

## УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

Задумайтесь, часто ли Вы улыбаетесь своему ребенку, говорите с ним о его делах, искренне интересуетесь иными проблемами в школе, взаимоотношениями с друзьями, одноклассниками...

Ваше внимательное отношение к ребенку может помочь предотвратить беду! Беду со страшным названием суицид...

## ВАЖНАЯ ИНФОРМАЦИЯ



- ✓ Повод для суицида может быть с точки зрения взрослых пустяковый
- ✓ У детей недостаточно опыта переживания страдания, им кажется, что их ситуация исключительная, а душевная боль никогда не кончится
- ✓ Дети не осознают факта необратимости, им кажется, что они смогут воспользоваться плодами своего

поступка

- ✓ Многие подростки считают суицид проявлением силы характера
- ✓ Чаще всего дети совершают суицидальные попытки, чтобы изменить мир вокруг себя
- ✓ Ребенку трудно просчитать ситуацию, поэтому часто демонстративные суициды заканчиваются смертью.

## СУИЦИД ВОЗМОЖНО ПРЕДОТВРАТИТЬ!

Важно вовремя увидеть знаки эмоционального неблагополучия:

- ✓ Высказывания о нежелании жить: «скоро все закончится...», «у вас больше не будет проблем со мной...», «все надоело, я никому не нужен...» и т.д.
- ✓ Частые смены настроения.
- ✓ Изменения в привычном режиме питания, сна.
- ✓ Рассеянность, невозможность сосредоточиться.
- ✓ Стремление к уединению.
- Потеря интереса к любимым занятиям.
- ✓ Раздача значимых (ценных) для ребенка вещей.
- ✓ Пессимистические высказывания: «у меня ничего не получится», «я не смогу...» и т.д.
- ✓ Резкое снижение успеваемости,

пропуски уроков

- ✓ Употребление психоактивных веществ
- ✓ Чрезмерный интерес к теме смерти

## ЕСЛИ ВЫ ЗАМЕТИЛИ ПРИЗНАКИ ОПАСНОСТИ НУЖНО:

- ✓ попытаться выяснить причины кризисного состояния ребенка,
- ✓ окружить ребенка вниманием и заботой,
- ✓ обратиться за помощью к психологу,
- ✓ в случае длительно сохраняющихся признаков, таких как отсутствие интереса к деятельности, плохое настроение, изменение сна, аппетита, необходимо обратиться за помощью к психиатру, психотерапевту.

