

## Когда ребенку обидно

- \* Обидно, когда все беды валят на тебя;
- \* Обидно, когда успехи твои остаются незамеченными;
- \* Обидно, когда тебе не доверяют;
- \* Обидно, когда другому, а не тебе, поручают то, что ты можешь сделать хорошо;
- \* Обидно, когда другие заняты чем-то интересным, а тебя заставляют продолжать надоевшее, унылое занятие;
- \* Обидно, когда дело понятное и интересное превращается в обузу, в занятие от которого не отвяжешься;
- \* Обидно, когда из третьих рук узнаешь о себе «кое-что новенькое»;
- \* Обидно, когда о тебе попросту забыли за своими заботами;
- \* Обидно, когда тебя в чем-нибудь подозревают, а ты не имеешь возможности оправдаться;
- \* Обидно и многое другое, о чем мы не вспомнили.

## К чему приводят обиды

Обиды, внезапно возникающие и медленно накапливаемые, могут привести:

- \* К стремлению «уйти в себя»;
- \* К изолированности;
- \* К отчуждению во взаимоотношениях;
- \* К стремлению «выяснить отношения», что может перейти в конфликт;
- \* К стремлению представить окружающую обстановку в «черных тонах»;
- \* К еще большему перевесу эмоционального над рациональным;
- \* К повышению нервно-психической напряженности;
- \* К снижению активности;
- \* К фокусированию познавательной активности на объекте обиды и, как следствие, к ограничению возможностей правильно оценить поступающую информацию.



***Настраивайте своих детей на удачу!  
Есть множество вещей, что, так  
или иначе,  
Важны для нас и очень хороши  
Их всем желаю от души:  
Любви, здоровья и удачи!***



ГБОУ СОШ №33 г.Сызрани

**Рекомендации  
родителям, педагогам по  
профилактики суицидального  
поведения обучающихся**

***Составитель:  
педагог-психолог Малкина М.В.***

2019 год

## Меры профилактики

1. Проанализируйте отношения с детьми.
2. Будьте внимательны к ним, их словам и поступкам.
3. Не жалейте любви для своих детей.

## На что взрослые должны обратить внимание

- \* Суицид у подростков является следствием невнимания к ним.
- \* Иметь элементарные знания психологии данного возраста.
- \* Помнить, что при наличии у подростка кризисных явлений, он всегда нуждается в участии взрослых.
- \* Учитывать характер окружающей подростковой среды.

## Взрослые обязаны

- При высказывании подростком суицидальных мыслей, намерений:
- обеспечить постоянное наблюдение за ребенком;
  - сделать недоступными для него предметы и вещества (лекарства), с

помощью которых он может осуществить свой суицидный замысел;

- успокоить подростка беседой, с помощью лекарства, дать ему выговориться;
- изменить взаимоотношения в положительную сторону.

## Как способствовать развитию самоуважения и чувства собственного достоинства у детей

В школе:

- Предоставлять реальную возможность в достижении успеха;
- Проявлять постоянный интерес к ребенку, принимать и поддерживать его начинания;
- Обращать внимание на положительные стороны его характера, не подчеркивая прошлых ошибок и проступков;
- Постоянно одобрять, ободрять, хвалить ребенка, не быть некогда критичным, циничным по отношению к нему;
- Предупреждать неуверенность ребенка, боязнь ошибок и неудач, нового дела, выбирая посильные для него задания;

- Уметь ставить реальные для него цели и давать реальную оценку его достижениям и успехам.

В семье:

- Проявлять тепло и эмоциональный отклик во взаимоотношениях, оказывать поддержку во всем;
- Создавать атмосферу эмоциональной привязанности в семье;
- Проявлять постоянную заинтересованность в ребенке, заботу о нем;
- Предпочитать требовательность–безразличию, свободу – запретам, тепло в отношениях – отчужденности;
- Снимать авторитарные позиции в общении с детьми. Директивный стиль отношений в семье не допустим!
- Избегать ортодоксальных суждений;
- Уметь признавать свои ошибки в общении с детьми.

