**Действия родителей по профилактике детского суицида**

           Если хоть что-то в поведении вашего ребенка вам показалось странным, либо тревожным, немедленно бросайте все свои дела и старайтесь практически все время проводить рядом с ребенком до тех пор, пока не будете твердо уверенны в том, что суицидальное настроение вашего ребенка ушло без следа. Бейте тревогу!

Не ждите, что всё пройдёт само собой. Остановите его, подошедшего слишком близко к опасной черте. Ведь, возможно, ваши сын или дочь стоят уже у самого края. И уж ни в коем случае постарайтесь не совершить роковой ошибки – нечаянно подтолкнув собственного ребёнка в адскую пропасть только оттого, что его трагедия показалась вам маленькой, несущественной

 Если же вы не в состоянии самостоятельно справиться с существующей проблемой, не стесняйтесь и немедленно обращайтесь за помощью к детским психологам или даже психиатрам.

Психологами доказан тот факт, что зачастую подростки совершают попытку самоубийства не потому, что на самом деле хотят умереть. Причиной подобной попытки суицида становится банальное желание привлечь к себе внимание окружающих, своеобразный крик о помощи. Для таких детей перерезанные вены или таблетки являются лишь своеобразным способом заявить миру о степени своего отчаяния. Однако очень часто подобные попытки обратить на себя внимание приводят к инвалидности, а то и к смерти ребенка.

***Действия родителей при попытке суицида***

                   Если все же предотвратить несчастье не удалось, и ребенок совершил попытку суицида, родители должны принять комплекс срочных мер. Разумеется, первым вашим чувством будет испуг и облегчение от того, что жизнь ребенка все же удалось спасти.

* *Не скрывайте свои чувства от ребенка под маской равнодушия и уж тем более гнева.      Ребенок должен чувствовать, что вы очень любите его и дорожите им.*
* *Ни в коем случае не пренебрегайте помощью профессионалов – зачастую справиться с проблемой своими силами практически невозможно.*
* *Следите за эмоциональным состоянием ребенка, попавшего в беду. Зачастую взрослые, зрелые люди далеко не всегда в состоянии совладать с собственными эмоциями. Что уж говорить о неокрепшей психике подростка.*
* *Ни в коем случае не конфликтуйте с ребенком, не обвиняйте его ни в чем. Постарайтесь понять вашего ребенка, войти в его положение и помочь ему. В том случае, если ребенок будет ощущать вашу помощь и поддержку, он наверняка не станет больше пытаться свести счеты с жизнью.*

***Рекомендации родителям по профилактике детского суицида.***

* *Будьте предельно осторожны в своих словах и действиях.*
* *Не обижайте ребёнка, не унижайте, не наказывайте.*
* *Доверяйте ему и воспринимайте, как самостоятельную личность со своим мнением и желанием.*
* *.Загляните в глаза ребёнка, который рядом с вами.*
* *Как можно чаще ведите с ребёнком «разговоры по душам».*
* *Общение с ребёнком ведите на позитиве.*
* *Создавайте «ситуацию успеха» для ребёнка.*
* *Повышайте самооценку ребёнка, ведь заниженная самооценка ведёт к тревожности, замкнутости, неуверенности, комплексу неполноценности.*
* *Чаще улыбайтесь, дарите радость детям.*
* *Любите и дорожите своим ребенком.*
* *Чаще обнимайте своего сына и дочь.*
* *Покажите своему ребёнку, что он вам небезразличен, пусть он почувствует себя любимым. Убедите его, что безвыходных ситуаций не бывает, что все беды – временны! И вы всегда будете с ним рядом.*

               Детская жизнь – это самое хрупкое и самое драгоценное чудо, которое дарит людям судьба. И от нас зачастую зависит то, насколько счастливой и длинной она станет.