

**Помните, человек в кризисном состоянии не всегда может открыто сказать о том, что с ним происходит. В этом случае оказать необходимую помощь может квалифицированный специалист—психолог**

**Психолог** – специалист, к которому нужно обратиться, когда на душе тяжело, пропал смысл жизни, появилось ощущение душевной боли, тоски.

**Что необходимо предпринять, если друг находиться в кризисном состоянии?**

* Рассказать о своих подозрениях старшим (педагогам)
* Поговорить с человеком о его переживаниях
* Посоветовать обратиться за помощью к психологу
* **Если человек не может позвонить в службу экстренной помощи, можно позвонить туда **самому с целью получения рекомендаций у консультанта.

2018

****

«Мир, вероятно, спасти уже не удастся, но отдельного человека всегда можно»

 Иосиф Бродский

# 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.

Обязательно содействуйте в преодолении препятствий.

Любые стоящие положительные начинания молодых людей одобряйте словом и делом.

Ни при каких обстоятельствах не применяйте физические наказания.

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

От заботливого, любящего человека,

находящегося рядом в трудную минуту, зависит многое.

Он может спасти потенциальному суициденту жизнь.

Самое главное, надо научиться принимать своих детей такими, какие они есть. Ведь это мы, родители, формируя отношения, помогая ребёнку в его развитии, получаем результат воздействия, результат своего труда.

*"Что посеешь, то и пожнёшь!"*

- *гласит народная мудрость.*

Принятие человека таковым, каким он является, принятие его сущности и сути его существования на Земле - и есть Любовь в истинном её проявлении.

*Поэтому совет родителям прост и доступен: "Любите своих детей, будьте искренни и честны в своём отношении к своим детям и к самим себе".*



ПРИЧИНЫ ПРОЯВЛЕНИЯ СУИЦИДА

\*Отсутствие доброжелательного внимания со стороны взрослых

\*Резкое повышение общего ритма жизни

\*Социально-экономическая дестабилизация

\*Алкоголизм и наркомания среди родителей

\*Жестокое обращение с подростком, психологическое, физическое и сексуальное насилие

\*Алкоголизм и наркомания среди подростков

\*Неуверенность в завтрашнем дне

\*Отсутствие морально­-этических ценностей

\*Потеря смысла жизни

\*Низкая самооценка, трудности в самоопределении

\*Бедность эмоциональной и интеллектуальной жизни

\*Безответная влюбленность