

Два мира есть у человека:  
Один, который нас творил,  
Другой, который мы от века  
Творим по мере наших сил.

Николай Заболоцкий

Все известные мировые религии не одобряют суицид, и этому есть объяснение. С точки зрения религиозного человека – жизнь – это Божий дар, а самоубийца «швыряет Божий дар в лицо Богу».

**Подумайте об этом!**

**КАК СПАСТИ  
СВОИХ ДЕТЕЙ**

**«Родителям о детях» -  
рекомендации по  
профилактике суицида**

*Материал подготовила  
заместитель директора  
по воспитательной работе,  
кандидат педагогических наук  
Герасимова Анна Юрьевна*

**Санкт-Петербург, 2017г.**

## 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. Обязательно содействуйте в преодолении препятствий.
4. Любые стоящие положительные начинания молодых людей одобряйте словом и делом.
5. Ни при каких обстоятельствах не применяйте физические наказания.
6. Больше любите своих подрастающих детей, будьте внимательными и, что особенно важно, деликатными с ними.

От заботливого, любящего человека, находящегося рядом в трудную минуту, зависит многое. Он может спасти потенциальному суициденту жизнь.

Самое главное, надо научиться принимать своих детей такими, какие они есть. Ведь это мы, родители, формируя отношения, помогая ребёнку в его развитии, получаем результат воздействия, результат своего труда.

"Что посеешь, то и пожнёшь!" - гласит народная мудрость.

Принятие человека таковым, каким он является, принятие его сущности и

сути его существования на Земле - и есть Любовь в истинном её проявлении.

Поэтому совет родителям прост и доступен: *"Любите своих детей, будьте искренне и честны в своём отношении к своим детям и к самим себе"*.

## ПРИЧИНЫ ПРОЯВЛЕНИЯ СУИЦИДА

- Отсутствие доброжелательного внимания со стороны взрослых
- Резкое повышение общего ритма жизни
- Социально-экономическая дестабилизация
- Алкоголизм и наркомания среди родителей
- Жестокое обращение с подростком.
- Алкоголизм и наркомания среди подростков
- Неуверенность в завтрашнем дне
- Отсутствие морально-этических ценностей
- Потеря смысла жизни
- Низкая самооценка, трудности в самоопределении
- Бедность эмоциональной и интеллектуальной жизни
- Безответная влюбленность

## ЧТО МОЖЕТ УДЕРЖАТЬ ПОДРОСТКА ОТ СУИЦИДА:

- 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!**