

СОВЕТЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ПОДРОСТКОВЫХ СУИЦИДОВ

- Открыто обсуждайте семейные и внутренние проблемы
- Помогайте своим детям строить реальные цели в жизни и стремиться к ним.
- Любые стоящие положительные начинания молодых людей одобряйте словом и делом.
- Будьте внимательными и, что особенно важно, деликатными с ними.
- Сохраняйте контакт со своим ребенком. Важно постоянно общаться с подростком, несмотря на растущую в этом возрасте потребность в отделении от родителей.

ДЛЯ ЭТОГО:

- расспрашивайте и говорите с ребенком о его жизни,
- уважительно относитесь к тому, что кажется ему важным и придя домой после работы, не начинайте общение с претензий, даже если ребенок что-то сделал не так.
- Проявите к нему интерес, обсуждайте его ежедневные дела, задавайте вопросы. Замечание, сделанное с порога, и замечание, сделанное в контексте заинтересованного общения, будут звучать по-разному
- Помните, что авторитарный стиль воспитания подростков неэффективен и даже опасен. Чрезмерные запреты, ограничения свободы и наказания могут спровоцировать у подростка ответную агрессию или аутоагрессию (то есть, агрессию, направленную на себя). В подростковом возрасте предпочтительной формой воспитания является заключение договоренностей.
- Если запрет необходим, не пожалейте времени на объяснение целесообразности запрета. Если же ребенок продолжает протестовать, то постарайтесь вместе найти решение, устраивающее и вас, и его.