

Памятка для родителей по профилактике суицида

Суицид – намеренное, умышленное лишение себя жизни, может иметь место, если проблема остается актуальной и нерешенной в течение нескольких месяцев, и при этом ребенок ни с кем из своего окружения не делится личными переживаниями.

Суицидальное поведение - это проявление суицидальной активности - мысли, намерения, высказывания, угрозы, попытки.

В силу возрастных особенностей, суицидальному поведению больше предрасположены подростки, которые решаются на самоубийство в целях обратить внимание родителей, педагогов на свои проблемы и протестовали, таким образом, против бездушия, безразличия и жестокости взрослых.

Советы для родителей

по профилактике подросткового суицида

- ⇒ Открыто обсуждайте семейные и внутренние проблемы детей.
- ⇒ Помогайте своим детям строить реальные цели в жизни и стремиться к ним.
- ⇒ Любые стоящие положительные начинания молодых людей одобряйте словом и делом.
- ⇒ Больше любите своих подрастающих детей, будьте внимательными и, что особенно важно, деликатными с ними.

Для этого:

- ♦ расспрашивайте и говорите с ребенком о его жизни, уважительно относитесь к тому, что кажется ему важным и значимым;
- ♦ придя домой после работы, не начинайте общение с претензий, даже если ребенок что-то сделал не так. Проявите к нему интерес, обсуждайте его ежедневные дела, задавайте вопросы. Замечание, сделанное с порога, и замечание, сделанное в контексте заинтересованного общения, будут звучать по-разному;
- ♦ помните, что авторитарный стиль воспитания для подростков неэффективен и даже опасен. Чрезмерные запреты, ограничения свободы и наказания могут спровоцировать у подростка ответную агрессию или аутоагрессию (то есть, агрессию, направленную на себя). В подростковом возрасте предпочтительной формой воспитания является заключение договоренностей. Если запрет необходим, не пожалейте времени на объяснение целесообразности запрета. Если же ребенок продолжает протестовать, то постарайтесь вместе найти решение, устраивающее и вас и его.

Родители должны всегда помнить: любые переживания и тревоги детей, любое поведение не должны оставаться без чуткого внимания и помощи.

**За любое суицидальное поведение ребёнка
в ответе взрослые**