**Памятка для родителей по профилактике суицида среди подростков**

|  |  |
| --- | --- |
| **НЕЛЬЗЯ** | **МОЖНО** |
| Стыдить, ругать ребенказа его намерения | Поддержите ребенка, проявитеэмпатию, помогите разобратьсяв причинах суицидальных мыслей |
| Недооценивать вероятность суицида,даже если ребенок внешне легкообсуждает свои намерения | Необходимо всесторонне оцениватьстепень риска суицида. Обратитевнимание, не изменилось ли поведениеребенка в последнее время |
| Предлагать неоправданные утешения,общие фразы, банальные решения,не учитывающие конкретнуюжизненную ситуацию | Проявите заинтересованность,отзывчивость, любовь и заботу. Дайтепонять ребенку, что вы его слышите.Помогите выяснить, что конкретноможет помочь в создавшейся ситуации |
| Оставлять ребенка одногов ситуации риска | Не оставляйте ребенка одного,привлеките других близких, друзей.Покажите ребенку, что окружающиезаботятся о нем |
| Чрезмерно контролироватьи ограничивать ребенка | Будьте для ребенка поддержкойи опорой, что поможет справитьсяс возникшими трудностями |