

# Эти слова ласкают душу ребенка...

* Ты самый любимый!
* Ты очень много можешь!
* Спасибо!
* Что бы мы без тебя делали!
* Иди ко мне!
* Садись с нами!
* Расскажи мне, что с тобой?

-Я помогу тебе...

* Я радуюсь твоим успехам!
* Чтобы ни случилось, твой дом - твоя крепость!
* Как хорошо, что ты у нас есть!



# Рекомендации родителям по профилактике подростковых суицидов

**Воспитывать... самая трудная вещь.** *Думаешь: ну, все теперь кончилось! Не тут-то было: только начинается!*

(М.Ю. Лермонтов)



# Что необходимо знать родителям детей и подростков

## В группе риска - подростки, у

## которых:

* сложная семейная ситуация;
* проблемы в учебе;
* мало друзей;
* нет устойчивых

интересов, хобби;

* перенесли тяжелую утрату;
* семейная история

суицида;

* склонность к депрессиям;
* употребляющие алкоголь, наркотики;
* ссора с любимой девушкой или парнем;
* жертвы насилия.

## Признаки суицида:

* угрожает покончить с собой;
* отмечается резкая смена настроения;
* раздает любимые вещи;
* «приводит свои дела в порядок»;
* становится агрессивным, бунтует, не

желает никого слушать;

* живет на грани риска, не бережет себя:

-

## Что Вы можете сделать?

* будьте внимательны к своему

ребенку;

* умейте показывать свою любовь к

нему;

* откровенно разговаривайте с ним;
* умейте слушать ребенка;
* не оставляйте ребенка один на один с

проблемой;



* предлагайте конструктивные подходы к решению проблемы;
* вселяйте надежду, что любая ситуация может разрешиться конструктивно;
* привлеките к оказанию поддержки

значимых для ребенка лиц;

* обратитесь за помощью к специалистам.

## Чего нельзя делать?

* нельзя читать нотации;
* не игнорируйте человека, его желание получить внимание;
* не говорите «Разве это проблема?»,

«Ты живешь лучше других» и т.д.;

* не спорьте;
* не предлагайте неоправданных

утешений;

* не смейтесь над подростком.

## Советы внимательным и любящим родителям:

* показывайте ребенку, что вы его любите;
* чаще обнимайте и целуйте;
* поддерживайте в сложных ситуациях;
* учите его способам разрешения жизненных ситуаций;



* вселяйте в него уверенность в себе;
* помогите ребенку проявить свои переживания через игры, рисунки, лепку, увлечения.