Многое из того, что нам взрослым кажется пустяком, **для ребенка** **–** **глобальная проблема**.

**ОПАСНЫЕ СИГНАЛЫ**

**В СОСТОЯНИИ И ПОВЕДЕНИИ**

**РЕБЕНКА:**

* частая смена настроения;
* раздражительность, угрюмость;
* потеря интереса к прежним увлечениям;
* пренебрежение внешним видом, неряшливость;
* частые попытки уединиться;
* причинение себе вреда, нанесение самоповреждений;
* стремление к рискованным действиям;
* раздаривание собственных вещей;
* высказывания о бесполезности и бессмысленности жизни;
* разговор или шутки на тему смерти;
* угрозы совершить суицидальную попытку;
* острое переживание, связанное со смертью близких, разводом или уходом из семьи родителей, серьезной болезнью, любовной неудачей;
* острое чувство вины, стыда, оскорбленного самолюбия, самообвинения;
* снижение успеваемости;
* нарушения сна, соматические жалобы и др.

**СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ:**

**Если Вы заметили** **хотя бы один   
из** **перечисленных** признаков (**сигналов)**, **это** уже достаточный **повод** для того, **чтобы** прежде всего **уделит**ь **повышенное внимание своему ребенку**, **спокойно** **обсудив** ситуацию, **причины**, **уточнив**, **чем** Вы **можете помочь**, **совместно** **обдумать** **пути** исправления, сглаживания ситуации.

**Рассмотрите возможности обращения к специалистам вместе   
с ребенком или самостоятельно, очно или заочно** *(посредством Интернет-консультирования, Телефона доверия).*

***Кроме того, всегда старайтесь****:*

* поддерживать доверительные отношения с ребенком;
* не начинать общение с претензий;
* поощрять ребенка   
  к самостоятельному выстраиванию жизненных перспектив;
* совместно обсуждать такие понятия, как смысл жизни, любовь, дружба, предательство и т.д.;
* научить ребенка радоваться   
  не только успехам, достижениям, наградам, но и получать удовольствие от жизни (от общения с природой, друзьями, от интересных книг, спорта, хобби и т.д.).

**Самое главное** – покажите своему ребенку, что он любимый и желанный. **Постарайтесь** **уверить** его, **что** все душевные **раны** со временем **заживут**. **Убедите** его в том, **что безвыходных ситуаций не бывает.** **Помогите** ему **увидеть** этот **выход**!

ЭТИ СЛОВА ЛАСКАЮТ ДУШУ РЕБЕНКА…

* Ты самый любимый!
* Что бы мы без тебя делали!
* Я радуюсь твоим успехам!
* Чтобы ни случилось, твой дом твоя крепость!
* Как хорошо, что ты у нас есть!
* Ты очень много можешь!

**ПОМНИТЕ,**

**ВЫ ТОТ ЧЕЛОВЕК,**

**В КОМ БОЛЬШЕ ВСЕГО НУЖДАЕТСЯ ВАШ РЕБЕНОК!**

