



Нет смерти для меня

Подростковый возраст — самый трудный и для ребенка, и для его родителей. Но не все задумываются, насколько он может быть опасен. Для подростков 13-16 лет нет полутоннов, все либо черное, либо белое. Без вариантов. Нашей героине — Кире Кочетковой 19 лет. Живет в Твери, учится в одном из местных вузов. Жизнерадостна и словоохотлива. Трудно представить, что 5 лет назад Кира была мрачной девчонкой-подростком с пирсингом и розовыми во-



лосами. Одноклассники и учителя не воспринимали ее из-за необычного внешнего вида, родители ругали за неуспеваемость. «Мне казалось, что меня никто не понимает и нужно сделать что-то, чтобы тебя услышали», — вспоминает Кира. Первые мысли о суициде пришли, когда родители отказались купить новую модель мобильного телефона. Сначала шантажировала, угрожала: «Вот повешусь, тогда будете знать!» Но родители не реагировали, не воспринимали слова дочери всерьез. Некоторые специалисты пишут о том, что только 10% подростков, шантажирующих взрослых таким образом, действительно готовы свести счеты с жизнью. Опасность в том, что ребенок, желая лишь напугать, может сесть, к примеру, на скользкий карниз и случайно с него сорваться. Кира долго готовилась к смерти, читала интернет-форумы на эту тему. И однажды решила — выпила несколько пачек бабушкиного сильнодействующего снотворного. Повезло. Пришла в себя через три дня в палате реанимации. Родители утром не добутились и вызвали «скорую». Сейчас Кира не любит вспоминать ту историю, и с родителями у нее самые теплые отношения. На мой вопрос, поступила бы она так же, если можно было бы вернуться назад, отвечает: «Ни в коем случае!»

За последний месяц по стране прокатилась волна детских суицидов — с собой покончили 20 подростков. Кто может предотвратить страшную трагедию — школа, родители, психологи? За ответом корреспондент нашего еженедельника отправился в Тверской центр психического здоровья

Точка невозврата

Первое, что бросается в глаза в Тверском центре психического здоровья, — плакаты, рассказывающие о том, что нет нерешаемых проблем. На кабинетах таблички с надписью: «Психолог». В одном из них нас встречает заведующая отделением медицинской психологии, психолог высшей категории Елены Карасева. За свою более чем 20-летнюю практику Елена Анатольевна видела разных подростков, решивших уйти из жизни. И многим ей удалось остановить. По словам Елены Анатольевны, суицид с годами «молодеет». Так, если 10 лет назад это были ребята 15-16 лет, то теперь кончают жизнь самоубийством даже 12-13-летние.

По официальной статистике ВОЗ, в России в год происходит около 200 подростковых самоубийств, то есть около 17 случаев за 30 дней. Кроме того, ежегодно каждый двенадцатый ребенок пробует совершить суицид. В основном это девочки — они более восприимчивы к внешним факторам, в частности, склонны сводить счеты с жизнью после смерти важных для них людей — кумиров или просто сверстников. Влияют на ситуацию и СМИ, которые вместо сухого изложения фактов часто смакуют подробности, провоцируя тем самым самоубийства. Психологи называют это синдромом Вертера. Эффект описал в 1974 году американский социолог Дэвид

Филипп, который исследовал волну суицидов, спровоцированную романом Гете «Страдания юного Вертера».

А вот недавний случай. В деревне Немково Торопецкого района повесилась 9-летняя девочка. По словам следователей, в последнее время она смотрела телепрограммы и читала статьи о детском суициде.

Спрашиваю Елену Анатольевну:

— Как такое возможно, ведь в этом возрасте дети в куклы играют?

— Говорить о конкретных причинах сложно. Мне ничего неизвестно о психическом здоровье этой девочки. Самоубийство — признак какой-то социально-психологической недостаточности и своего рода послание. Такие случаи были всегда, в силу того, что у подростков идет перестройка всех систем организма, и, как правило, нервная система не успевает за этими изменениями. Но если раньше причиной суицида были несчастная любовь, кумиры, невозможность определиться с будущим, то сегодня большую роль играет информационное поле. Подростки, попадая в него со своей неокрепшей психикой, не защищены. И любая мелочь может возводиться ими в несколько степеней. Подростков опасно пугать — они видят в этом вызов.

Впрочем, по словам Елены Карасевой, проблема не только в СМИ — информация разносится по глобальной сети и самими подростками. Найти в интернете пособие по «красивому уходу из жизни» куда проще, чем скачать задания по ЕГЭ. При подготовке материала я лично убедился, что виртуальные клубы самоубийц никто не спешит закрывать. Опасные сайты можно найти через поисковые системы и в социальных сетях. Там тысячи зарегистрированных подро-

сков. На одной из таких страниц я и встретил героиню нашей темы — Киру Кочеткову. Она общается с подростками, отговаривает их от суицида, делится опытом, пытаясь донести соломонское: «Все пройдет, пройдет и это». Многие ребята к ней прислушались и отказались от идеи наложить на себя руки. Только таких альтруистов, как Кира, в сети единицы.

