**Советы для родителей по профилактике подростковых суицидов.**

1. Открыто обсуждайте семейные и внутренние проблемы детей.   
2. Помогайте своим детям строить реальные цели в жизни и стремиться к ним.   
3. Обязательно содействуйте в преодолении препятствий.   
4. Любые стоящие положительные начинания молодых людей одобряйте словом и делом.   
5. Ни при каких обстоятельствах не применяйте физические наказания.   
6. 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 искренне 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

***ЧТО МОЖЕТ УДЕРЖАТЬ ПОДРОСТКА ОТ СУИЦИДА:***

• Установите заботливые взаимоотношения с ребенком   
• Будьте внимательным слушателем   
• Будьте искренними в общении, спокойно и доходчиво спрашивайте о тревожащей ситуации   
• Помогите определить источник психического дискомфорта   
• Вселяйте надежду, что все проблемы можно решить конструктивно   
• Помогите ребенку осознать его личностные ресурсы   
• Окажите поддержку в успешной реализации ребенка в настоящем и помогите определить перспективу на будущее   
• Внимательно выслушайте подростка!