



1. Наблюдайте за изменениями в поведении ребенка, потерявшего кого-то из близких.
2. Если ребенок хочет поговорить, найдите время выслушать его.
3. При разговоре слушайте не только ушами, но и глазами, сердцем!
4. Будьте готовы к вопросам и всегда будьте честными в ответах. Детей часто интересуют вопросы рождения и смерти.
5. Покажите ребенку, что плакать не стыдно.
6. Старайтесь быть в контакте с учителем. Обсуждайте с ним изменения в поведении ребенка, в его привычках.

## **Профилактика кризисных проявлений у учащихся**



*«Мир, вероятно, спасти уже не удастся,  
Но отдельного человека всегда можно»  
И. Бродский*

**Своевременная помощь и поддержка ребенка в кризисном, депрессивном состоянии – эффективнейший способ профилактики деструктивного поведения и в том числе – суицида.**

У детей суицидальные попытки обычно рассматриваются как истинные несчастные случаи в связи с отсутствием сформированного представления о смерти. Дети представляют смерть как состояние, после которого жизнь будет снова продолжаться, только без тех проблем, которые у него были.

**Опасные ситуации, на которые необходимо обратить особое внимание:**

- Отвержение сверстников, травля (в том числе в социальных сетях).
- Ссора или острый конфликт со значимыми взрослыми.
- Несчастливая любовь или разрыв романтических отношений.
- Объективно тяжелая жизненная ситуация (потеря близкого человека, резкое общественное отвержение, тяжелое заболевание).
- Личная неудача подростка на фоне высокой значимости и ценности социального успеха.
- Резкое изменение социального окружения (например, в результате смены места жительства).
- Нестабильная семейная ситуация (развод родителей, конфликты, ситуации насилия).

**Что в поведении подростка должно насторожить:**

1. Резкое снижение успеваемости, проявление безразличия к учебе и оценкам.
2. Подавленное настроение, пониженный эмоциональный фон, раздражительность, которое сохраняется длительное время.
3. Резкое изменение поведения (стал неряшливым, не хочет разговаривать с близкими ему людьми, начал раздаривать дорогие ему вещи, теряет интерес к тому, чем раньше любил заниматься, отдаляется от друзей).
4. Наличие примера суицида в ближайшем окружении, а также среди значимых взрослых или сверстников.
5. Ребенок прямо или косвенно говорит о желании умереть или убить себя или о нежелании продолжать жизнь. (Разговоры о нежелании жить – попытка привлечь внимание взрослого к себе и своим проблемам. Бытует миф, что если человек говорит об **этом**, то значит, **этого** не сделает. Однако это не так! Отчаявшийся подросток, на которого не обращают внимания, вполне может довести свое намерение до конца).
6. Рискованное поведение, в котором высока вероятность причинения вреда своей жизни и здоровью.

**Уважаемые родители!**

**Помните, человеку нужна удача, любому человеку. А представьте себе, как в этом нуждаются наши дети? Ведь у них совершенно особые отношения со временем...**

Кажется, никогда не кончится ссора с мамой.

Никогда не наступит праздник.

Никогда не будет ничего хорошего.

Несколько двоек подряд,  
разладились отношения  
с одноклассниками.

Мы – то с вами знаем, что это все - такая малость по сравнению с большой жизнью. Они, наши дети, этого не знают, и поэтому не бросайте их, когда им плохо. Помогите ребенку понять, что борьба и надежда, упорная работа и вера всегда вознаграждаются победой и удачей.

