*-окажите поддержку в успешной реализации ребенка в настоящем и помогите определить перспективу на будущее;*

***-внимательно выслушайте подростка!***

*Служба психологической помощи населению Павлодарской области «Кризисный центр» на базе КГП на ПХВ «ПОПНД»*

*Анонимно. Конфиденциально. Бесплатно. Круглосуточно.*

***Телефоны доверия***

***8 (7182) 34-73-73***

***8-800-080-34-34***

*На сайте* ***nao.kz*** *представлены методические рекомендации для родителей по профилактике суицидального поведения детей*

*Педагоги-психологи*

*Щербинина Е.А., Шевелева Е.И.*

*ГУ «Школа-лицей №16»*

*г. Павлодар*

**

***10 сентября - Всемирный день предотвращения самоубийств***

***ДАВАЙТЕ ЛЮБИТЬ ЭТУ ЖИЗНЬ!***

***Родителям о детях: рекомендации по профилактике суицида***

*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.***

***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;*