

Министерство труда и социального развития
Краснодарского края

ГАОУ КК «Новолеушковская школа-
интернат с профессиональным обучением»

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ И ДЕТЕЙ

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.

Суицидологи и психологи, выбирая три «наиболее важные причины», вызывающие подростковые суициды, в качестве основной выделили:

- семейную обстановку и отношения с родителями (развод родителей и потеря одного из родителей, давление со стороны родителей);
- взаимоотношения со сверстниками (давление со стороны сверстников, недостаток общения);
- опасные группы в социальных сетях и интернете;
- несчастная любовь,
- низкая самооценка (может быть в связи физической непривлекательностью);
- отсутствие личных перспектив;
- проблемы в учебе;
- тотальный контроль со стороны родителей



2021 г.
ст. Новолеушковская

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. Любые стоящие положительные начинания молодых людей одобряйте словом и делом.
4. Больше любите своих детей, будьте внимательными и, что особенно важно, деликатными с ними.
5. Сохраняйте контакт со своим ребенком. Важно постоянно общаться с подростком, несмотря на растущую в этом возрасте потребность в отделении от родителей.

Для этого:

- расспрашивайте и говорите с ребенком о его жизни, уважительно относитесь к тому, что кажется ему важным и значимым;
 - придя домой после работы, не начинайте общение с претензий, даже если ребенок что-то сделал не так. Проявите к нему интерес, обсуждайте его ежедневные дела, задавайте вопросы. Замечание, сделанное с порога, и замечание, сделанное в контексте заинтересованного общения, будут звучать по-разному;
 - помните, что авторитарный стиль воспитания для подростков неэффективен и даже опасен. Чрезмерные запреты, ограничения свободы и наказания могут спровоцировать у подростка ответную агрессию или аутоагрессию (то есть, агрессию, направленную на себя). В подростковом возрасте предпочтительной формой воспитания является заключение договоренностей. Если запрет необходим, не пожалейте времени на объяснение целесообразности запрета. Если же ребенок продолжает протестовать, то постарайтесь вместе найти решение, устраивающее и вас, и его.
- Самое главное, надо научиться принимать своих детей такими, какие они есть.

Ведь это мы, родители, формируя отношения, помогаем ребенку

в его развитии

Кроме перечисленных, выделяются еще несколько признаков готовности ребенка к суициду, и при появлении 1-2 из которых следует обратить особое внимание:

- утрата интереса к любимым занятиям, снижение активности, апатия, безволие;
- пренебрежение собственным видом, неряшливость;
- появление тяги к уединению, отдаление от близких людей;
- резкие перепады настроения, неадекватная реакция на слова, беспричинные слезы, медленная и маловыразительная речь;
- внезапное снижение успеваемости и рассеянность;
- плохое поведение в школе, прогулы, нарушения дисциплины;
- склонность к риску и неоправданным и опрометчивым поступкам;
- проблемы со здоровьем: потеря аппетита, плохое самочувствие, бессонница, кошмары во сне;
- безразличное расставание с вещами или деньгами;
- стремление привести дела в порядок, подвести итоги, просить прощения за все, что было;
- самообвинения или наоборот - признание в зависимости от других;
- шутки и иронические высказывания либо философские размышления на тему смерти.

