

## *Методические рекомендации родителям о подростковом суициде*

### Рекомендации родителям:

- ни в коем случае не оставлять нерешенными проблемы, касающиеся сохранения физического и психического здоровья ребенка;
- анализировать вместе с сыном или дочерью каждую трудную ситуацию;
  - учить ребенка с раннего детства принимать ответственность за свои поступки и решения, предвидеть последствия поступков;
- воспитывать в ребенке привычку рассказывать родителям не только о своих достижениях, но и о тревогах, сомнениях, страхах;
  - не опаздывать с ответами на его вопросы по различным проблемам физиологии;
- не иронизировать над ребенком, если в какой-то ситуации он оказался слабым физически и морально, помочь ему и поддержать его, указать возможные пути решения возникшей проблемы;
- обсудить с ним работу служб, которые могут оказать помощь в сложной ситуации.

### ТЕСТ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Этот тест поможет увидеть картину взаимодействий с ребенком

1. Рождение вашего ребенка было желанным?
2. Вы каждый день его целуете, говорите ласковые слова или шутите с ним?
3. Вы с ним каждый вечер разговариваете по душам и обсуждаете прожитый им день?
4. Раз в неделю проводите с ним досуг?
5. Вы обсуждаете с ним имидж, моду, манеру одеваться?
6. Вы обсуждаете с ним создавшиеся семейные проблемы, ситуации, планы?
7. Вы знаете его друзей? (чем они занимаются, где живут)
8. Вы в курсе его влюбленности, симпатий?
9. Вы знаете о его недругах, недоброжелателях, врагах?
10. Вы знаете о его времяпровождении, хобби, занятиях?

11. Вы знаете, какой его любимый предмет в школе?
12. Вы знаете, кто его любимый учитель?
13. Вы первым идете на примирение, разговор?
14. Вы не оскорбляете и не унижаете своего ребенка?

#### ***Подсчет результатов***

***Если на все вопросы ответили «ДА», значит, вы находитесь на верном родительском пути, держите ситуацию под контролем и сможете в трудную минуту прийти и помочь своему ребенку.***

***Если же большинство ответов «НЕТ» необходимо немедленно изменить поведение, услышать и понять подростка, пока не случилась беда!***

**Материал подготовила: педагог-психолог МБОУ «СОШ № 49» Романова Е.В.**