

- Если кто-либо из числа ваших знакомых и друзей вызывает у вас опасения в отношении вашего ребенка, проверьте свои сомнения и не общайтесь больше с этим человеком.
- Не опаздывайте с ответами на вопросы вашего ребенка по различным проблемам физиологии, иначе на них могут ответить другие люди.
- Постарайтесь сделать так, чтобы ребенок с раннего детства проявлял ответственность за свои поступки и за принятие решений.
- Учите ребенка предвидеть последствия своих поступков. Сформируйте у него потребность ставить вопрос типа: что будет, если?..
- Если ваш ребенок подвергся сексуальному насилию, не ведите себя так, как будто он совершил нечто ужасное, после чего его жизнь невозможна.
- Не обсуждайте при ребенке то, что произошло, тем более с посторонними и чужими людьми.
- Не формируйте у своего ребенка комплекс вины за случившееся.
- Не позволяйте другим людям выражать вашему ребенку сочувствие и жалость. Это формирует принятие им установки, что он не такой, как все.



- Дайте возможность своему ребенку проговорить с вами самую трудную ситуацию до конца и без остатка. Это поможет ему освободиться от груза вины и ответственности.
- Постарайтесь переключить внимание ребенка с пережитой им ситуации на новые занятия или увлечения.
- Ни в коем случае не оставляйте нерешенными проблемы, касающиеся сохранения физического и психического здоровья вашего ребенка.
- Не идите на компромиссы со своей совестью, даже если это ваш ребенок. Спустя годы компромисс может обернуться против вас.


*Помните, что рядом с Вами есть всегда люди, готовые Вам помочь!*

# РОДИТЕЛЯМ



# О СУИЦИДЕ

В России 62% всех самоубийств несовершеннолетних связано с семейными конфликтами и неблагополучием, боязнью насилия и бестактным поведением взрослых, конфликтами с учителями, одноклассниками, друзьями, черствостью и безразличием окружающих. За каждым случаем стоит личная трагедия, безысходность, когда страх перед жизнью побеждает страх смерти.



**Суицид** – умышленное самоповреждение со смертельным исходом (лишение себя жизни).

- ♦ Решаются на такой шаг, как правило, замкнутые, ранимые подростки от ощущения одиночества, собственной ненужности и утраты смысла жизни.
- ♦ Наиболее критичным является весенний период и начало лета, когда начинаются школьные каникулы. Резкое несоответствие весеннего радующегося мира и отчаянного состояния души может спровоцировать самоубийства: уровень суицидов в апреле выше, чем среднегодовой.
- ♦ Своевременная психологическая поддержка, доброе участие, оказанное подросткам в трудной жизненной ситуации, помогли бы избежать трагедии.
- ♦ Самоубийства обычно происходят в ситуации длительно существующих личностных или семейных проблем, хотя сама попытка может быть импульсивной.

### КТО ВИНОВАТ?

*«Виноваты в первую очередь родители», - считает детский психолог О.Ворошилова, работавшая в НИИ Склифосовского с детьми, проходившими лечение после попытки покончить жизнь самоубийством.*

В семьях, где дети предпринимали попытки самоубийства, на первый взгляд благополучных, благополучие лишь кажущееся. На самом деле эти семьи неблагополучные с психологической точки зрения. Все дело во внутрисемейной атмосфере.

### СУИЦИДАЛЬНОЕ

#### ПОВЕДЕНИЕ –

ЭТО ПРОЯВЛЕНИЕ

СУИЦИДАЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ – МЫСЛИ, НАМЕРЕНИЯ, ВЫСКАЗЫВАНИЯ, УГРОЗЫ, ПОПЫТКИ, ПОКУШЕНИЯ.



### КОГДА БЛИЗКИМ СТОИТ БЫТЬ ОСОБО ВНИМАТЕЛЬНЫМИ?

- ♦ Подростковый суицид может быть как спланированным, продуманным, так и спонтанным, аффективным. Часто ему предшествуют следующие проявления:
- ♦ Ребенок замкнут, у него нет друзей и он не открыт с родителями.
- ♦ У ребенка вдруг появляется апатия и равнодушие ко всему.
- ♦ Ребенок склонен к ипохондрии, придумывает себе «страшные» болезни.
- ♦ Ребенок рисует в воображении картины и спрашивает о том, что будет, когда он умрет.
- ♦ Ребенок вдруг начинает раздавать друзьям и знакомым дорогие для него вещи.