Если замечена склонность несовершеннолетнего к суициду, следующие советы помогут изменить ситуацию:

- Для ребенка, который чувствует, что он бесполезен и нелюбим, забота и участие отзывчивого родителя являются мощными ободряющими средствами.
- Внимательно выслушайте подростка. Будьте искренними в общении, спокойно и доходчиво спрашивайте о тревожащей ситуации. Наиболее подходящими вопросами могут быть: «Что с тобой случилось за последнее время? К кому из окружающих твои проблемы имеют отношение?»
- Оцените серьезность намерений и чувств ребенка, а также глубину эмоционального кризиса. Постарайтесь узнать, есть ли у него план действий. Конкретный план знак реальной опасности.
- Внимательно отнеситесь ко всем, даже самым незначительным обидам и жалобам. Не пренебрегайте ничем из сказанного.
- Вселяйте надежду, что все проблемы можно решить конструктивно.

Самое главное – покажите своему ребенку, что он вам небезразличен.

Дайте ему почувствовать, что он любимый и желанный. Постарайтесь уверить его, что все душевные раны со временем заживут. Убедите его в том, что безвыходных ситуаций не бывает! Помогите ему увидеть этот выход, а не в выводах, сделанных из нее.



Подготовила: специалист по комплексной реабилитации ОДП Лоскутова А.В.

Микрорайон 4-й «Молодежный», дом 3, г. Пыть-Ях, ХМАО –Югра, Российская Федерация, 628383
Кабинет приема граждан
Тел: (3463) 42-93-00,
Приемная Тел.:(3463)42-90-20
Эл. почта: Pyahrcdpov@admhmao.ru E-mail: Zhurayushka@dtsznhmao.ru

Официальный сайт: zhuravushka86.ru

Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Пыть-Яхский реабилитационный центр»

Суицид.

Как предупредить.

Рекомендации родителям



г. Пыть – Ях 2022г. Смысл жизни заключается в самой жизни, а не в выводах сделанных из нее. Он - в переживании самого течения жизни. Поэтому к жизни надо относиться как к непрерывно восполняемому опыту...

М. Дронов

Уважаемые родители!

Подросток - уже не ребёнок, но ещё и не взрослый. Эта промежуточная позиция доставляет массу неприятностей.

Общаться с подростками сложно. В процессе взросления подросток обязательно должен в определенный момент проявить свою самостоятельность и попытаться своими усилиями проложить путь в жизни.

Но важно вовремя увидеть знаки эмоционального неблагополучия которые могут привести к суициду:

- Высказывания о нежелании жить: «скоро все закончится», «у вас больше не будет проблем со мной...», «все надоело, я никому не нужен» и т.д.
- Частые смены настроения.
- Изменения в привычном режиме питания, сна.
- Стремление к уединению.
- Потеря интереса к любимым занятиям.
- Раздача значимых (ценных) для ребенка вещей.
- Пессимистические высказывания «у меня нечего не получится», «я не могу» и т.д.
- Чрезмерный интерес к смерти.



Основные причины, подталкивающие ребенка к уходу из жизни:

- семейное неблагополучие (смерть или тяжелая болезнь родственника, развод родителей, ссоры, скандалы, жестокое обращение);
- «скрытое неблагополучие» в благополучной семье, психологическое насилие над ребенком, неприятие его таким какой он есть;
- несчастная любовь;
- проблемы в отношениях со сверстниками;
- подражание любимому киногерою, артисту, кумиру, увлечение молодежными музыкальными и эстетическими движениями;
- шантаж с целью получения желаемого.

Будьте бдительны!

Суждение, что самоубийцы никому не говорят о своих намерениях, неверно.

Большинство людей в той или иной форме предупреждают окружающих. А дети вообще не умеют скрывать своих планов. Разговоры «никто и не мог предположить» означают лишь то, что окружающие не приняли или не поняли посылаемых сигналов.

<u>Соблюдайте несколько правил</u> общения с подростком!

- Беседу с подростком начинайте с дружеского тона.
- При первой встрече с подростком старайтесь его не критиковать.
- В процессе общения проявляйте к нему искренний интерес.
- Обращайтесь к подростку по имени.
- Беседу с подростком начинайте с тех вопросов, мнения по которым совпадают.
- В процессе общения ведите диалог на равных.
- При общении старайтесь держать инициативу в своих руках.
- Умейте смотреть на вещи глазами подростка.