

Бюджетное учреждение
«Городской центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»
города Омска

Единая служба



**поддержки семей, имеющих детей
города Омска**

ШКОЛА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

(методические рекомендации)

ВЫПУСК 46

Профилактика подростковых суицидов



Советы для родителей:

1. Открыто обсуждайте семейные и внутренние проблемы детей.
2. Помогайте своим детям строить реальные цели в жизни и стремиться к ним.
3. Обязательно содействуйте в преодолении препятствий.
4. Любые стоящие положительные начинания молодых людей одобряйте словом и делом.
5. Ни при каких обстоятельствах не применяйте физические наказания.
6. Больше любите своих подрастающих детей, 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 научиться принимать своих детей такими, какие они есть.* Ведь это мы, родители, формируя отношения, помогая ребёнку в его развитии, получаем результат воздействия, результат своего труда.
- *"Что посеешь, то и пожнёшь!"* - гласит народная мудрость.
- Поэтому совет родителям прост и доступен: *"Любите своих детей, будьте искренне и честны в своём отношении к своим детям и к самим себе"*.



ПРИЧИНЫ ПРОЯВЛЕНИЯ СУИЦИДА:

- Отсутствие доброжелательного внимания со стороны взрослых.
- Резкое повышение общего ритма жизни.
- Социально-экономическая дестабилизация.
- Алкоголизм и наркомания среди родителей .

- Жестокое обращение с подростком, психологическое, физическое и сексуальное насилие.
- Алкоголизм и наркомания среди подростков.
- Неуверенность в завтрашнем дне.
- Отсутствие морально-этических ценностей.
- Потеря смысла жизни.
- Низкая самооценка, трудности в самоопределении.
- Бедность эмоциональной и интеллектуальной жизни.
- Безответная влюбленность .

ЧТО МОЖЕТ УДЕРЖАТЬ ПОДРОСТКА ОТ СУИЦИДА:

- Установите заботливые взаимоотношения с ребенком.
- Будьте внимательным слушателем.
- Будьте искренними в общении, спокойно и доходчиво спрашивайте о тревожащей ситуации .
- Помогите определить источник психического дискомфорта.
- Вселяйте надежду, что все проблемы можно решить конструктивно.
- Помогите ребенку осознать его личностные ресурсы.
- Окажите поддержку в успешной реализации ребенка в настоящем и помогите определить перспективу на будущее • Внимательно выслушайте подростка!

