

Памятка для родителей по профилактике суицида среди подростков

Нельзя

- Стыдить и ругать ребенка за его намерения

- Недооценивать вероятность суицида, даже если ребенок внешне легко обсуждает свои намерения

- Предлагать неоправданные утешения, общие слова, банальные решения, не учитывающие конкретную жизненную ситуацию

- Оставлять ребенка одного в ситуации риска

- Чрезмерно контролировать и ограничивать ребенка

Можно

- Следует подбирать ключ к загадке суицида, помочь разобраться в причинах

- Необходимо всесторонне оценивать степень риска суицида

- Выслушать подростка, используя слова: «Я слышу тебя». Помочь самому или выяснить, кто конкретно может помочь в создавшейся ситуации

- Если есть такая возможность, нужно привлечь родных и близких, друзей и т.п.

- Главное – дружеская поддержка и опора, которые помогут ему справиться с

возникшими затруднениями

