

Считается, что подростковый возраст - самый сложный возраст. У подростков появляются проблемы, переживания, страхи, они часто испытывают хроническое одиночество. *В последнее время имеет место быть множество случаев суицида детей младшего школьного возраста с 8 - 10 лет, самым опасным остается возраст -10 - 14 лет.* Это говорит о том, профилактику суицида подростков нужно начинать уже с первых лет обучения в школе.

### **Что же приводит детей к мыслям о самоубийстве?**

*Недостаток внимания и любви родителей - главная причина детского самоубийства.* Многие родители сегодня заняты на работе до позднего вечера, и, приходя домой, могут только накормить ребенка, приготовить ему вещи на завтра. В то время как с ребенком нужно разговаривать, спрашивать, как у него дела, рассказывать о себе и вместе проводить время: ужинать, гулять, что-то мастерить, готовить, да и просто смотреть фильмы, обсуждать их.

**Ребенок нуждается в родительском общении**, и, если родители не имеют возможность проводить качественное время (совместная деятельность) с ребенком, этим «займется»

кто-то другой: улица, плохая компания, интернет.

Часто дети могут *пугать родителей тем, что покончат с собой* - это первый «звоночек». Одна девочка во время ссоры с отцом сказала, что выбросится из окна и ушла в свою комнату. Отец не придавал значения этим словам, подумав, что дочка сказала это в шутку. Возможно, это было уже не первый раз. Через несколько минут она выпрыгнула из окна высотки.

То же самое, если *ребенок говорит, что вы его не любите*. Что-то пошло в ваших отношениях не так, если ребенок так говорит. И это не его вина, а взрослых. **Хвалите ребенка, радуйтесь его успехам, интересуйтесь его жизнью, проводите время вместе.** Такое может быть с рождением другого ребенка, когда родители в заботах «забывают» о старшем, когда родители слишком заняты своей личной жизнью, отправляют детей к бабушкам и дедушкам.



Но не редко дети молчат: *молча сидят в своей комнате*, читают, рисуют, фотографируют, что-то смотрят в интернете и в один день без видимых на то причин, уходят из жизни. А родители знают истинные интересы и желания своих детей, ведущих уединенный образ жизни?



Может быть, они испытывают проблемы в общении со сверстниками, их дразнят, недолюбливают, их что-то беспокоит (плохое самочувствие, болезни, страхи перед взрослением и физиологическими изменениями организма), не получается понять то, что проходят в школе и отсюда ощущение никчемности, ненужности, покинутости!

Дети, привыкшие к компьютерным играм, в которых герой возрождается после уничтожения, не понимают, что в жизни все по-другому, что **возврата нет**.

Если ваш ребенок тоже говорил вам об этом или намекал, он призывает вас помочь ему - *он говорит, что у него есть проблемы и он хочет их решить*. Если

родители не могут оказать поддержку, то, значит, и никто не может.

Также *ребенок просит побыть с ним, поговорить с ним, погулять, поиграть*. Обязательно откликнитесь на эту просьбу, но не разово. Такая просьба, высказанная вслух, требует системы: меняйте свое отношение к ребенку, *проводите с ним больше качественного времени*, возможно, потребуется взять отпуск, сменить работу или изменить образ жизни.

Неразделенная любовь, плохая успеваемость, конфликт с учителем - все можно преодолеть, если ребенок знает, что дома его любят и ждут, и у него впереди светлое будущее. *Полноценное общение с родителями научит быть уверенным в себе, относиться к происходящему с оптимизмом.*

Для предотвращения суицидов у детей взрослые могут сделать следующее:



### Как нужно отвечать ребенку?

Фраза ребенка	Неверный ответ	Правильный ответ
Ненавижу школу, класс!	Я в твоём возрасте учился, а ты – лентяй!	Расскажи, что происходит. Почему ты себя так чувствуешь?
Вам было бы лучше без меня!	Опять говоришь глупости!	Нас беспокоит твоё настроение. Мы тебя очень любим! Расскажи, что происходит.
У меня ничего не получится?	Значит мало старался!	Не все сразу получается, но я тебе помогу. Мы справимся.
Я дурак. Я совершил плохой поступок!	Что посеешь, то и пожнешь!	Давай сядем и поговорим об этом.
Все кругом так плохо! Так тоскливо!	Есть люди, которым хуже, чем тебе! И ничего, живут!	Давай напишем, какие у нас проблемы, а потом подумаем: какую будем решать в первую очередь.

8-800-2000-122  
бесплатно, анонимно  
**ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ**  
для детей, подростков, родителей

Авторы-разработчики:  
педагог-психолог Г.В. Трифонова,  
социальный педагог О.А. Лобанова

Государственное бюджетное  
общеобразовательное учреждение  
Самарской области  
«Школа-интернат № 115 для обучающихся  
с ограниченными возможностями  
здоровья  
городского округа Самара»

### Буклет для родителей

**Роль родителей  
в профилактике суицидального  
поведения у детей**



г.о. Самара  
январь, 2025г.