**Почему ребенок решается на самоубийство?**

* нуждается в любви и помощи и не по­лучает их
* чувствует себя никому ненужным
* не может сам разрешить сложную си­туацию

- накопилось множество нерешенных
проблем

* боится наказания
* хочет отомстить обидчикам
* хочет получить кого-то или что-то
* алкоголизм и наркомания среди родителей
* низкая самооценка
* безответнаявлюблённость

**Что должно насторожить в поведении ребенка?**

- угрожает покончить с собой, составляет
записки об уходе из жизни

- заявляет: «ненавижу жизнь», «они еще
пожалеют о том, что мне сделали», «я ни­
кому не нужен», «я больше не в силах вы­
носить это» и т.п.

- отмечается резкая смена настроения

- раздает любимые вещи, «приводит свои дела в порядок»

- становится агрессивным, бунтует, не
желает никого слушать

- живет на грани риска, не бережет себя

- утратил самоуважение

- начал или усилил употребление алкого­ля или наркотиков

**Чего нельзя делать?**

* не читайте нотации;
* не игнорируйте человека, его желание получить внимание;
* не говорите «Разве это проблема?», «Ты живешь лучите других» и т.д.;
* не спорьте;
* не предлагайте неоправданных утеше­ний;
* не смейтесь над подростком.

**Что Вы можете сделать?**

* серьезно отнеситесь ко всем угрозам, пусть специалист (психолог, психиатр) решает, насколько они реальны;
* будьте внимательны к своему ребенку, умейте слушать ребенка;
* откровенно разговаривайте с ним;
* не бойтесь прямо спросить о самоубий­стве;
* не оставляйте ребенка один на один с проблемой;
* предлагайте конструктивные подходы к решению проблемы;
* вселяйте надежду, что любая ситуация может разрешиться конструктивно;
* привлеките к оказанию поддержки зна­чимых для ребенка лиц;
* не бойтесь просить о помощи.

**Советы внимательным и лю­бящим родителям:**

- показывайте ребенку, что вы
его любите;

* чаще обнимайте и целуйте;
* поддерживайте в сложных си­туациях;
* учите его способам разреше­ния жизненных ситуаций;
* вселяйте в него уверенность в себе;



*Верьте в своего ребёнка, и тогда он точно почувствует, что дома ему лучше, ведь дома его любят, принимают и уважают.*

 ***Жизнь имеет в точности ту ценность, которой мы хотим ее наделить***

И. Бергман

***Нет такой ситуации, в которой нам не была бы предоставлена жизнью возможность найти смысл, и нет такого человека, для которого жизнь не держала бы наготове какое-нибудь дело. Возможность осуществить смысл всегда уникальна, и человек, который может ее реализовать, всегда неповторим***

В. Франкл

***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 воспринимаемому опыту…***

М. Дронов

***КУДА ТЫ МОЖЕШЬ ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ***

***Телефон доверия:***

***8-800-2000-122***



***Родители не забывайте:***

***ДЕТИ– ГЛАВНАЯ ЦЕННОСТЬ!***

МОУ «ООШ» с. Деревянск

******

Родителям о подростковом суициде