

Жасөспірімдер арасындағы суицидтің алдын алу бойынша ата-аналарға арналған ұсыныстар

Жасөспірімдік суицид себептері

- Ересектертарапынантілектесназардыңболмауы;
- Өмірдіңжалпыырғағыныңкүртөсуі;
- Әлеуметтік-экономикалық тұрақсыздандыру;
- Ата-аналарарасындағымаскүнемдікжәненашақорлық;
- Жасөспіріммен қатыгез қарым-қатынас, психологиялық, физикалық және жыныстық зорлық;
- Жасөспірімдер арасындағы маскүнемдік және нашақорлық;
- Ертеңгікүнгесенімсіздік;
- Моральдық-этикалыққұндылықтардыңболмауы;
- Өмір мәнін жоғалту;
- Өзін-өзі бағалаудың төмендігі, өзін-өзі анықтаудағы қиындықтар;
- Эмоциялықжәнезияткерлікөмірдіңкедейлігі;
- Жауапсызғашықтық;

Жасөспірімді суицидтен не ұстай алады:

- Баламен қамқорлық қарым-қатынас орнатыңыз;
- Мұқият тындаушы болыңыз;
- Қарым-қатынаста шынайы болыңыз, мазасыз жағдай туралы тыныш және түсінікті сұраңыз;
- Психикалық ыңғайсыздық көзін анықтауға көмектесу;
- Барлық мәселелерді конструктивті шешуге болады деген үміт ұялатыңыз;
- Балаға оның жеке ресурстарын түсінуге көмектесіңіз;
- Баланың қазіргі таңда табысты жүзеге асуына қолдау көрсету және болашаққа келешекті анықтауға көмек көрсету;

Жасөспірімді мұқият тыңдаңыз!

1. Балалардың отбасылық және ішкі мәселелерін ашық талқылаңыз.
2. Балаларыңызға өмірде нақты мақсаттарды құруға және оларға ұмтылуға көмектесіңіз.
3. Кедергілерді жеңуге міндетті түрде көмектесіңіз.
4. Жастардың кез келген оң бастамаларын сөзбен және іспен мақұлдаңыз.
5. Ешқандай жағдайда физикалық жаза қолданбаңыз.
6. Жас балаларды көбірек жақсы көріңіз, мұқият болыңыз және өте маңыздысы, олармен сыпайы болыңыздар.

Қиын сәтте жақын тұрған қамқор, сүйікті адамнан көп нәрсе байланысты. Ол әлеуетті суицидті өмірді құтқара алады. Ең бастысы, өз балаларын олар қандай, дәл сондай қабылдауға үйрену керек. Біз, ата-аналар, қарым-

қатынасты қалыптастыра отырып, баланың дамуына көмектесіп, әсер ету нәтижесін, өз еңбегінің нәтижесін аламыз.

"Не ексең, соны орасың!" – деп, халық даналығы айтады.

Адамды сол қалпында қабылдау, оның жер бетіндегі мәнін қабылдау – бұл шынайы көрінісіндегі Махаббат. Сондықтан ата-аналарға кеңес қарапайым және қолжетімді: "Өз балаларыңызды сүйіп, өз балаларына және өз-өзіңізге шынайы және адал болыңыз".