

- ✓ не спорьте и не старайтесь образумить подростка, говоря: «Ты не можешь убить себя, потому что...»;
- ✓ делайте все от вас зависящее;
- ✓ и, конечно же, обращайтесь к специалистам за помощью!

От заботливого, любящего человека, находящегося рядом в трудную минуту, зависит многое. Он может спасти потенциальному суициденту жизнь.

Самое главное, надо научиться принимать своих детей такими, какие они есть. Ведь это мы, родители, формируя отношения, помогая ребёнку в его развитии, получаем результат воздействия, результат своего труда.

«Что посеешь, то и пожнёшь!» - гласит народная мудрость.

Принятие человека таковым, каким он является, принятие его сущности и сути его существования на Земле - и есть Любовь в истинном её проявлении.

Поэтому совет родителям прост и доступен: "Любите своих детей, будьте искренны и честны в отношении к своим детям и к самим себе".



По интересующим Вас вопросам обращайтесь:

628011, г. Ханты-Мансийск, ул. Светлая, 65
тел. 8 (3467) 930-761

E-mail: oppvega@mail.ru Сайт: www.vegahm.ru

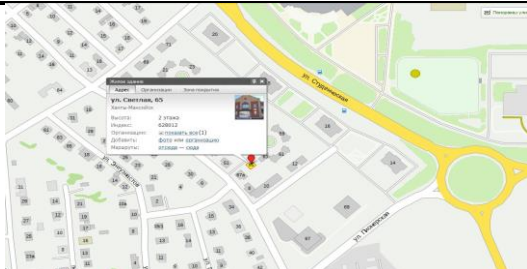
Проезд маршрутным такси № 22, 26

Одноклассники: <https://www.ok.ru/feed>

Instagram: https://www.instagram.com/sentr_vega/

ВКонтакте: <https://vk.com/id555634327>

Проезд маршрутным такси №22, 26



Департамент социального развития Ханты-Мансийского автономного округа – Югры



Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры
«Ханты-Мансийский центр социальной помощи семье и детям»

Отделение социальной адаптации несовершеннолетних и молодежи

Памятка для родителей по профилактике суицида у подростков



18+

Ханты-Мансийск

Суицид - намеренное, умышленное лишение себя жизни, может иметь место, если проблема остается актуальной и нерешенной в течение нескольких месяцев и при этом ребенок ни с кем из своего окружения не делится личными переживаниями.

Будьте бдительны! Суждение, что люди, решившиеся на суицид, никому не говорят о своих намерениях, неверно.

Основные мотивы суицидального поведения у детей и подростков:

- ✓ переживание обиды, одиночества, отчужденности и непонимания;
- ✓ действительная или мнимая утрата любви родителей, неразделенное чувство и ревность;
- ✓ переживания, связанные со смертью, разводом или уходом родителей из семьи;
- ✓ чувства вины, стыда, оскорбленного самолюбия, самообвинения;
- ✓ боязнь позора, насмешек или унижения;
- ✓ страх наказания, нежелание извиниться;
- ✓ любовные неудачи, сексуальные эксцессы, беременность;
- ✓ чувство мести, злобы, протеста; угроза или вымогательство;
- ✓ желание привлечь к себе внимание, вызвать сочувствие, избежать неприятных последствий, уйти от трудной ситуации;
- ✓ сочувствие или подражание товарищам, героям книг или фильмов.

Причины проявления суицида:

- Отсутствие доброжелательного внимания со стороны взрослых.
- Резкое повышение общего ритма жизни.
- Социально-экономическая дестабилизация.
- Алкоголизм и наркомания среди родителей.
- Жестокое обращение с подростком, психологическое, физическое и сексуальное насилие.
- Алкоголизм и наркомания среди подростков.
- Неуверенность в завтрашнем дне.
- Отсутствие морально-этических ценностей.
- Потеря смысла жизни.

- Низкая самооценка, трудности в самоопределении.
- Бедность эмоциональной и интеллектуальной жизни.
- Безответная влюбленность.

Что может удержать подростка от суицида:

- 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 ребенку осознать его личностные ресурсы;
- Окажите поддержку в успешной реализации ребенка в настоящем и помогите определить перспективу на будущее;
- Внимательно выслушайте подростка!

Советы для родителей по профилактике подростковых суицидов:

1. Открыто обсуждайте семейные и внутренние проблемы детей.
2. Помогайте своим детям строить реальные цели в жизни и стремиться к ним.
3. Обязательно содействуйте в преодолении препятствий.
4. Любые стоящие положительные начинания подростков одобряйте словом и делом.
5. Ни при каких обстоятельствах не применяйте физические наказания.
6. Больше любите своих подрастающих детей, будьте внимательными и, что особенно важно, деликатными с ними.

Также важно соблюдать следующие правила:

- ✓ будьте уверены, что вы в состоянии помочь;
- ✓ будьте терпеливы;
- ✓ не старайтесь шокировать или угрожать человеку, говоря «пойди и сделай это»;
- ✓ не анализируйте его поведенческие мотивы, говоря: «Ты так чувствуешь себя, потому что...»;