

Методические рекомендации для проведения родительского собрания на тему:  
**«Причины подросткового суицида. Роль взрослых в оказании помощи подростку в кризисных ситуациях»**

*Педагог - психолог*

*Троян А.В.*

**Цель родительского собрания:** Оказание профилактической помощи родителям по проблемам подросткового суицида.

**Задачи:**  Расширить знания родителей о причинах, признаках и характере подросткового суицида.  Предоставить возможность задуматься и оценить взаимоотношения со своим ребенком.  Воспитывать уважение к личности ребенка и понимание его проблемам.

Здравствуйте, Уважаемые родители! Я хочу обсудить очень сложный и очень серьезный вопрос: Подростковое самоубийство. Вопрос, о котором многие боятся даже задумываться и отгоняют мысли об этом, настолько страшным и невообразимым это кажется для многих. И такое отношение к нему вполне нормально, потому что смерть сама по себе – это страшно и невообразимо. Человек не хочет умирать, в его сути биологической заложено изначально -выжить и избежать ситуаций, ведущих к смерти. А вот если человек смирился с мыслью о смерти, вынашивает ее и готов к этому, а тем более ребенок -вот это уже настораживает. 25 По данным всемирной организации здоровья, в 1983 г. В мире покончили жизнь самоубийством более 500 тысяч человек, а 15 лет спустя (1998 г.) – уже 820 тысяч человек, (для сравнения – это Гродно, Брест и Лида вместе взятые) из них 20% приходится на подростковый возраст и юношеский возраст. За последние 15 лет число самоубийств среди подростков от 15 до 24 лет увеличилось в 2 раза и в ряду причин смертности во многих экономически развитых странах, причина самоубийств стоит на 2-3 местах. На сегодняшний день этот вопрос очень остро стал в нашем районе, и эти часто обсуждаемые взрослыми, в последнее время,случаи известны не только взрослым, но и детям. В этом заключается некая опасность и необходимость поднять этот вопрос на рассмотрение, т.к. для многих подростков характерна некая внушаемость и стремление к подражанию. Вы сами, я думаю, замечали, как по городу идет компания подростков, и 4 из 6 идут в одинаковых куртках или джинсах. И в части такие высказывания: Я хочу именно такую вещь, как у Васечкина, Курочкина и т.д.и это подражание, стремление быть похожим на кого-то просматривается не только в манере одеваться, но и в поведении, в решении каких-то ситуаций. Видя то, как окружающие озабочены ситуацией, сколько эмоций, обвинений, обсуждений, т.е. внимания вокруг этого факта, склонный к суициду подросток может

рассматривать этот вариант, как решение. Почему же подростки пытаются покончить собой? Какие причины, факторы могут способствовать принятию такого решения? Какие дети могут совершить такой поступок? Особенности же характера, психологического строя, свойственные периоду отрочества, по одному факту своего существования предрасполагают к самоубийству. □ Исследование, проведенное среди подростков 15-16 лет, показало, что подростки, ведущие сексуальную жизнь и употребляющие алкоголь, подвергаются большему риску самоубийства, чем те, кто от этого воздерживается. Потому как под их влиянием повышается вероятность внезапных импульсов, неконтролируемых поступков. Бывает и так, что смерть от передозировки является преднамеренной. □ Дети из неблагополучных семей, в силу недостаточного внимания к себе ищут самостоятельно выход из положения... □ Дефицит общения со сверстниками чаще других отмечается в качестве причин попыток самоубийства подростков. □ Безразличие со стороны родителей и друзей, неурядицы в семье и трудности в учебном заведении, психологическая неподготовленность к раннему половому созреванию – все это может привести подростка к мысли о самоубийстве, как средстве избавления от угнетающих его проблем. □ Причиной покушения на самоубийство может быть депрессия, вызванная потерей объекта любви, любимого человека, сопровождается печалью, подавленностью, потерей интереса к жизни. □ Подростки, могут быть очень восприимчив и нестабильны, тяжелее переживать неудачи в личных отношениях, чем другие. □ Потенциальные самоубийцы часто имеют покончивших собой родственников или предков, т.е. у них перед глазами стоит пример такого решения вопроса. □ Конечно, суицид может быть результатом душевной болезни. Некоторые подростки страдают галлюцинациями. Когда чей-то голос приказывает им покончить собой. Причиной самоубийства может быть чувство вины, страха, враждебности. Иногда депрессия может и не проявиться столь явно: подросток старается скрыть ее за повышенной активностью, чрезмерным вниманием к мелочам или вызывающим поведением – правонарушениями, употреблением наркотиков, беспорядочными сексуальными связями. Уже само это поведение – призыв – обратит внимание! Со мной что-то происходит. Но всех эти причины объединяет одна самая глубокая: 26 Предполагается, что одна из главных причин этого служит их неумение почувствовать себя равноправными членами подростковой общности, Первая причина и самая основная – непонимание. Парадокс суицида. Очень часто мы слышим фразу при обсуждении самоубийства, реакцию: «Я не понимаю, как можно было решиться на такой поступок?!?!». Так вот, что парадоксально – основная причина большинства суицидов – это глубокое чувство непонимания и одиночества человека. Он сделал и решился на это по сути, потому что его не понимали. Не было ни одного человека способного понять его переживания ни среди подростков, ни среди взрослых. отчего они воспринимают себя как отверженных и никому не нужных «чужаков».

