**Ситуационные признаки суицида:**
Человек может решиться на самоубийство, если:

* Социально изолирован (не имеет друзей или имеет только одного друга), чувствует себя отверженным.
* Живет в нестабильном окружении (серьезный кризис в семье - в отношениях с родителями или родителей друг с другом; алкоголизм - личная или семейная проблема);
* Ощущает себя жертвой насилия - физического, сексуального или эмоционального.
* Предпринимал раньше попытки суицида.
* Имеет склонность к самоубийству вследствие того, что оно совершалось кем-то из друзей, знакомых или членов семьи.
* Перенес тяжелую потерю (смерть кого-то из близких, развод родителей).
* Слишком критически настроен по отношению к себе.

**Советы родителям:**
Если замечена склонность подростка к самоубийству, следующие советы помогут изменить ситуацию.

1. Внимательно выслушайте решившегося на самоубийство подростка. В состоянии душевного кризиса любому из нас, прежде всего, необходим кто-нибудь, кто готов нас выслушать. Приложите все усилия, чтобы понять проблему, скрытую за словами.
2. Оцените серьезность намерений и чувств вашего ребенка. Если он или она уже имеют конкретный план самоубийства, ситуация более острая, чем если эти планы расплывчаты и неопределенны.
3. Оцените глубину эмоционального кризиса. Подросток может испытывать серьезные трудности, но при этом не помышлять о самоубийстве. Часто человек, не давно находившийся в состоянии депрессии, вдруг начинает бурную, неустанную деятельность. Такое поведение также может служить основанием для тревоги.
4. Внимательно отнеситесь ко всем, даже самым незначительным обидам и жалобам. Не пренебрегайте ничем из сказанного.
5. Не бойтесь прямо спросить, не думают ли он или она о самоубийстве. Опыт показывает, что такой вопрос редко приносит вред. Часто подросток бывает рад возможности открыто высказать свои проблемы.
* В заключение нашей встречи хочу привести слова "Молитвы любящего родителя" (С.Соловейчик):
"Каждое утро взываю к тому лучшему, что есть во мне: "Мне послан ребенок; это дорогой мой гость; я благодарен ему за то, что он есть. Он также привязан к жизни, как и я, это нас объединяет - мы есть, мы живые люди. Он такой же, как и я, он человек, и не будущий человек, а сегодняшний, и потому он другой, как и все люди; я его принимаю как всякого другого человека.
Я принимаю ребенка, я охраняю его, я понимаю, терплю, принимаю, прощаю. Я не применяю силу к нему, не угнетаю его своей силой, потому что я его люблю.
Я люблю его, и я благодарен ему за то, что он есть, и за то, что я могу его любить".
* **Раздача родителям памяток «Молитвы любящего родителя», «Признаки суицидального поведения»**
* **Рефлексия**