**Алгоритм беседы родителей со своими детьми в целях выявления нестабильного психологического состояния, которое может привести к проявлению у ребёнка мотивов суицидальной направленности**

1. Беседа с ребёнком. Разговор стоит проводить в случае, если вы уверены, что подозрения не напрасны. Создать условия для спокойного разговора. Подозрения и претензии предъявите ребёнку уверенно. Следует показать ребёнку, он не останется без внимания родителей, и вы готовы помочь ему справиться с возникающими трудностями. Установите эмоциональный контакт и доверительное общение "сопереживающего партнёрства": "Чувствую, что что–то происходит. Давай поговорим об этом"; "Чувствую что ты подавлен. Иногда мы все так чувствуем себя. Давай обсудим, какие у нас проблемы, как и можно разрешить"; "Ты много значишь для меня, для нас. Меня беспокоит твоё настроение. Поговорим об этом"; "Расскажи мне, что ты чувствуешь. Я действительно хочу тебя понять"; "Я чувствую, что ты ощущаешь себя виноватым. Давай поговорим об этом"; "Ты сейчас ощущаешь усталость, недостаток сил. Давай обсудим, как это изменить".

2.Оценить серьезность намерений и чувств ребёнка. Если он или она уже имеют конкретный план суицида, ситуация более острая, чем если эти планы расплывчаты и неопределённы. Оценить глубину эмоционального кризиса.

3. Установить последовательность событий, которые привели к трудной жизненной ситуации. Прояснить ситуацию и помочь ребёнку проговорить мысли о смерти. Понять и разделить эмоциональное состояние ребёнка. Выяснить, связаны ли мысли о смерти с нашими взаимоотношениями. Если "да", то с какими именно. На протяжении всего разговора с ребёнком укреплять доверительные отношения.

4. Расспросить ребёнка о его намерениях совершить суицид. Выяснить, каким средством он намерен лишить себя жизни. Узнать о причине таких намерений. Поговорить, какие чувства ребёнку трудно выносить, что он думает о суициде, помочь высказаться.

5. Взвесить собранную в беседе информацию и оценить степень суицидального риска ребёнка.

6. Обсудить с ребёнком совместный план последовательных действий по преодолению трудной ситуации.

7. Обратитесь за получением квалифицированной помощи к психологу или врачу (психотерапевту, психиатру).

8. Посещение групповых занятий для повышения психолого-педагогической компетентности во взаимоотношениях с ребёнком.

9. Совместный с ребёнком поиск внутренних личностных ресурсов в проживании трудной жизненной ситуации.

В случае если ребёнок (подросток) не идёт на контакт с родителями, можно предложить ему позвонить на экстренную линию Детского телефона доверия 8-800-2000-122. Линия работает круглосуточно.

При работе по данному алгоритму необходимо помнить две основные цели:

– снять остроту психоэмоционального состояния ребёнка;

– подключить специализированные психологические службы.