Не понимали глубину его переживаний и депрессивного состояния и помогли найти другой выход. 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 родителями, какие отношения могут быть в семье, если их собственный ребенок не может их дозваться? Отчего они так глухи, что сыну пришлось лезть в петлю, чтобы они услышали его крик о помощи? Сознание собственной непогрешимости и правоты делает родителей 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. «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 их родители никогда не показывали, 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 можно услышать: «Мне бы твои проблемы, вот где денег достать – это пройдет!». Не уделяя больше 5-ти минут на более глубокое понимание. Упрекая его, родители, произносят 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 его на опасный для жизни поступок

**РОДИТЕЛЯМ СЛЕДУЕТ ПОНИМАТЬ:** если скандал уже разгорелся, нужно остановиться, заставить себя замолчать (это, кстати, проще, чем заставить замолчать другого), сознавая свою правоту. Ведь ваша задача по сути в споре с подростком – не доказать свою правоту или авторитет, а оградить ребенка 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. Закономерен вопрос: Если не в порыве импульсивности. Случаются варианты, когда подросток приходит к этому путем долгих обдумываний. Почему они все-таки выбирают этот вариант как решение? Специалисты утверждают, (и что самое интересное в этом их поддерживают сами пострадавшие, т.е. дети имевшие в своей биографии попытку суицида), что в большинстве случаев подростки не хотят

умирать, они хотят жить, но надеются изменить свою жизнь, чтобы она не была такой «невыносимой». Подросток нередко представляет себе смерть как некое временное состояние: как будто он очнется, и снова будет жить. Совершенно искренне желая умереть в невыносимой для него ситуации, он в действительности хочет лишь наладить отношения с окружающими. Здесь нет попытки шантажа, но есть наивная вера: пусть хотя бы его смерть образумит родителей, тогда окончатся все беды, и они снова заживут в мире и согласии. Подростки, совершая суицидальную попытку, зачастую предполагают жить, надеясь с помощью суицида изменить конфликтную ситуацию. Они не вполне отдают себе отчет в необратимости, окончательной смерти, они убеждены, что можно казаться умершим для окружающих, но при этом наблюдать свои похороны и раскаяния обидчиков. Как распознать подростка, обдумывающего самоубийство? Если человек серьезно задумал совершить самоубийство, то обычно об этом нетрудно догадаться по ряду характерных признаков, которые можно разделить на 3 группы: словесные, поведенческие и ситуационные.

**СЛОВЕСНЫЕ** признаки: Человек, готовящийся совершить самоубийство, часто говорит о своем душевном состоянии. Он или она могут: Прямо или косвенно намекать о своем намерении: «Лучше бы мне умереть». «Я больше не буду ни для кого проблемой». «Тебе больше не придется обо мне волноваться». «Скоро все проблемы будут решены». «Вы еще пожалеете, когда я умру!» ... Косвенно намекать о своем намерении: «Я больше не буду ни для кого проблемой»; «Тебе больше не придется обо мне волноваться». Много шутить на тему самоубийства. Проявлять нездоровую заинтересованность вопросами смерти.

**ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ** признаки: Раздавать другим вещи, имеющие большую личную значимость, окончательно приводить в порядок дела, мириться с давними врагами. Демонстрировать радикальные перемены в поведении, такие, как:  в еде – есть слишком мало или слишком много;  во сне – спать слишком мало или слишком много;  во внешнем виде – стать, например, неряшливым;  в учебных привычках – пропускать занятия, не выполнять домашнее задание, избегать общения с одноклассниками; проявлять раздражительность, угрюмость; находиться в подавленном настроении;  замкнуться от семьи и друзей;  быть чрезмерно деятельным или, наоборот, безразличным к окружающему миру; ощущать попеременно то внезапную эйфорию, то приступы отчаяния.

**СИТУАЦИОННЫЕ** признаки: Человек может решиться на самоубийство если: Социально изолирован (не имеет друзей или имеет только одного друга), чувствуют себя отверженным. Живет в нестабильном окружении (серьезный кризис в семье – в отношениях с родителями или родителей друг с другом); алкоголизм – личная или семейная проблема); Ощущает себя жертвой насилия – физического, сексуального или эмоционального.

Предпринимал раньше попытки суицида. Имеет склонность к самоубийству впоследствии того, что оно совершалось кем-то из друзей, знакомых или членов семьи. Перенес тяжелую потерю (смерть кого-то из близких, развод родителей). Слишком критически настроен по отношению к себе. Что делать? Если замечена склонность обучающегося к самоубийству, следующие советы помогут изменить ситуацию: Внимательно выслушайте решившегося на самоубийство подростка. В состоянии душевного кризиса любому из нас, прежде всего, необходим кто-нибудь, кто готов нас выслушать. А не осуждение и порицание. Приложите все усилия, чтобы понять проблему, скрытую за словами. Оцените серьезность намерений и чувств ребенка. Если он или она уже имеют конкретный план самоубийства, ситуация более острая, чем если эти планы расплывчаты и неопределенны. Оцените глубину эмоционального кризиса. Подросток может испытывать серьезные трудности, но при этом не помышлять о самоубийстве. Часто человек, не давно находившийся в состоянии депрессии, вдруг начинает бурную, неустанную деятельность. Такое поведение также может служить основанием для тревоги. Внимательно отнеситесь ко всем, даже самым незначительным жалобам и обидам такого ребенка. Не пренебрегайте ничем из сказанного. Он и ли она могут не давать волю чувствам, скрывая свои проблемы, но в тоже время находиться в состоянии глубокой депрессии. Не бойтесь прямо спросить, не думают ли он или она о самоубийстве. Опыт показывает, что такой вопрос редко приносит вред. Часто подросток бывает рад возможности открыто высказывать свои проблемы. Следующие вопросы и замечания помогут завести разговор о самоубийстве и определить степень риска в данной ситуации: - Похоже, что у тебя что-то стряслось. Что тебя мучает? - Ты думал, когда-нибудь о самоубийстве? - Каким образом ты собираешься это сделать? (Этот вопрос поможет определить степень риска: чем более подробно разработан план, тем выше вероятность его осуществления). Утверждение о том, что кризис уже миновал, не должны ввести вас в заблуждение. Часто ребенок может почувствовать облегчение после разговора о самоубийстве. Но вскоре опять вернется к тем же мыслям. Поэтому так важно не оставлять его в одиночестве после успешного разговора. Поддерживайте его и будьте настойчивы. Человеку в состоянии душевного кризиса нужны четкие утвердительные указания. Осознания вашей компетентности, заинтересованности в его судьбе и готовности помочь дадут ему эмоциональную опору. Убедите его в том, что он сделал верный шаг, приняв вашу помощь. Оцените его внутренние резервы. Если человек сохранил способность анализировать и воспринимать советы окружающих, ему будет легче вернуть душевные силы и стабильность. Следует принять во внимание и другие возможные источники помощи: друзей, семью, врачей, священников, психологов, к которым можно обратиться. В противном случае обратитесь к ним сами, чтобы вместе разобрать стратегию помощи. Примечательно, что курс лечения подростка, попавшего после попытки суицида к

