

Роль родителей в оказании помощи подростку в кризисных ситуациях

Защиту от суицидального поведения обеспечивают:

- хорошие, сердечные отношения между членами семьи;
- хорошие, ровные отношения с товарищами в школе, с педагогами;
- уверенность в себе, в своих силах, убежденность в способности достижения жизненных целей;
- умение обращаться за помощью при возникновении трудностей (например, в учебе);
- стремление посоветоваться со взрослыми при необходимости принятия важных решений;
- участие в общественной жизни (например, в творческих и спортивных мероприятиях, объединениях по интересам);

Положительная самооценка и чувство собственного достоинства помогают детям и подросткам избегать эмоциональных проблем и уныния, предоставляют возможность успешного преодоления трудных и травмирующих ситуаций в жизни.

Советы родителям:

- Всегда старайтесь подчеркивать все успешное и хорошее, что присуще ребенку. Ощущение успешности улучшает состояние, повышает уверенность в себе и укрепляет веру в будущее.
- Не следует оказывать постоянное давление на подростка и предъявлять чрезмерные требования в отношении достижения все лучших и лучших результатов (в учебе, в жизни и т.д.).
- Родителям недостаточно только говорить или думать, что они любят своих детей, им следует их действительно любить. Детей важно принимать и любить такими, какие они есть. Они должны чувствовать, что их любят не за хорошее поведение и успехи, а потому что они дети.

Самоубийство не является громом с ясного неба: подростки весьма ясно предупреждают окружающих о своих намерениях и оставляют много возможностей для принятия соответствующих мер – своевременное направление подростка с суицидальными намерениями к детскому психиатру, психологу или в отделение скорой помощи может спасти его жизнь!