**Рекомендации родителям по профилактике суицидального поведения школьников**

Цель: повышение информированности родителей о профилактике суицида школьников

Задачи:

* ознакомить родителей с особенностями суицидального поведения подростков;
* осуществить своевременное выявление признаков суицидального поведения школьника.

Суицид — (самоубийство) — следствие агрессивных действий личности, намеренно направленных на лишение собственной жизни.

Суицидальное поведение – это проявление суицидальной активности – мысли, намерения, высказывания, угрозы, попытки, покушения. Одно из форм отклоняющегося поведения при острых аффективных реакциях.

**Причины суицидов в подростковом возрасте**

1. Несформированное понимание смерти

2. Ранняя половая жизнь, приводящая к ранним разочарованиям

3. Дисгармония в семье

4. Саморазрушаемое поведение (алкоголизм, наркомания)

5. Реакция протеста связанная с нарушением внутрисемейных, внутришкольных взаимоотношений

6. Депрессия

Типичные ошибки и заблуждения, бытующие среди взрослых.

Заблуждение1. Суициды совершаются обычно психически ненормальными людьми.

Заблуждение 2. Самоубийства предупредить невозможно. Тот, кто решил покончить с собой, рано или поздно это сделает.

Заблуждение 3. Если человек открыто заявляет о желании покончить с собой, то он никогда не совершит самоубийства.

Заблуждение 4. Если загрузить человека работой, то ему некогда думать о самоубийстве.

Заблуждение 5. Предвидеть попытку самоубийства невозможно.

Заблуждение 6. Существует некий тип людей,"склонных к самоубийству"

Заблуждение 7. Не существует никаких признаков, которые указывали бы на то, что человек решился на самоубийство.

Заблуждение 8. Решение о самоубийстве приходит внезапно, без предварительной подготовки.

ЧТО МОЖЕТ УДЕРЖАТЬ ПОДРОСТКА ОТ СУИЦИДА:

1. Установите заботливые взаимоотношения с ребенком

2. Будьте внимательным слушателями, искренними в общении

3. Помогите определить источник психического дискомфорта

4. Вселяйте надежду, что все проблемы можно решить конструктивно

5. Помогите ребенку осознать его личностные ресурсы

6. Окажите поддержку в успешной реализации ребенка в настоящем и помогите определить перспективу на будущее

**Признаки готовящего самоубийства**. Приведение своих дел в порядок - раздача ценных вещей, упаковывание; вдруг начинает приводить всё в порядок. Прощание. Может принять форму благодарности различным людям за помощь в разное время. Внешняя удовлетворённость – если решение покончить с собой принято, а план составлен, то мысли на эту тему перестают мучить. Письменные указания (в письмах, записках, дневнике). Словесные указания или угрозы на эту тему. Бессонница.

**Рекомендации родителям:**

1. Наблюдайте за изменениями в поведении ребенка, потерявшего кого-то из близких.

 2. Если ребенок хочет поговорить, найдите время выслушать его.

3. При разговоре слушайте не только ушами, но и глазами, сердцем!!!

4. Будьте готовы к вопросам и всегда будьте честными в ответах. Детей часто интересуют вопросы рождения и смерти.

5. Покажите ребенку, что плакать не стыдно.

6. Не следует произносить фраз типа «Скоро тебе будет лучше».

7. Никогда не говорите: «Ты ведь так не думаешь, не так ли?»

8. Старайтесь быть в контакте с учителем, психологом. Обсуждайте с ним изменения в поведении ребенка, в его привычках.

**Роль родителей в воспитании ребенка незаменима. Вы главные «проектировщики, конструкторы и строители» детской личности.**