

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.**

Рекомендации педагогам и родителям по оказанию помощи детям в предотвращении суицидального поведения:

- Откажитесь от авторитарности и приказного тона в общении с ребенком.
- Стройте отношения на основе договора, просьб, объяснений.
- Серьезно относитесь ко всем угрозам со стороны ребенка. Помните, подростки не имитируют суицид.
- Дайте почувствовать ребенку, что вам не безразличны его проблемы.
- Отстаивайте свою точку зрения, что самоубийство – неэффективный способ решения проблем.
- Прибегните к помощи авторитетных для подростка людей.
- Обратитесь вместе с подростком в психоневрологический диспансер, к детскому или подростковому психиатру.
- Не бойтесь попросить о помощи.

Всегда обращайтесь внимание на :

- Разговоры ребенка о самоубийстве, нездоровые фантазии на эту тему, акцентирование внимания на эпизодах суицидов в фильмах, новостях.
- Появление у ребенка литературы о суицидах, просмотр соответствующей информации в интернете.
- Попытки ребенка уединиться. Стремление к одиночеству, отказ от общения не всегда свидетельствует о предрасположенности к самоубийству, но всегда говорит о моральном дискомфорте ребенка.
- Разговоры и размышления ребенка о том, что он абсолютно никому не нужен, что в том случае, если он исчезнет, его никто не будет искать, и даже не заметит его отсутствия. Ни в коем случае не оставляйте такие заявления без внимания и не подшучивайте над ними. Постарайтесь выяснить причину подобного настроения и убедить ребенка в обратном. Даже музыка или живопись могут послужить симптомами для родителей о том, что что-то не так. Обращайте внимание на то, какую музыку слушает ваш ребенок. Тщательно маскируемые попытки ребенка попрощаться с вами – непривычные разговоры о любви к вам, попытки закончить все свои дела как можно быстрее. Дарение своих любимых и наиболее ценных вещей, с которыми он раньше не расставался, друзьям

Что может удержать 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 личные ресурсы;
- Окажите поддержку в успешной реализации ребенка в настоящем и помогите определить перспективу на будущее.



Что 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 смейтесь над подростком.
- недооценивать вероятность суицида, даже если ребенок внешне легко обсуждает свои намерения;
- предлагать неоправданные утешения, общие слова, банальные решения, не учитывающие конкретную жизненную ситуацию;
- чрезмерно контролировать и ограничивать ребенка;
- не оставляйте ребенка одного.

Анкетирование родителей (выявление признаков суицидального риска)

1. Рождение Вашего ребенка было желанным?
2. Вы каждый день его целуете, говорите ласковые слова, шутите с ним?
3. Разговариваете с ребенком по душам?
4. Раз в неделю проводите с ним досуг? Как?
5. Обсуждаете с ним сложившиеся семейные проблемы?
6. Вы знаете его друзей? (чем занимаются, где живут?)
7. Вы в курсе о его время проведении, хобби, занятиях?
8. Вы знаете о его недругах, недоброжелателях?
9. Вы первым идете на примирение, разговор?
10. Вы не оскорбляете, не унижаете своего ребенка?
11. К кому может обратиться за помощью Ваш ребенок?

