

Приемы предупреждения суицидов

- *Воспринимайте ребенка всерьез.* Относиться снисходительно нельзя.
- *Выслушивайте – «Я слышу тебя».* Дайте ему возможность высказаться. Уделите ему ваше время. Задайте вопросы и внимательно слушайте.
- *Ни в коем случае не оставляйте нерешенными проблемы,* касающиеся сохранения физического и психического здоровья ребенка.
- *Анализируйте* вместе с сыном или дочерью каждую трудную ситуацию.
- *Воспитывайте в ребенке привычку рассказывать* родителям не только о своих достижениях, но и о тревогах, сомнениях, страхах.
- *Не опаздывайте с ответами на его вопросы* по различным проблемам физиологии, взаимоотношений и т.д.
- *Не иронизируйте,* если в какой-то ситуации ребенок оказался слабым физически и морально, помогите ему и поддержите его, укажите возможные пути решения возникшей проблемы.
- *Будьте внимательны* к косвенным показателям при предполагаемом самоубийстве. Каждое шутливое упоминание или угрозу следует воспринимать всерьез.
- *Подчеркивайте временный характер проблем* – признайте, что его чувства очень сильны, проблемы сложны – узнайте, чем вы можете помочь, поскольку вам он уже доверяет.
- *Обсудите с ним работу служб,* которые могут оказать помощь в ситуации, сопряженной с риском для жизни; записать соответствующие номера телефонов.

