**Как родителям вести себя с суицидальным подростком**

**1. ЕСЛИ ВЫ СЛЫШИТЕ**: «Ненавижу учебу, одноклассников и т.п. …»,

СПРОСИТЕ: «Что происходит У НАС, из-за чего ты себя так чувствуешь?…»

НЕ ГОВОРИТЕ: «Когда я был в твоем возрасте… да ты просто лентяй!»

**2. ЕСЛИ ВЫ СЛЫШИТЕ**: «Все кажется таким безнадежным…»,

СКАЖИТЕ: «Иногда все мы чувствуем себя подавленными. Давай подумаем,

какие у нас проблемы и какую из них надо решить в первую очередь».

НЕ ГОВОРИТЕ: «Подумай лучше о тех, кому еще хуже, чем тебе».

**3. ЕСЛИ ВЫ СЛЫШИТЕ**: «Всем было бы лучше без меня!…»,

СКАЖИТЕ: «Ты очень много значишь для нас и меня беспокоит твое настроение.

Скажи мне, что происходит». НЕ ГОВОРИТЕ: «Не говори глупостей. Давай

поговорим о чем-нибудь другом».

**4. ЕСЛИ ВЫ СЛЫШИТЕ**: «Вы не понимаете меня!…», СКАЖИТЕ:

«Расскажи мне, как ты себя чувствуешь. Я действительно хочу это знать».

НЕ ГОВОРИТЕ: «Кто же может понять молодежь в наши дни?»

**5. ЕСЛИ ВЫ СЛЫШИТЕ**: «Я совершил ужасный поступок…»,

СКАЖИТЕ: «Давай сядем и поговорим об этом». НЕ ГОВОРИТЕ: «Что посеешь,

то и пожнешь!»

**6. ЕСЛИ ВЫ СЛЫШИТЕ**: «А если у меня не получится?…»,

СКАЖИТЕ: «Если не получится, я буду знать, что ты сделал все возможное». НЕ

ГОВОРИТЕ: «Если не получится — значит ты недостаточно постарался!».

**Основными признаками возможной суицидальной опасности**

**являются:**

– угрозы самоубийства, предшествующие попытки самоубийства;

– значительные изменения поведения или личности ребенка/подростка;

– приготовления к последнему волеизъявлению;

– проявления беспомощности и безнадежности, одиночество и

изолированность.