



Какие признаки поведения подростка могут насторожить родителя?

- Ребенок прямо или косвенно говорит о нежелании продолжать жизнь.
- Разговоры о нежелании жить – попытка привлечь ваше внимание к себе и своим проблемам. Отчаявшийся подросток, на которого не обращают внимания, находится в группе риска.
- Это зона риска, находясь в которой высока вероятность причинения вреда своей жизни и здоровью.
- Резкое изменение поведения. Например, стал неряшливым, не хочет разговаривать с близкими ему людьми, стал раздаривать дорогие ему вещи, теряет интерес к тому, чем раньше любил заниматься, отдаляется от друзей.
- У подростка длительное время подавленное настроение, пониженный эмоциональный фон, раздражительность.
- Наличие летального случая в ближайшем окружении подростка, а также среди значимых взрослых или сверстников.

Ситуации риска, в которых нужно быть внимательными:

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

- Резкое изменение социального окружения (например, в результате смены места жительства).

Действия родителя при обнаружении признаков:

- Срочно обратиться к специалисту.
- Сохранять контакт со своим ребенком.
- Говорить о перспективах в жизни и будущем.
- Говорить на серьезные темы, такие как жизнь, смысл жизни, дружба, любовь, смерть, предательство.
- Передать ребенку понимание ценности жизни самой по себе.
- Дать понять ребенку, что опыт поражения, такой же важный опыт, как и достижение успеха.
- Проявить любовь и заботу.
- Найти баланс между предоставлением свободы и родительским руководством.