

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 семейную историю 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;
- привлечите 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.