

Рекомендации по оказанию поддержки обучающемуся, имеющему поведенческие признаки суицидального риска:

- не отталкивайте его, если он решил разделить с вами проблемы, даже если вы потрясены сложившейся ситуацией;
- доверьтесь своей интуиции, если вы чувствуете суицидальные наклонности в данном ребёнке,
- *не игнорируйте эмоциональные и поведенческие предупреждающие знаки;*
- не предлагайте того, чего не в состоянии сделать;
- дайте знать, что хотите ему помочь, но не видите необходимости в том, чтобы хранить все в секрете, если какая-то информация может повлиять на его безопасность;
- сохраняйте спокойствие и не осуждайте его, не зависимо от того, что он говорит;
- говорите искренне, постарайтесь определить, насколько серьезна угроза:
 - * вопросы о суицидальных мыслях не приводят к попыткам покончить счеты с жизнью,
 - * на самом деле участие поможет почувствовать облегчение от осознания проблемы.
- дайте понять, что хотите поговорить о чувствах, что не осуждаете его за эти чувства;
- помогите ему понять, что *сильный стресс мешает полностью осознать ситуацию,*
- при малейшей возможности действуйте так, чтобы несколько изменить его внутреннее состояние;
- постарайтесь узнать у обучающегося план действий, так как *конкретный план – это знак реальной опасности;*
- ненавязчиво посоветуйте, как найти какое-либо решение для управления этой кризисной ситуацией;
- *не предлагайте упрощенных решений!*
- убедите его, что всегда есть конкретный человек, к которому можно обратиться за действенной помощью;
- помогите найти этого человека, которому можно довериться и место, где смогли бы снизить пережитый стресс;
(специалисты кризисного центра, школьный педагог – психолог);
- помогите ему понять, что чувство *безнадежности не будет длиться вечно.*