

## Уважаемые родители!

Обращайте внимание на эмоциональное состояние вашего ребенка.

- В современном мире существует риск суицидального поведения **у подростков**.
- В силу своего возраста **дети** не разбираются во многих жизненных ситуациях, и они для них кажутся **безвыходными**.
- Если для **взрослого** эта проблема пустяковая, то для ребенка нет. **Отнеситесь к проблеме серьезно**, попробуйте решить ее вместе, и совместными усилиями вы добьетесь положительного результата.
- Многие подростки считают, что совершить суицид — это показать силу своего характера.
- Дети еще не понимают, что смерть не обратима. Рассчитывают поугубить родителей, друзей, педагогов и, возможно, добиться своей цели.

Но демонстративные суициды часто приводят к смерти - чего несовершеннолетние не осознают.



## Важно вовремя заметить:

- частую смену настроения;
- замкнутость ребенка;
- расставание с любимыми и важными вещами;
- чрезмерный интерес к теме смерти;
- безразличие, отсутствие интереса ко многим вещам;
- проявление раздражительности, агрессии к окружающим, которой возможно до этого не было;
- пропуски учебных занятий, снижение успеваемости;
- намеки о своем намерении, например: «Я скоро перестану быть для вас обузой», «Если я уйду, тебе больше не надо будет обо мне переживать и волноваться», «Представь, если меня не станет, тебе станет легче» и т.п.

## Что делать?

- интересуйтесь жизнью вашего ребенка;
- объясняйте все, что происходит в жизни, находите способы решения проблем;

- не используйте авторитарный стиль воспитания - учитесь договариваться и находить компромиссы;
- говорите о том, что важно детям и на темы, которые им интересны;
- объясняйте, что безвыходных ситуаций не бывает;
- своевременно обращайтесь за помощью к психологам и педагогам.

Если видите, что ребенка что-то беспокоит, спросите его об этом. Если ваш ребенок начал замыкаться в себе, дайте ему понять, что он не один в этом мире, отложите свои дела ненадолго, уделите ему внимание.

Говорите ему, что вы его любите и что он может всегда к вам обратиться за советом, и вы всегда готовы помочь.

