

Памятка родителям

Как построить беседу с ребёнком, если вы заметили у него суицидальные наклонности



Суицид – намеренное, умышленное лишение себя жизни, может иметь место, если проблема остаётся актуальной и нерешенной в течение нескольких месяцев и при этом ребенок ни с кем из своего окружения не делится личными переживаниями.



Подросток говорит:

Родитель отвечает

«Ненавижу всех...»

«Что заставляет тебя так чувствовать? Давай поговорим об этом»

«Всё безнадежно и бессмысленно»

«Иногда мы все чувствуем себя подавленными. Давай обсудим, какие возникли проблемы, как их можно разрешить»

«Всем было бы лучше без меня!»

«Ты много значишь для меня, для нас. Меня беспокоит твоё настроение. Поговорим об этом»



Подросток говорит:

«Вы не понимаете
меня!»

«Я совершил
ужасный поступок»

«У меня никогда
ничего
не получается»

Родитель
отвечает, приглашая
к доверительному
разговору:

«Расскажи мне,
что ты чувствуешь.
Я действительно хочу
тебя понять»

«Мы все иногда
ошибаемся. Давай
сядем и поговорим
об этом»

Давай обсудим при
каких обстоятельствах
это получится»

