

## **Важная информация о подростковом суициде для родителей**

1. Исследования показывают, что вполне серьёзные мысли о том, чтобы покончить с собой, возникают у каждого пятого подростка. С годами суицид «молодеет»: о суициде думают, пытаются покончить с собой и кончают совсем ещё дети.
2. Как правило, суицид не происходит без предупреждения. Большинство подростков, которые пытаются покончить с собой, почти всегда предупреждают о своем намерении: говорят, либо делают что-то такое, что служит намеком, предупреждением о том, что они оказались в безвыходной ситуации и думают о смерти. Из десяти покушающихся на свою жизнь подростков семь делились своими планами. Поэтому большинство подростков, которые говорят о суициде, не шутят. Тем не менее, у нас принято от них «отмахиваться». «Он шутит», - говорим или думаем мы. – «Она делает вид», или «Это он говорит, чтобы привлечь к себе внимание!». Лучше всего – прислушаться к его словам, отнестись к его угрозам всерьёз.
3. Суицид можно предотвратить. Есть мнение, что если подросток принял решение расстаться с жизнью, то помешать ему уже невозможно, он будет совершать суицидальные попытки снова и снова, до тех пор, пока не добьется своего. В действительности же, молодые люди пытаются, как правило, покончить с собой всего один раз. Если же кто-то вмешается в их планы и окажет помощь, то вероятнее всего, снова покушаться на свою жизнь они не будут.
4. Суициденты, как правило, психически здоровы. Большей частью они находятся в состоянии острого эмоционального конфликта, от чего в течение короткого промежутка времени думают о самоубийстве.
5. Суицидальные подростки считают, что их проблемы серьёзны. То, что одному кажется ерундой, другому может показаться концом света. Дети и взрослые часто смотрят на жизнь по-разному. То, что ужасно для ребёнка, для взрослых ерунда, и наоборот.
6. Суицид – следствие не одной неприятности, а многих. «Последняя капля, которая переполнила чашу терпения».