

Совет родителям прост и доступен:

Любите своих детей, будьте искренни и честны в своём отношении к своим детям и к самим себе.



Самое главное, надо научиться принимать своих детей такими, какие они есть. Ведь это мы, родители, формируя отношения, помогаем ребенку в его развитии.

«Что посеешь, то и пожмешь!» - гласит народная мудрость.

От заботливого, любящего человека, находящегося рядом в трудную минуту, зависит многое. Он может спасти жизнь.

И помните «Вместе мы Сможем Все!!!»



Филиал МБОУ «Первомайская средняя общеобразовательная школа» в с.Новоклепское



**СОВЕТЫ
ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА
ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
ПО
ПРОФИЛАКТИКЕ
ПОДРОСТКОВЫХ
СУИЦИДОВ.**

▶ Суицид – умышленное самоповреждение со смертельным исходом. психологический смысл

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ДЕПРЕССИИ У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ:

Сниженное настроение - от лёгкой грусти до полного отчаяния. Может наблюдаться печаль, тоска, апатия (безразличие, снижение активности), чувство душевной боли. Проявляется это в грустном выражении лица, частых глубоких вздохах, пессимистичных высказываниях.

Нарушение сна (затрудненное засыпание, ночные или ранние пробуждения, чуткий, прерывистый сон, либо, очень глубокий).

Повышенная утомляемость.

- Повышенный уровень тревоги, беспокойства
- Возможно повышение агрессивных реакций - конфликтность. Раздражительность.

ЧТО ДЕЛАТЬ РОДИТЕЛЯМ, ЕСЛИ ОНИ ОБНАРУЖИЛИ ОПАСНОСТЬ?

Если вы увидели хотя бы один из перечисленных выше признаков - это уже достаточный повод для того, чтобы уделить внимание своему подростку и поговорить с ним. Спросите, можете ли вы ему помочь и как, с его точки зрения, это сделать лучше. Не игнорируйте ситуацию. Даже, если ваш сын или дочь отказываются от помощи, уделяйте ему больше внимания, чем обычно. Обратитесь к специалисту самостоятельно или с ребенком.



СОВЕТЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ПОДРОСТКОВЫХ СУИЦИДОВ.

Открыто обсуждайте семейные и внутренние проблемы детей.

Помогайте своим детям строить реальные цели в жизни и стремиться к ним.

Любые стоящие положительные начинания молодых людей одобряйте словом и делом.

Больше любите своих подрастающих детей, будьте внимательными и, что особенно важно, деликатными с ними.

Сохраняйте контакт со своим ребенком. Важно постоянно общаться с подростком.