специалисту, в основе своей, предполагает теплые отношения между врачом и пациентом, которых так не хватает подростку в повседневной жизни. Врач должен дать понять подростку, что он всерьез воспринимает его попытку к самоубийству, что проблемы пациента действительно нелегкие, но они разрешимы, но не столь кардинальным способом. Так неужели чужой человек поймет и поддержит моего собственного ребенка лучше, чем я сам. Один психолог, занимавшийся философскими вопросами смысла жизни, пришел к выводу, что смысла жизни нет, пока ты сам себе его не придумашь! Вывод. Суть любой поддержки человека, находящегося в этой ситуации депрессии, когда этот фундамент смысла жизни из-под ног ушел, дать ему другой, вернуть почву, вернуть ощущение «нужности» и необходимости, того, что он в этом мире кому-то нужен: дайте ему этот смысл. Покажите, что вы его любите. Кто в мире будет принимать и любить меня и принимать просто за то, что я есть, вне зависимости от поступков, которые я совершаю, от слов, которые употребляю, от того как веду себя, если не мои собственные мама и папа, кому еще я нужен в этом мире так сильно. Кто, если не вы?

#### **Рекомендации по профилактики суицидов для родителей и педагогов**

Специфика подросткового суицида

Суицидальные мысли имеют чрезвычайно широкую распространенность среди подростков и не могут быть однозначно расценены как отклонение. Связано это со спецификой подросткового и юношеского возраста, основными новообразованиями которого является становление самосознания, рефлексии, выработка мировоззрения, жизненных планов. Характерными реакциями подросткового возраста являются реакции эмансипации, реакция группирования со сверстниками. Что необходимо знать о подростковом суициде и способах преодоления суицидального поведения.

Некоторые представления о суициде:

Суицид можно предотвратить. Большинство жертв суицида не хотят умирать.  Суицид занимает 8 место в списке причин смерти. Больше людей убивают себя, чем других. Суицид возглавляет список причин насильственных смертей.  Разговоры о суициде не повод, чтобы наложить на себя руки.

Суицидальное поведение не наследуется, но его риск выше для тех людей, кто потерял из-за самоубийства близкого родственника.

Уровень самоубийств выше в старшей возрастной группе, чем в любой другой.  Суицид занимает второе место в списке причин смерти среди молодежи. Первое - это несчастные случаи, хотя некоторые из них могут рассматриваться как суицид, например, разбившийся на смерть водитель-одиночка.  За последние тридцать лет утроилось количество зарегистрированных случаев суицида среди молодежи.

Мужчины в три раза чаще по сравнению с женщинами совершают самоубийства, однако, женщины в четыре раза чаще по сравнению с мужчинами предпринимают попытки суицида.  Более 80% людей сообщают о своем намерении совершить самоубийство, прежде чем это сделать. Они дают нам знать о своих несчастьях и/или страданиях.

Характерные черты суицидальных личностей:

Настойчивые или повторные мысли о самоубийстве.

Депрессивное настроение, часто с потерей аппетита, жизненной активности, проблемы со сном.  Может присутствовать сильная зависимость от наркотиков или алкоголя.

Чувство изоляции, отверженности; их депрессия может быть вызвана уходом из семьи и лишением систем поддержки.

Ощущение безнадежности и беспомощности. В такой момент угроза суицида может быть первым сильным чувством.

Неспособность общаться с другими людьми из-за чувства безысходности и мыслей о самоубийстве.  Они считают, что лучше не станет «никогда». Их речь (и мысли) полна обобщений и фатальна: «жизнь ужасна», «всем все равно».

Они обладают туннельным видением, т.е. неспособностью увидеть то положительное, что могло бы быть приемлемо для них. Они видят только один выход из сложившейся ситуации.

