

ПРЕДУПРЕДИ СУИЦИД!

ПАМЯТКА В ПОМОЩЬ РОДИТЕЛЮ, ПЕДАГОГУ, ПЕДИАТРУ



СОВЕТЫ

При первых малейших подозрениях на возможность суицида открыто, но деликатно поговорите с подростком. Выслушайте без осуждения, постарайтесь с полной ответственностью вникнуть в его проблему.

Нередко дети скрывают переживания от родителей или находятся в оппозиции к ним. Если есть возможность, постарайтесь поговорить с друзьями подростка, их родителями, учителями в школе. Узнайте, как он ведет себя в школе, в компании сверстников.

ПОМНИТЕ!

- ➔ Недооценка серьезности чувств и намерений ребенка может привести к непоправимым последствиям.
- ➔ Безразличное или пренебрежительное отношение к его жалобам способно подтолкнуть на необдуманный шаг.
- ➔ Со стороны взрослых он должен постоянно получать поддержку, особенно в периоды возрастных кризисов (7 лет, 10-11 и 13-14 лет) и эмоциональных переживаний.
- ➔ Научитесь вовремя распознавать тревожные знаки и предотвращать серьезные проблемы. Устанавливайте с ним отношения, пронизанные заботой и вниманием к его духовной жизни.



Открыто обсуждайте с ребенком семейные и внутриличностные проблемы и отношения.

Помогайте ему строить реальные жизненные планы, поддерживайте в достижении жизненных целей. Учите видеть источник психологического дискомфорта, преодолевать препятствия и трудности, опираясь на надежду и уверенность.

Поощряйте и развивайте в нем всё хорошее, помогите ему осознать свои возможности и способности.

В любой ситуации будьте **внимательным** слушателем и **деликатным** советчиком.

ПОМНИТЕ!

- ➔ Все, что связано с ребенком, имеет для него большое значение. Атмосфера взаимного доверия является обязательным условием воспитания счастливого человека.

