

## *Дети и подростки могут предпринять попытку самоубийства...*

- ✓ когда чувствуют себя одинокими;
- ✓ когда кажется, что никто не понимает;
- ✓ когда очень обижены;
- ✓ когда только кажется или на самом деле родители недолюбливают;
- ✓ когда влюблены безответно;
- ✓ когда ревнуют к другим членам семьи;
- ✓ когда один из родителей уходит из семьи;
- ✓ когда насмехаются и унижают;
- ✓ когда боятся наказания;
- ✓ когда боятся неудач, неуспехов, несостоительности;
- ✓ когда переживают отчаяние;
- ✓ когда протестуют;
- ✓ когда хотят убежать от трудной ситуации.

*По статистике лишь только 5% самоубийств совершают подростки с психическими заболеваниями, остальные 95% составляют дети и подростки, которые находятся в трудной жизненной ситуации.*

*Ваш ребёнок стал высказывать или записывать в дневнике мысли о самоубийстве, кто-то из его друзей или знакомых покончил с собой, он начал читать литературу о смерти и много рассуждать на эту тему, внезапно стал замкнутым, избегает общения с близкими, Ваши семейные отношения разладились, часто возникают ссоры и конфликты... обратитесь к нам.*

Мы всегда готовы предоставить Вам квалифицированную психологическую, методическую и консультативную помощь по адресу:

**г. Майкоп, ул. 2-я Крылова, 2**

Государственное бюджетное учреждение Республики Адыгея

**«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»,**

Телефон: (8772) 54-02-62

Электронная почта: [diaghost@mail.ru](mailto:diaghost@mail.ru)

Сайт: [www.cdc.minobr.ru](http://www.cdc.minobr.ru)

Телефон экстренной психологической помощи: 8-800-2000-122

Время работы центра:

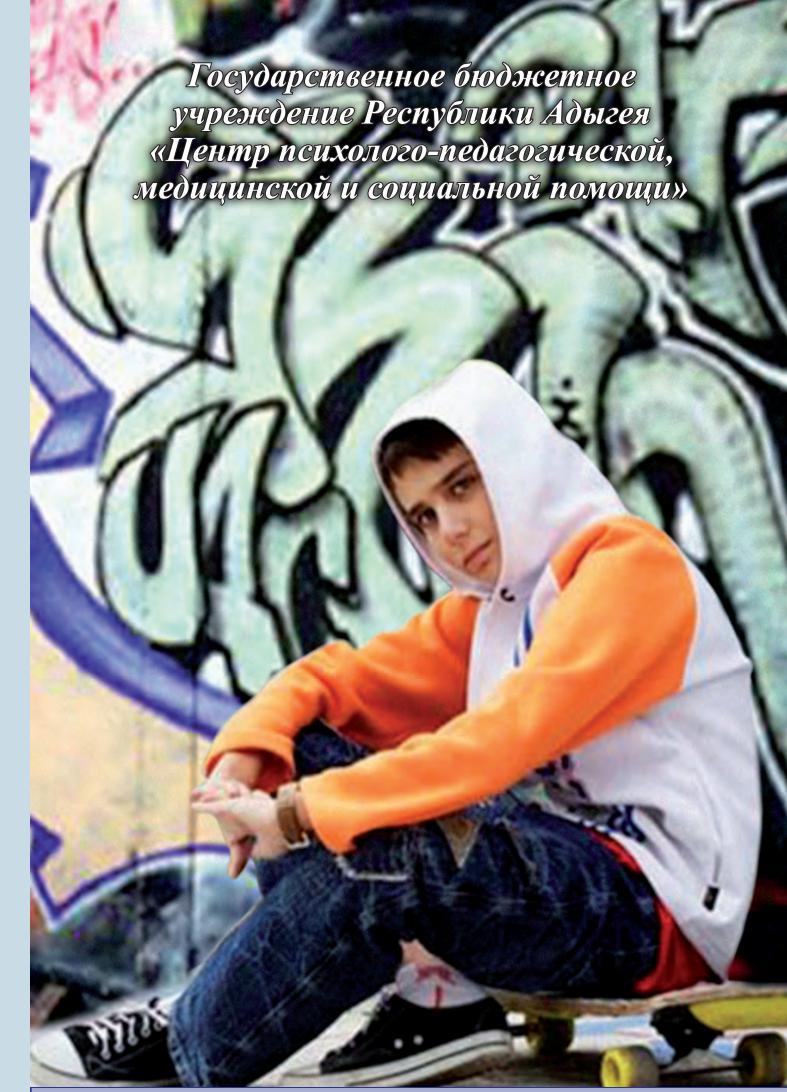
понедельник-четверг с 8.00 до 17.00

пятница с 8.00 до 16.00

Буклет подготовлен специалистами ГБУ РА «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»  
в рамках федерального проекта «Поддержка семей, имеющих детей»



**Государственное бюджетное учреждение Республики Адыгея «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»**



**ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ**

**РОДИТЕЛЯМ**

**О СУИЦИДАЛЬНОМ ПОВЕДЕНИИ**

**ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ**

*г. Майкоп*

## **Что скрывается под сочетанием «суицидальное поведение ребёнка»?**

фантазирование ребёнка, его размышления и высказывания, угрозы и действия, связанные с лишением себя жизни.

Если у детей и подростков и возникают мысли о самоубийстве, то, как правило, смерть не планируется ими с такой определенностью и тщательностью, как взрослыми.

**НО! понять, когда ребёнок хочет только напугать своим поведением или действительно собрался лишить себя жизни, очень трудно.**

**Не оставляйте без внимания любую мысль, высказанную или написанную ребёнком!**

**Помните,  
что повышенная угроза смерти  
у детей и подростков создается из-за:**

- их неспособности заранее просчитать исход ситуации;
- особенностей детского организма, который очень быстро реагирует на отравления, травмы и удушье.

## **Как предотвратить возможность суицидального поведения у ребёнка**

- следите за развитием и психологическим состоянием ребёнка, своевременно обращайтесь за помощью к специалистам;
- будьте особенно внимательны к детям с тяжёлыми заболеваниями, уродствами и увечьями;
- создавайте условия и возможности для самореализации и самоутверждения ребёнка (занятия в секциях, кружках, школах);



- берегите тёплые и доверительные взаимоотношения с ребёнком, поддерживайте его в любой трудной ситуации, даже если она Вам не кажется таковой;
- создавайте в семье атмосферу тепла, любви, заботы и уважения;
- учитывайте мнение ребёнка, когда решаете вопросы, касающиеся его;
- интересуйтесь друзьями ребёнка (что именно его в них привлекает) и его занятиями (чем он интересуется, чем живет и увлекается);
- разговаривайте с ребёнком по душам о первой любви и его переживаниях, связанных с ней;
- будьте чуткими к любым проявлениям ребёнка, развивайте свои способности замечать малейшие изменения в его состоянии и поведении;
- учите детей и подростков общаться, умело решать конфликты, сотрудничать с другими людьми;
- учите детей и подростков справляться с трудными ситуациями, искать выходы, обращаться за помощью и принимать её;
- соразмеряйте свои требования с реальными возможностями ребёнка, не поднимайте высоко планку, всё должно быть ему по силам;
- уважайте мысли и чувства ребёнка, показывайте, что он для Вас очень важен и значим как человек.