

Рекомендации по профилактике суицидального поведения подростка:

- установите заботливые взаимоотношения с ребенком;
- будьте внимательным слушателем;
- будьте искренними в общении, спокойно и доходчиво спрашивайте о тревожащей ситуации;
- помогите определить источник психического дискомфорта;
- вселяйте надежду, что все проблемы можно решить конструктивно;
- помогите подростку осознать его личностные ресурсы;
- окажите поддержку в успешной реализации ребенка в настоящем и помогите определить перспективу на будущее;
- **внимательно выслушайте подростка!**

Рекомендации родителям ребенка проявившего суицидальные наклонности:

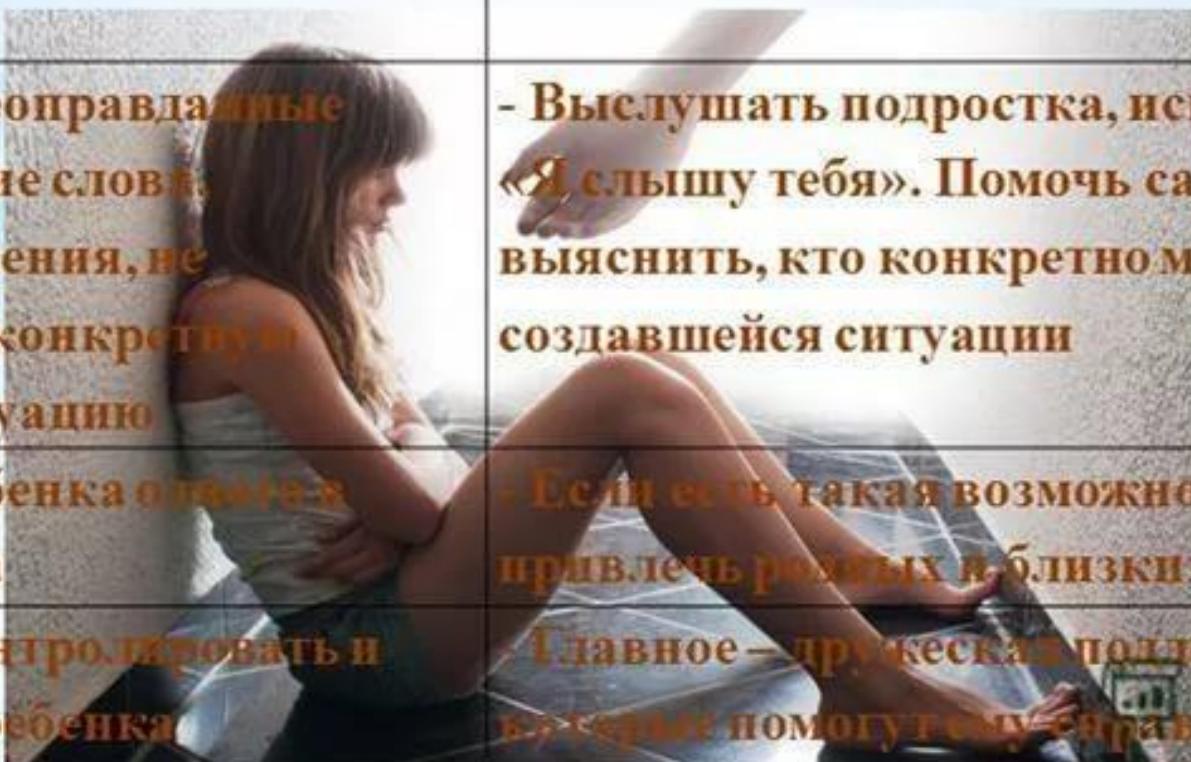
- 1. Фон общения с ребенком должен быть спокойным и доброжелательным.*
- 2. Необходимо свести до минимума критику и негативные оценки поведения ребенка, а в отношении его личности такие оценки вообще недопустимы.*
- 3. Главный козырь взрослых — это терпение и тактичность.*
- 4. Необходимо развивать у ребенка инициативность и самостоятельность.*
- 5. В быту необходимо стимулировать ребенка к разностороннему общению: обратиться к кому-то с просьбой, отдать что-либо.*
- 6. На первых этапах присутствие и участие знакомого взрослого обязательно.*

РОЛЬ СЕМЬИ В ПРОФИЛАКТИКЕ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ

- Спокойная, доброжелательная обстановка в семье
- Необходимо постоянно разговаривать с ребенком, знать его проблемы, строить планы на будущее
- Внушать ребенку оптимистический настрой, вселять уверенность, показывать, что он способен добиваться поставленных целей
- Предъявлять требования по возможностям ребенка
- Получать положительные эмоции от совместного отдыха

Памятка для родителей по профилактике суицида среди подростков

Нельзя	Можно
- Стыдить и ругать ребенка за его намерения	- Следует подбирать ключ к загадке суицида, помочь разобраться в причинах
- Недооценивать вероятность суицида, даже если ребенок внешне легко обсуждает свои намерения	- Необходимо всесторонне оценивать степень риска суицида
- Предлагать неоправданные утешения, общие слова, банальные решения, не учитывающие конкретную жизненную ситуацию	- Выслушать подростка, используя слова: «Я слышу тебя». Помочь самому или выяснить, кто конкретно может помочь в создавшейся ситуации
- Оставлять ребенка одна в ситуации риска	- Если есть такая возможность, нужно привлечь родных и близких, друзей и т.п.
- Чрезмерно контролировать и ограничивать ребенка	Главное – дружеская поддержка и опора, которые помогут ему справиться с возникшими затруднениями



MyShared