«А как ты понимаешь, что имеешь дело с подростком из группы риска?» — пишу я сообщению девушке. В ответ получаю: «В том же «Контакте» есть группы с названиями типа «Завтра не наступит. Сегодня я умру», там масса сообщений, которые кричат о том, что человеку плохо». Кира отправляет мне внушительный список с примерами: «Мне не лучше, мне не хуже. Мне никак», «Плохо, когда нечего терять» и т.д.

Такие сообщения, по мнению Киры, — настоящий сигнал SOS. Некоторые подростки так заявляют о своем желании уйти из жизни: «Сегодня напиюсь таблеток и умру» или: «Люди, простите меня. Вчера вечером было так плохо, что я решил порезать вены». Самое главное, считает Кира, не писать таким ребятам банальные вещи вроде: «Жизнь — это подарок». Это их только оттолкнет. Необходимо обращаться к ним так, чтобы они понимали, что собеседник уважает их выбор, но при этом предлагает альтернативу.

Не на жизнь, а на смерть

Ритм жизни таков, что родителям не хватает времени на общение с ребенком, не говоря уже о том, чтобы уследить, чем он занимается в свободное время, какие сайты посещает.

— Часто от подростков можно услышать фразу: «Меня не понимают», —



говорит Елена Анатольевна. — В первую очередь речь идет о непонимании со стороны родителей, которые подчас не пытаются разобраться в сути проблемы. К примеру, те же субкультуры, в которые попадает ребенок, не всегда так опасны, как кажется. Если ваше чадо проявляет интерес к культуре эмо или готов, это еще не катастрофа. Желание обособиться и найти единомышленников на фоне общих увлечений присуще всем подросткам. Не надо запрещать детям вступать в эти сообщества, стремиться подстроить их под какие-то стандарты, ведь тогда реакция будет одна: «Меня не понимают».

На приемах, когда задаешь вопрос родителям, говорят ли они своему ребенку «я тебя люблю» или «что бы с тобой ни случилось, я тебя всегда приму, помогу». Как правило, они этого не делают.

По статистике, 62% юных самоубийц уходят из жизни из-за проблем в отношениях с близкими. И речь не только о семьях, где вечно пьяные родители

занимаются рукоприкладством, но и о вполне благополучных.

Во время беседы Елена Анатольевна показала несколько рисунков подростков. Все — в мрачных тонах. На одном из них изображены люди, больше похожие на монстров. На другом — змеи и часть кирпичной стены, на третьем — множество маленьких черных виселиц.

— О чем это говорит? — показывая на третий рисунок, обращаюсь я к психологу.

— О том, что ребенку очень плохо морально, — отвечает моя собеседница. — А как родители могут понять по рисунку, что их ребенок находится в подавленном состоянии?

— Интуитивно. По цвету, по сюжету картинки. Если вам кажется, что рисунок пугающий, это уже повод обратиться к специалисту, который выполнит детальный анализ и расскажет вам, что может беспокоить вашего ребенка.

Затем Елена Анатольевна достает увесистую папку с результатами тестов по



так называемому методу незаконченных предложений, когда подросткам предлагается закончить фразу.

Девочка 14 лет продолжает фразу: «Я думаю, что людей больше... злых и равнодушных». Мальчик 13 лет: «Многое отдал бы за то, чтобы... оказаться на необитаемом острове, где никто не кричит и не мешают мне жить». Резонно предположить, что подобные тесты проводятся и в школах. Но, как известно, в России на 800 учеников лишь один психолог. И тот зачастую вынужден заниматься бумажной работой, вместо того чтобы помогать подросткам.

Что делать?

Общество, возможно, не без руки государства в разные времена пыталось бороться с самоубийствами. Самые первые исследования суицидов проводились еще в царской России в начале XIX

родители выдавали их за муж насильно. Общественное мнение восприняло этот факт негативно: сестры сгоревших заживо не брали замуж, отцов и братьев увольняли с работы. Самоубийства прекратились. Конечно, сегодня подобные методы выглядят, по меньшей мере, негуманно. Проблема подростковых суицидов требует цивилизованного подхода. К примеру, омбудсмен Павел Астахов предлагает разработать в каждом районе систему психолого-психиатрической помощи подросткам и взять в школу профессиональных суицидологов. Хотя в нашем обществе жив стереотип, будто обращаться в специализированные учреждения опасно. Многие родители боятся диагнозов и предпочитают думать, что у их сына или дочери просто сложный характер.

— Некоторые, когда слышат название нашего

жизнь ребенка, — говорит Елена Карасева.

Омбудсмен Астахов уже направил обращение министру здравоохранения Татьяне Голиковой с просьбой разработать и утвердить программу оказания психологической помощи подросткам по предотвращению суицидов. Но пока мы еще не знаем, будут ли эти или какие-то другие меры эффективны для перелома ситуации, поэтому как ни хотелось бы родителям разделить ответственность с государством за формирование внутреннего мира своих детей, все-таки первый «сигнал о сбое» должны уловить именно они.

— Как родителям обратиться к ребенку, если они чувствуют, что у него какие-то проблемы? Существуют ли специальные приемы? — спрашиваю Елену Анатольевну.

