

FAMILIA COMO ENTORNO PROTECTOR

para la prevención de la de la Conducta Suicida.

SABIAS QUE

Las conductas suicidas abarcan un amplio espectro de conductas, que van desde la manifestación verbal o actitudinal de no querer vivir más, las autolesiones, la elaboración de un plan, la obtención de los medios para hacerlo, hasta el acto consumado.



OJO A LAS SEÑALES

Si tu hijo muestra cambios emocionales como; llanto constante, temor inexplicable, aislamiento, expresa deseo de morir o evidencia autolesiones, dialoga y expresa tu apoyo ante lo que le sucede.

supervisa

- Genera confianza.
- Mantente informado sobre qué hacen, dónde y con quién.
- Construyes con ellos las normas y haces seguimiento.
- Controlas el uso del dispositivo móvil y redes sociales



Fortalece lazos afectivos

- Dedicar tiempo para dialogar y escuchar a tus hijos.
- Cree en lo que dicen tus hijos.
- Brinda apoyo.
- Orientalos frente a preguntas que tengan.
- Realiza con tus hijos actividades familiares, recreativas.



Recuerda

para la prevención de la Conducta Suicida, que el afecto tiene un poder reparador ante situaciones o experiencias difíciles en cualquier momento de la vida.

si tu hijo o otra persona presenta ideación suicida busca ayuda pronto.



**orientación
escolar
Instituto José
Antonio Galán**