**Антивитальное поведение** – поведение, направленное против биологических потребностей человека; может носить характер пассивного и ненамеренного размышления и /или рисковых в отношении здоровья мыслей и действий, напрямую не связанных с намерением свести счеты с жизнью.

Опасность антивитального поведения состоит в том, что оно может трансформироваться в суицидальное. Антивитальное поведение может носить настолько саморазрушающее действие, что способствует более ранней физической смерти.

Источники антивитального поведения кроются в раннем и дошкольном детстве.

**Росту антивитальных настроений подростков может способствовать ряд факторов:**

-социальные : воспитание в неблагополучной семье, завышенные требования в благополучных семьях, тяжелое материальное положение, физическое, психологическое, финансовое насилие в семье, наличие случаев суицида в семье, отсутствие одного из родителей, наличие отчима / мачехи, часто смена места жительства или учебы;

-индивидуально-психологические : особенности психического склада – легкая возбудимость, раздражительность, повышенная впечатлительность, низкая самооценка, употребление ПАВ, наличие соматических заболевания, ограниченных возможностей здоровья либо инвалидности;

-поведенческие : нарушение межличностных отношений, сужение круга общения, утрата позиций в группе, невозможность влиться в коллектив, утрата интереса к окружающему миру;

-ситуационные: личные неудачи, ссоры, частые конфликты, травля (в том числе в социальных сетях), нестабильная обстановка в семье или тяжелая жизненная ситуация.

**Признаки антивитального поведения:**

- внутренние суицидальные мысли, замыслы, намерения;

- разговоры о смерти;

- намеки о своих намерениях;

- черный юмор на тему самоубийства;

- заинтересованность в вопросах смерти.

**Основными причинами** , побуждающими к суицидальному поведению, среди подростков являются:

• чувство вины, самонаказание за нежелательное поведение

• повторение стиля поведения суицидального родителя

• жестокое обращение с ребенком в семье

• отказ принятия утраты родителя (смерть, развод)

• не принятие нового родителя, семьи

• акт мести (родителям, сверстникам, учителям)

• бегство от унижения, преследования, травли

• низкая самооценка детей и недостаточный уровень принятия себя

Существует ряд стратегий предупреждения суицида. Родители должны внимательно относиться к поведению ребенка и его настроению с целью возможного раннего определения социально-психологической дезадаптации подростка и выявления факторов риска. Необходимо проводить оценку восприятия ребенком настоящего, прошлого и будущего, оценку выраженности одиночества, депрессии у подростков, степени выраженности физической агрессии, давать оценку эмоциональной нестабильности, импульсивности, нарциссической уязвимости, оценку сплоченности и адаптации семьи.

В целях **предупреждения антивитального поведения** необходимо развивать следующие качества личности подростка:

1. Телесный уровень (приятие собственного тела, забота о своем теле, занятия спортом)

2. Эмоциональный уровень

- укрепление любви к себе, самоуважения и сочувствия другому

- развитие навыков осознавания, вербализации и социально приемлемого способа отреагирования отрицательных эмоций.

3. Познавательный уровень

- смягчение юношеского максимализма

- развитие и укрепление позитивного мышления

4. Ценностный уровень

- осознание гуманистических ценностей, включая взаимопомощь, умение сопереживать другому,

- развитие ценностной сферы, ценностей и возможных смыслов жизни

5. Поведенческий уровень

- развитие способов преодоления трудных ситуаций: поиск помощи, поддержки у взрослых и сверстников, учителей, врачей, психологов.

- развитие коммуникативных навыков.