

# Рекомендації батькам щодо профілактики суїцидальної поведінки дітей:

- 1. ВИСЛУХОВУЙТЕ – «Я чую тебе».** Дайте можливість висловитись. Ставте питання й уважно слухайте.
- 2. ОБГОВОРЮЙТЕ – відкрите обговорення планів і проблем знімає тривожність.**
- 3. БУДЬТЕ УВАЖНІ** Скажіть, що ви сприймаєте їх серйозно. Кожну жартівливу згадку або загрозу слід сприймати серйозно.



**4.СТАВТЕ ЗАПИТАННЯ– «Таке враження, що ти насправді говориш...», «Більшість людей замислювались про самогубство...», «Ти коли – небудь думав (думала), як це зробити?»** Якщо ви отримуете відповідь, тоді переходьте до конкретних запитань.

**5.ПІДКРЕСЛЮЙТЕ ТИМЧАСОВИЙ ХАРАКТЕР проблем – визнайте, що його (її) відчуття дуже сильні, проблеми складні.**

**Дізнайтесь, чим ви можете допомогти, оскільки вам він (вона) уже довіряє.**

**Дізнайтесь, хто ще міг би допомогти цій ситуації.**