— Да, такие приемы есть. Начинать разговор с ребенком нужно с обычных фраз: «давай поговорим», «меня волнует твое состояние, потому что я тебя люблю» или «в твоём возрасте я был похож на тебя и знаю, как тебе помочь» и т.д.

Как показывает многолетняя практика Елены Карасевой и других психологов, вывести подростка из депрессии, помочь ему справиться с трудностями, даже с неразделенной любовью, можно другой любовью — родительской. Что может быть проще, чем любить своего ребенка? И что может быть труднее...

Александр АНОСОВ

Фото

Екатерины МАРЧЕНКОВОЙ

РЕПОРТЕР

— Когда 9-летние дети вешаются, зная при этом, как соорудить петлю, впору задаться вопросом: «Что мы делаем не так?»



века. Так, в 1838 году уровень самоубийств составлял 1,7 (до 10 человек на 100 тыс. населения), что было в три раза меньше, чем во Франции и других европейских странах. Но в период смуты 1905–1907 годов количество самоубийств выросло до 18,6 (от 10 до 20 человек на 100 тыс. жителей). В то время страну охватило «модное» поветрие — девушки вешались одна за другой. Тогда обнаженные тела повешенных стали выставлять на публичное обозрение. Волна самоубийств схлынула. А уже в советском Узбекистане в 70-е годы прошлого века девушки повадились сжигать себя заживо, видимо, потому, что

учреждения, так и говорят: «Отправить ребенка в желтый дом?! Нет уж, увольте!» Нужно разрушать миф о том, что поход к психологу или психотерапевту — это автоматически разрушенная

Адреса и телефоны центров по оказанию бесплатной психологической помощи подросткам и их родителям

«Центр психического здоровья»:

ул. Александра Ульянова, 9/1
55-71-46 (с 8.00 до 17.00)
55-82-22 (круглосуточный телефон доверия)

ГУ «Тверской областной центр социальной помощи семье и детям»:

набережная р. Лазури, 20
35-33-22, 34-87-29
8-800-200-122 (горячая линия экстренной психологической поддержки)



Ипотекой по разводам

Один из крупнейших российских игроков на рынке ипотеки — банк «ВТБ24» для многих семей стал не просто кредитором, но и гарантом крепких брачных уз

Об этом на встрече с журналистами из Ярославской, Костромской, Ивановской, Вологодской, Владимирской и Тверской областей рассказал управляющий региональным операционным офисом ВТБ24 в Ярославле Сергей Лежнин. По его словам, ипотечное кредитование является одним из главных драйверов роста для банка. Сейчас, как известно, ВТБ24 занимает второе место на российском рынке ипотеки, уступая лишь Сбербанку.

Правда, снижения процентных ставок по этому виду займа ожидать не приходится. Как уже неоднократно писал наш еженедельник, подорожание кредитов — это уже устойчивая тенденция, которая сохранится как минимум в течение года. В частности, в феврале ВТБ24 поднял ставки до 0,7% годовых в зависимости от срока займа и суммы первоначального взноса. Тем не менее предлагаемые сейчас ВТБ24 ставки от 8,9%

по базовым ипотечным программам остаются максимально выгодными для клиентов. А учитывая то, что теперь банк не взимает комиссии на выдачу ипотеки и на рассмотрение заявки от потенциальных заемщиков, можно не сомневаться, что объемы ипотечного кредитования в ВТБ24 не просто не снизятся, но и возрастут.

Также в ходе встречи с представителями СМИ

Из 1000 молодых семей, оформивших ипотечный кредит, в течение следующих пяти лет подадут на развод менее 1%.

Сергей Лежнин отметил, что ипотечное кредитование выполняет важнейшую социальную функцию. Причем речь идет не только о том, что благодаря заемным средствам сотни семей смогли улучшить свои жилищные условия. Как оказалось, ипотека — это самое верное «лекарство» от разводов. По наблюдениям сотрудников Ярославского регионального офиса ВТБ24, из 1000 молодых семей, оформивших ипотеку, в течение следующих пяти лет подадут на развод менее 1%.

— Уверен, что эти данные, касающиеся жителей Ярославской области, вполне сопоставимы с си-

туацией в других регионах Центрального федерального округа и наглядно демонстрируют то, насколько весомую социальную функцию выполняет институт ипотечного кредитования, — заявил Сергей Лежнин. — Очевидно, что, оформив ипотечный кредит, мужчина гораздо ответственнее подходит к своей работе, ищет новые источники доходов, стремится делать карьеру, а также значительно относится к браку. Конечно, в наших цифрах возможны некоторые статистические погрешности, но они не носят принципиального характера.

В любом случае наличие ипотечного кредита снижает риск развода в десятки раз.

Он также напомнил, что, согласно статистике, в первые пять лет совместной жизни разводится более половины молодых семей. А с учетом того, что уже сейчас более 50% ипотечных кредитов в ЦФО выдается на приобретение квартир в строящихся домах, ипотека одновременно способствует развитию строительного комплекса в регионах, а не разогреву цен на вторичном рынке недвижимости, подчеркнул Сергей Лежнин.

Елена ЛАЗУТКИНА