

## ПАМЯТКА

ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПО ВЫЯВЛЕНИЮ ПРИЗНАКОВ  
СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ  
НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ

### Уважаемые родители!

Знаете ли вы ответы на эти вопросы:

1. *Нравится ли вашему ребенку аниме?*
2. *Влюблен ли ваш ребенок и в кого?*
3. *Есть ли у него прозвище среди сверстников и какое?*
4. *В каком городе хотел бы жить ваш ребенок, когда вырастет?*
5. *Когда вы видели руки своего ребенка без одежды?*
6. *Чем вы гордитесь в своем ребенке?*
7. *Знает ли ваш ребенок об этом?*

Если вы не смогли ответить на все вопросы, значит, вам есть о чем поговорить со своим ребенком.

Статистика показывает, что 62% всех самоубийств несовершеннолетних связано с семейными конфликтами и неблагоприятием, давлением со стороны семьи («ты должен хорошо учиться», «я старше, у меня опыт больше, я знаю лучше, чем ты», «это все несерьезно, лучше думай об учебе»).

Среди других причин нужно назвать разочарование в романтических отношениях, конфликты со сверстниками, неуспехи в учебе, недовольство собой, своей внешностью, а также личностные особенности (замкнутость, склонность к риску и неоправданным и опрометчивым поступкам).

Должны насторожить фразы типа «все надоело», «ненавижу всех и себя», «пора положить всему конец», «когда все это кончится», «так жить невозможно», вопросы «а что бы ты делал, если бы меня не стало?», рассуждения о похоронах, шутки и иронические высказывания либо философские размышления на тему смерти, утрата интереса к любимым занятиям, тяга к уединению, резкие перепады настроения, беспричинные слезы.

Если у вас появились сомнения, первое, что нужно сделать — поговорить по душам с ребенком, чтобы выяснить, что его тревожит. В этом вам может помочь психолог. Чаще всего ребенку достаточно просто выговориться, снять накопившееся напряжение, и его готовность к суициду снижается.

И совсем тревожным сигналом является попытка ребенка раздать все долги, попросить прощение за все, что было, раздарить свои вещи, особенно с упоминанием о том, что они ему не понадобятся, прощальные записки.

**В этом случае стоит незамедлительно обратиться к специалистам: психологу или психотерапевту.**

телефон  
регистратуры  
(4832) 56-77-85

