|  |
| --- |
| ***ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ СУИЦИДА У ПОДРОСТКОВ.***   1. **ОТКРЫТО ОБСУЖДАЙТЕ СЕМЕЙНЫЕ И ВНУТРЕННИЕ ПРОБЛЕМЫ ДЕТЕЙ!** 2. **БУДЬТЕ ИСКРЕННИМИ В ОБЩЕНИИ, СПОКОЙНО И ДОХОДЧИВО СПРАШИВАЙТЕ РЕБЁНКА О ТРЕВОЖАЩЕЙ СИТУАЦИИ!** 3. **ПОМОГАЙТЕ СВОИМ ДЕТЯМ СТАВИТЬ РЕАЛЬНЫЕ ЦЕЛИ В ЖИЗНИ И СТРЕМИТЬСЯ К НИМ!** 4. **ОБЯЗАТЕЛЬНО ОКАЗЫВАЙТЕ СОДЕЙСТВИЕ В ПРЕОДОЛЕНИИ ПРЕПЯТСТВИЙ, ВСЕЛЯЙТЕ НАДЕЖДУ, ЧТО ВСЕ ПРОБЛЕМЫ МОЖНО РЕШИТЬ КОНСТРУКТИВНО!** 5. **ОДОБРЯЙТЕ И ПОДДЕРЖИВАЙТЕ СЛОВОМ И ДЕЛОМ ЛЮБЫЕ СТОЯЩИЕ ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ НАЧИНАНИЯ ПОДРОСТКА!** 6. **НЕ ПРИМЕНЯЙТЕ ФИЗИЧЕСКИЕ НАКАЗАНИЯ НИ ПРИ КАКИХ УСЛОВИЯХ!** 7. **ЛЮБИТЕ СВОИХ ДЕТЕЙ ВНЕ ЗАВИСИМОСТИ ОТ ВОЗРАСТА, БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ И, ЧТО ОСОБЕННО ВАЖНО, ДЕЛИКАТНЫМИ С НИМИ!** 8. **ПОМНИТЕ, ОТ ЗАБОТЛИВОГО И ЛЮБЯЩЕГО ЧЕЛОВЕКА, НАХОДЯЩЕГОСЯ РЯДОМ В ТРУДНУЮ МИНУТУ ЗАВИСИТ МНОГОЕ, ОН МОЖЕТ СПАСТИ ПОТЕНЦИАЛЬНОМУ СУИЦИДЕНТУ ЖИЗНЬ!** 9. **САМОЕ ГЛАВНОЕ НАДО НАУЧИТЬСЯ ПРИНИМАТЬ СВОИХ ДЕТЕЙ ТАКИМИ, КАКИЕ ОНИ ЕСТЬ!** 10. **К ПОДРОСТКОВОМУ ВОЗРАСТУ РЕБЁНОК ДОЛЖЕН ПОНИМАТЬ, ЧТО СМЕРТЬ РЕАЛЬНА И НЕОБРАТИМА!**   ***Если Вы являетесь родителем, вспомните, как часто ребенок имел опыт горевания, переживания утраты. Как бы неожиданно для кого-то это ни выглядело, но именно по причине того, что подросток не имеет четкого представления о том, что смерть реальна, порой совершаются демонстративные попытки суицидов, «игра» в смерть. Многие родители, стремясь уберечь ребенка от сиюминутного горя и слез скрывают правду о гибели любимого домашнего животного, объясняя его исчезновение том, что оно убежало. Как много родителей оказываются неготовыми ответить правду на естественный в определенном возрасте вопрос ребенка «Мама, а я (ты) умру (умрешь)»? Таким образом, парадоксальное неверие подростка в конечность жизни делает попытки суицида так же реальными.***   1. **ПОДДЕРЖИВАЙТЕ ПОДРОСТКА И БУДЬТЕ В ЭТОМ НАСТОЙЧИВЫ, ЕСЛИ ВАШ РЕБЁНОК ПРОЯВЛЯЕТ СУИЦИДАЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ ИЛИ ПЕРЕЖИВАЕТ СТРЕСС!**   ***Человеку в состоянии кризиса нужны строгие утвердительные указания. Осознание нашей компетентности и, заинтересованности в его судьбе, готовности помочь дадут ему эмоциональную опору. Убедите его в том, что он сделал верный шаг, приняв вашу помощь. Оцените его внутренние резервы. Если человек сохранил способность анализировать и воспринимать советы окружающих, ему будет легче вернуть душевные силы и стабильность. Следует принять во внимание и другие возможные источники помощи: друзей, семью, врачей, к которым можно обратиться. Попытайтесь убедить подростка обратиться к специалистам (психолог, врач). В противном случае, обратитесь к ним сами, чтобы вместе разобрать стратегию помощи.***  ***<http://ddut-penza.ru/wp-content/uploads/2021/03/322.jpg>*** |