Они амбивалентны - хотят умереть, и в то же время, некоторым образом, хотят жить.

Ваши действия, если человек, на ваш взгляд, склонен к суициду или имел в прошлом попытки к самоубийству:

Не отталкивайте его, если он решил разделить с вами свои проблемы, даже если вы потрясены сложившейся ситуацией.

Помните, что подростки с суицидальными наклонностями редко обращаются за помощью к профессионалам.

Доверьтесь своей интуиции, если вы чувствуете суицидальные наклонности в данном подростке. Не игнорируйте предупреждающие знаки.

Не предлагайте того, чего не в состоянии гарантировать. Например, «Конечно, твоя семья тебе поможет».

Дайте знать, что хотите ему помочь, но не видите необходимости в том, чтобы хранить все в секрете, если какая-то информация может повлиять на его безопасность.

Сохраняйте спокойствие и не осуждайте, вне зависимости оттого, что вы говорите.

Говорите искренне. Постарайтесь определить, насколько серьезна угроза. Знайте, что вопросы о суицидальных мыслях не всегда приводят к попыткам покончить счеты с жизнью. На самом деле подросток может почувствовать облегчение от осознания проблемы.

Постарайтесь узнать, есть у него план действий. Конкретный план - знак реальной опасности.

Убедите подростка в том, что непременно есть такой человек, к которому можно обратиться за помощью.

Не предлагайте упрощенных решений типа «Все что Вам сейчас необходимо, так это хорошо выспаться, на утро Вы почувствуете себя лучше».  Покажите подростку, что хотите поговорить о чувствах, что не осуждаете его за эти чувства.

Помогите подростку постичь, как управлять кризисной ситуацией и понять, что сильный стресс мешает полностью осознать ситуацию.

Ненавязчиво посоветуйте найти некое решение.

Помогите найти людей или места, которые могли бы снизить переживаемый стресс. При малейшей возможности действуйте так, чтобы несколько уменьшить давление.

Помогите подростку понять, что присутствующее чувство безопасности не будет длиться вечно.

Показатели суицидального риска:

- Недавние потери, связанные со смертью родственников или друзей, разводом родителей, разрывом взаимоотношений с друзьями или родственниками, потерей ценных вещей, денег, общественного положения, самоуверенности, самооценки.
- Потеря интереса к дружбе, жизненной деятельности, увлечениям, ранее доставлявшим удовольствие.
- Беспокойство о деньгах, болезни (либо реальных, либо надуманных).  Изменение характера - угрюмость, отчужденность, раздражимость, беспокойство, усталость, нерешительность, апатия.
- Изменения в поведении - неспособность сосредоточиться на занятиях, работе, постановка рутинных задач.
- Нарушение режима сна - бессонница, часто с ранним пробуждением или, наоборот, подъем позже обычного, ночные кошмары.
- Нерегулярный прием пищи - потеря аппетита и весили избыток приёма пищи.
- Боязнь потерять контроль, сойти с ума, причинить вред себе или окружающим.
- Ощущение беспомощности, бесполезности, «безучастности», «всем будет без меня лучше».
- Всеобъемлющее чувство вины, стыда, ненависти к себе.
- Безнадежное будущее, «мне никогда не станет лучше, я всегда буду себя чувствовать себя плохо».  Злоупотребление наркотиками или алкоголем.  Суицидальные импульсы, заявления, планы; раздача любимых вещей; прежние попытки суицида или жесты.
- Возбуждение, гиперактивность, нетерпеливость могут указывать на скрытую депрессию.

Риск суицида возрастает, если: 1) это не первая попытка;

2) подросток выдвигает серьезные мысли на этот счет;

3) есть план действий и/или намерения по их осуществлению. Не забывайте, чем конкретнее план, тем выше риск. Это не означает, что некто со смутными мыслями о самоубийстве, не должен восприниматься всерьез. Для подростков характерна импульсивность. Они могут совершить самоубийство, не прибегая к планированию или детальной разработке его плана.

Ниже рассмотрены некоторые причины суицидов среди подростков.

