

Советы для родителей по профилактике подростковых суицидов

Открыто **обсуждайте** семейные и внутренние проблемы детей.

Помогайте своим детям ставить реальные цели в жизни и стремиться к ним.

Обязательно **оказывайте содействие** в преодолении препятствий.

Одобрите и поддерживайте словом и делом любые стоящие положительные начинания молодёжи.

Не применяйте физические наказания ни при каких условиях.

Любите своих детей вне зависимости от возраста, будьте внимательными и, что особенно важно, деликатными с ними.

От заботливого, любящего человека, находящегося рядом в трудную минуту, зависит многое. Он может спасти потенциальному суициденту жизнь.

Самое главное, надо научить детей таким отношениям, какие они есть. Ведь это многообразие отношений, помогая ребёнку в его развитии, результат воздействия, результат его жизни.

«Что посеешь, то и пожнёшь!» — это не просто мудрость. Принятие человека такое, какой он есть, принятие его сущности и сути его жизни — это есть Любовь в истинном её проявлении.

Поэтому совет родителям по отношению к своим детям, **будьте искренне и честно к своим детям и к самим себе.**



ОСОБЕННОСТИ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

Суицид-это способ выхода из кризиса. Суицид-это уход от решения проблемы, от наказания и позора, унижения и отчаяния, разочарования и утраты, отвергнутости и потери самоуважения... словом, от всего того, что составляет многообразие жизни, пусть и не с самых радужных её проявлений.

Относитесь серьёзно к любому намёку на суицид в словах ребёнка, даже если он просто выкрикивает сгоряча: «Я не хочу с вами жить!», «Как вы все мне надоели!».

Будьте предельно осторожны в своих словах и действиях. Самое главное - покажите ребёнку, что он вам небезразличен. Дайте ему почувствовать, что он любимый и желанный. Убедите его в том, что безвыходных ситуаций не бывает. Помогите ему увидеть этот выход.

Дети до 11 лет реальных попыток уйти из жизни не делают. Пик суицидальной активности приходится на старший подростковый возраст-14-16лет.

Часто попытка суицида-это не столько желание умереть, сколько отчаянный крик о помощи: «Обратите на меня внимание!», «Поймите меня!» И крик-это нам, взрослым!

Суть любой поддержки человека, когда «фундамент смысла» жизни из-под ног ушёл, дать ему другой, вернуть ему почву, вернуть ощущение того, что он в этом мире кому-то нужен: дать ему этот смысл, покажите, что Вы его любите, он тот человек, который даёт возможность Вам в этой жизни