



## Памятка для родителей по профилактике суицидального поведения среди несовершеннолетних

*«Что посеешь, то и пожнешь» - гласит народная мудрость*

### **Причины суицидального поведения у детей и подростков:**

- Отсутствие доброжелательного внимания со стороны взрослых;
- Материальная нестабильность;
- Злоупотребление психоактивными веществами родителями или детьми;
- Жестокое обращение с детьми, психологическое, физическое, сексуальное насилие;
- Неуверенность в завтрашнем дне;
- Отсутствие морально-этических ценностей;
- Потеря смысла жизни;
- Низкая самооценка, психическое состояние, связанное с невозможностью удовлетворения тех или иных потребностей.

### **Основные мотивы суицидального поведения у детей и подростков:**

- Переживание обиды, одиночества, отчуждения и непонимания;
- Действительная или мнимая утрата любви родителей, неразделенное чувство и ревность;
- Переживания, связанные со смертью, разводом или уходом родителей из семьи;
- Чувство вины, стыда, оскорбленного самолюбия;
- Боязнь позора, насмешек или унижения;
- Страх наказания, нежелание извиниться;
- Любовные неудачи, сексуальные эксцессы, беременность;
- Чувство мести, злобы, протеста: угроза или вымогательство;
- Желание привлечь к себе внимание, вызвать сочувствие, уйти от трудной ситуации;
- Сочувствие или подражание кумирам, товарищам, героям книг или фильмов.

### **Что может удержать ребенка от рокового шага:**

- Заботливое отношение родителей;
- Умение принимать своих детей такими, какие они есть;
- Умение быть внимательным слушателем;
- Помощь ребенку в осознании проблемы и ее конструктивном решении совместными усилиями;
- Поддержка в успешной организации НАСТОЯЩЕГО и БУДУЩЕГО.

### **Советы для родителей по профилактике суицида у детей и подростков:**

- Открыто обсуждайте семейные и внутренние проблемы детей;
- Помогайте своим детям строить реальные цели в жизни и стремиться к ним;
- Обязательно содействуйте в преодолении препятствий;
- Любые стоящие начинания детей одобряйте словом и делом;
- Ни при каких обстоятельствах не применяйте физического наказания;
- Любите своих детей, будьте внимательны к ним, будьте деликатными по отношению к своим детям;
- От заботливого любящего человека, находящегося рядом в трудную минуту, зависит многое. Он может спасти потенциальному суициденту жизнь.