Придется работать над собой. Не мы первые, не мы последние — справимся.

#### **9. В жизни каждого человека порой появляется кто-то, кто начинает ему вредить.**

Не вступай в битву, не пытайся переиграть, перехитрить. Рано или поздно ты окажешься на его поле, и он (или она) тебя обязательно переиграет: отнимет бизнес, присвоит идею, уведет мужа или подругу, нагадит на работе, настроит против тебя коллектив. Помни, девочка: это не потому, что ты плохая. Это потому, что иначе такие люди не могут, им обязательно нужна жертва. «Сожрет» тебя, примется за следующего. Единственный способ — максимально дистанцироваться. А вообще, приходи домой, обсудим. Справимся.

#### **10. В мире все очень справедливо устроено.**

Любой твой хороший поступок отзовется десятком ответных хороших. Любой плохой... Да, именно так. Плохие поступки плохих людей тоже к ним возвращаются. Знаю, иногда это слабое утешение. Но мир пребывает в равновесии, и даже сильный дисбаланс очень быстро приходит в норму. Поэтому: не делай зла другому — и тебе не сделают. Твори добро — вернется. И старайся не отвечать на чужие плохие поступки плохими же. Этим людям воздастся по Высшему суду. Потому что Там, Наверху, очень внимательно следят за Равновесием.

#### **11. Никто из нас не знает наверняка, на что способен.**

Иногда кажется, что сил уже ни на что нет, а потом вдруг — раз! — и появляются свежие. Порой думаешь, что самые неразрешимые проблемы в этой жизни достались именно тебе. Не-а. Они и мне доставались. И маме. Да всем! А потом помучаешься, пострадаешь, поплачешь — глядишь, и

решение появилось. Ты справишься с любой проблемой, моя девочка! Ну и мы тут всегда маячим где-то за спиной — на всякий случай. Уж со мной-то можно посекретничать, я никому ни слова! Все будет хорошо.

**12. Не перекладывай ответственность. С момента совершеннолетия за свои поступки отвечаешь только ты.**

Но от помощи тебе (повторяю снова) я никогда не откажусь — в меру своих сил, конечно, потому что не молодею, увы. Мы, разумеется, должны помогать — точно так же, как нам помогали наши родители. А им — их родители. А тем — их. И так далее. У нас так принято в семье, милая, не бойся. Справимся. Кстати, потом ты точно так же будешь помогать своим детям. А они — твоим внукам.

**13. Просчитывай. У каждого действия есть последствия.**

Может быть, ты не предвидишь все. Но попробуй просчитать максимум. Чем лучше ты себе представляешь варианты — тем разумнее твое поведение (это, кстати, единственный пункт, который я переписал слово в слово из текста той самой женщины, которой как бы заочно отвечаю).

**14. Что бы ни случилось в твоей жизни, запомни то, что я тебе написал выше!**

Эти 13 пунктов, на мой взгляд, дадут тебе чувство надежной опоры, любящей семьи и сделают твою жизнь спокойной и уверенной. Иди и живи, моя девочка! Я мечтаю о том, чтобы твоя жизнь была лучше и радостнее, и буду счастлив, если у тебя получится!

**15. И еще. Захочешь поплакать — приходи домой, тут полно жилеток!**

**И всегда держи телефон заряженным — потому что в любой момент я могу позвонить, чтобы напомнить, как сильно тебя люблю!**

Папа

**3. Вопросы, обсуждение, предложения, заключение (на усмотрение классного руководителя).**