



Памятка для родителей и педагогов



ПРИЧИНЫ СУИЦИДА

Как правило, причинами суициды становятся сугубо личные причины и переживания, проблемы, которые подростку зачастую кажутся глобальными и абсолютно неразрешимыми:

- ✚ **Ссора с друзьями.** Причем ссора может быть из-за абсолютного пустяка.
- ✚ **Расставание с любимым человеком или его измена.** В подростковом возрасте дети уверены, что первая любовь – это навсегда и относится к ней крайне серьезно.
- ✚ **Сложная психологическая обстановка в семье** – ссоры с родителями, скандалы родителей между собой, их развод..
- ✚ **Игровая и компьютерная зависимость.**
- ✚ **Насилие в семье.**
- ✚ **Подростковая беременность.** Беременность девочки-подростка становится поводом для суицида примерно в 21% всех случаев.

ПРОФИЛАКТИКА

- ✚ 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!



Варианты помощи детям и подросткам, попавшим в трудную жизненную ситуацию:

1. работа «телефонов доверия»
2. помощь профессиональных психологов, социологов
3. квалифицированная преподавание предмета «Основы здорового образа жизни»

