

Родителям по профилактике суицида среди подростков

Своевременность приобретает особое значение при работе с подростками. От внимательного отношения и грамотного реагирования окружающих (родителей, педагогов, сверстников, медицинских работников) зависит реализация их планов.

Для подростков характерна эмоциональная неустойчивость и резкие колебания настроения, появление «чувства взрослости», утверждение «своего Я», а также вытеснение учебной деятельности интимно-личностным общением.

Психологический смысл подросткового суицида — это чаще всего «крик о помощи», или протест, стремление привлечь внимание к себе, обида, чувство вины, страх позора или наказания.

Риск совершения суицида повышается при наличии сложной семейной ситуации (развод родителей, жестокое обращение в семье, психические заболевания в семье и др.), недостатков физического развития, вредных привычек, проблем во взаимоотношениях со сверстниками.

Как родителям вести себя с суицидальным подростком

Прежде всего с ребенком нужно разговаривать, пытаться выяснить причины того или иного поведения и понять их, проявлять заинтересованность к событиям, происходящим с ребенком. Ни в коем случае нельзя стыдить и ругать ребенка за его намерения.

Проявите заинтересованность, отзывчивость, любовь и заботу. Дайте понять ребенку, что вы его слышите. Помогите выяснить, что конкретно может помочь в создавшейся ситуации. Нельзя недооценивать вероятность суицида, даже если ребенок внешне легко обсуждает свои внутренние намерения.

Будьте для ребенка поддержкой и опорой, что поможет справиться с возникшими трудностями, не оставляйте его одного в ситуации риска. Ведь так важно знать, что тебе могут и хотят помочь, и чувствовать, что тебя любят.