**Профилактика суицидального поведения у подростков –
информация для родителей**

**Что в поведении подростка должно насторожить родителей?**

* Ребенок прямо или косвенно говорит о желании умереть или убить себя, или о нежелании продолжать жизнь. Стал интересоваться темой смерти.
* Стал молчаливым и раздражительным.
* Поведение стало рискованным.
* Стал неряшливым, не хочет разговаривать с близкими ему людьми, начал раздаривать дорогие ему вещи, теряет интерес к тому, чем раньше любил заниматься, отдаляется от друзей.
* Разговоры о нежелании жить – попытка привлечь ваше внимание к себе и своим проблемам. Бытует миф, что если человек говорит об **этом**, то значит, **этого** не сделает. Однако это не так! Отчаявшийся подросток, на которого не обращают внимания, вполне может довести свое намерение до конца.

**Опасные ситуации, на которые надо обратить особое внимание, так как они могут спровоцировать выше описанное поведение и поступки.**

* Ссора или острый конфликт со значимыми взрослыми.
* Несчастная любовь или разрыв романтических отношений.
* Отвержение сверстников, травля.
* Тяжелая жизненная ситуация (потеря близкого человека, резкое общественное отвержение, тяжелое заболевание).
* Личная неудача подростка.
* Нестабильная семейная ситуация (развод родителей, конфликты, ситуации насилия).
* Изменение места жительства, привычной обстановки.

**Уважаемые родители**, есть небольшая рекомендация, которая должна стать для **Вас законом**: подросток заговорил с вами о своем – бросайте мыть посуду, положите телефонную трубку, отложите все свои дела, садитесь напротив, глаза в глаза – и слушайте, вникайте, сопереживайте, думайте вместе!

**Ребенок, подросток должен знать, что он ВСЕГДА может рассчитывать на вашу поддержку и помощь.**

Нельзя смеяться, даже если вам какая-то детская проблема кажется сущим пустяком. И в 12 лет бывает безответная любовь. Дети в отличие от большинства взрослых, максималисты. Они живут только сегодняшним днем, по принципу "все или ничего". Их не утешают слова "много будет у тебя таких Петей". Ребенку нужно сейчас, а не в далеком будущем. И если в данную минуту подросток не может получить желаемое, то он видит только одно решение – "ничего".

Поэтому радуйтесь, что ребенок со своим горем пришел именно к вам, а не к чужому человеку. **Он вам доверяет**. А это значит, что совместными усилиями вы легко преодолеете его "большие проблемы".

**Самое главное, чтобы ребенок знал, что жизнь прекрасна и
родители его очень любят**