

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.
- Несчастливая 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 преодолете его "большие проблемы".

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