#### Потери

1. Разрыв романтических отношений. В большинстве случаев для подростка утрата таких взаимоотношений - травма. Его или ее мир рушится. Часто за самоуверенной внешностью кроется чувствительный и ранимый молодой человек, а за позой презрения - чувствительная и ранимая девушка. Банальные выражения типа «время лечит» или «есть и другие» обидны для чувства молодого человека и отражают неприятие их реальности.

2. Смерть любимого человека Страдания, вызванные смертью любимого человека, могут быть столь сильными, что молодым человеком может управлять желание соединиться с ним в смерти. Кроме того, переживаемое семьей горе часто отодвигает подростка на задний план. Многие взрослые считают, что молодой человек не способен переживать смерть близкого человека так глубоко, как они.

3. Смерть домашнего животного Считается, что только собаке подросток может сказать все. Она и слушает, и любит, и никогда не осудит. А что если эта собака умрет?

4. Потеря работы Для многих подростков «работа» означает зрелость и независимость.

5. Потеря «лица» Посмотрите на мальчика, который публично заявил, что намерен стать капитаном футбольной команды, и не сделал этого. Взгляните на девочку, которая мечтала быть королевой на вечере, но была отвергнута. Или выпускник школы, стремящийся поступить в ВУЗ, но вместо этого терпящий неудачу, и все это знают.

6. Развод Потеря одного из родителей вследствие развода наносит большой ущерб чувствам подростка, чем это принято считать. Многие подростки чувствуют ответственность за развал семьи. Надуманный или реальный страх перед возможным разводом также вызывает непереносимые страдания.

#### 7. Давления

7.1 Давление в образовательном учреждении Стремление к высоким оценкам; одновременное выполнение нескольких важных заданий; сверхактивное участие в общественной жизни; требования участвовать в спортивной жизни образовательного учреждения; прилежание.

7.2 Давление со стороны сверстников Стремление быть принятым; нравы группы; сходство в манере одеваться; наркотики; алкоголь; побуждение к сексу; музыкальные пристрастия.

7.3 Давление родителей Успех; деньги; выбор учебного учреждения; хорошие друзья; подходящее образование; конфликт между потребностью в контроле и желанием быть независимым; разногласия между родителями; устройство на работу; одежда; музыка; родители, которые хотят быть «друзьями»; скорее проповеди, чем примеры.

#### 8 Низкая самооценка

- 8.1 Физическая непривлекательность Обратите внимание на юношу, который уверен, что ему не сравняться в физической форме со сверстниками или на девушку, которая считает себя некрасивой, невзрачной. А какие страдания доставляют юношеские прыщи на лице!
- 8.2 Второсортность Взгляните на молодого человека или юную леди, которые всегда остаются в стороне, когда приходит время назначать свидания или быть выбранными куда-то.
- 8.3 Сексуальность Нельзя остаться равнодушным к страданиям и мучениям подростка, который мечется между двумя представлениями о сексе и не решается сказать кому-нибудь об этом, боясь показаться смешным. Нельзя не считаться со страхом молодого человека, чей страх быть гомосексуальным базируется на недостатке фундаментальных знаний о сексе.
- 8.4 Одежда Под влиянием средств массовой информации и распространенной среди подростков манеры одеваться, подросток оценивает достоинства и недостатки одежды, которую вынужден носить.
- 8.5 Физическое бессилие Бывает, что тинэйджеру трудно справиться не только с физическими проблемами, но и с недобрыми замечаниями и взглядами окружающих.
- 8.6 Неуспешность в учебе Часто «гениальность» старшего брата или сестры служит причиной постоянного напоминания о различиях не в пользу подростка.
9. Недостаток общения Многие подростки чувствуют себя настолько изолированными и одинокими, что уверены, что никто им не поможет и никто не позаботится о них. Так это или нет на самом деле, не имеет значения. Суть в том, как они это воспринимают, страдая в молчаливой изоляции.
10. Бесперспективность и безнадежность Нередко подростки вместо того, чтобы с надеждой смотреть в будущее, подавлены чувством безысходности. Угроза ядерного уничтожения сознательно, либо подсознательно, присутствует в умах многих молодых людей.