

**БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ К
ЛЮБЫМ ПРИЗНАКАМ
ВОЗМОЖНОЙ
ОПАСНОСТИ!**

Наблюдайте за своим ребенком и его друзьями. Не считайте, что подростки лишь пугают и манипулируют взрослыми. Если Вы предполагаете риск суицидальной попытки, поделитесь опасениями с другими взрослыми, со специалистами. Вовремя обратитесь к специалисту, если поймете, что Вам по каким-то причинам не удалось сохранить контакт с ребенком. Позвоните в службу психологической поддержки, которые могут оказать помощь в кризисной ситуации



Если Вам и Вашему ребенку нужна
помощь и поддержка,

ЗВОНИТЕ

Телефон доверия:

8-800-2000-122

БЕСПЛАТНО

КРУГЛОСУТОЧНО

АНОНИМНО

**Ваше внимательное
отношение может помочь
предотвратить беду!**



**ПАМЯТКА
ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
ПО ПРОФИЛАКТИКЕ
ДЕТСКОГО СУИЦИДА**

Серов, 2022г.

ВАЖНАЯ ИНФОРМАЦИЯ!

- Повод для суицида может быть, с точки зрения взрослых, пустяковый.
- У детей недостаточно опыта проживания, страдания, им кажется, что их ситуация исключительная, а душевная боль никогда не кончится.
- Дети не осознают факта необратимости смерти, им кажется, что они смогут воспользоваться плодами своего поступка.
- Многие подростки считают суицид проявлением силы характера.
- Чаще всего дети совершают суицидальные попытки, чтобы изменить мир вокруг себя.
- Ребенку трудно просчитать ситуацию, поэтому часто демонстративные суициды заканчиваются смертью.

Признаки кризисного суицидального поведения ребенка:

- Высказывания о нежелании жить: «Ненавижу жизнь», «Скоро все закончится» и т.д.;
- Частые смены настроения. Изменения в привычном режиме питания, сна;
- Рассеянность, невозможность сосредоточиться, признаки беспокойства;
- Потеря интереса к любимым занятиям;
- Раздача значимых для ребенка вещей;
- Резкое снижение успеваемости, пропуски уроков;
- Употребление психоактивных веществ, алкоголя;
- Чрезмерный интерес к теме смерти или загробной жизни.



Если Вы заметили признаки суицидального поведения:

- Попробуйте выяснить причины кризисного состояния ребенка;
- Окружите ребенка вниманием и заботой, не оставляйте в одиночестве;
- Выслушайте ребенка. Внимательно отнеситесь ко всем, даже незначительным, жалобам и обидам;
- Открыто обсуждайте проблемы ребенка. Подчеркните временный характер проблем;
- Используйте метод контрастов (сравните свою ситуацию с другой);
- Помогите ребенку осознать его личностные ресурсы;
- Не применяйте физическое наказание;
- Обратитесь за помощью к психологу.

**СУИЦИД ВОЗМОЖНО
ПРЕДОТВРАТИТЬ!**

