**Советы для родителей по** [**профилактике подростковых суицидов**](http://pedsovet.su/publ/87-1-0-4947)**.**

 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, психологическое, физическое и сексуальное насилие  
• 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!

За поддержкой Вы всегда можете обратиться в социально-психологическую службу