



Жизнь ребенка - наша забота

«Счастье – это когда тебя понимают!»

ПРИЗНАКИ

Что в поведении подростка должно насторожить

- Резкое снижение успеваемости
- Проявление безразличия к учебе и оценкам
- Подавленное настроение, пониженный эмоциональный фон
- Раздражительность
- Резкое изменение поведения (стал неряшливым, не хочет разговаривать с близкими ему людьми, начал раздаривать дорогие ему вещи, теряет интерес к тому, чем раньше любил заниматься, отдаляется от друзей)
- Наличие примера суицида в ближайшем окружении
- Ребенок прямо или косвенно говорит о желании умереть
- Рискованное поведение, в котором высока вероятность причинения вреда своей жизни и здоровью

ПРИЧИНЫ

Опасные ситуации, на которые надо обратить особое внимание

В семье: наркомания, алкоголизм, правонарушения; неполная семья; смерть родного человека; отсутствие теплоты и взаимопонимания в семье

В школе: неуспехи в учебе; конфликты; страх не соответствовать ожиданиям окружающих; ошибки в учебно-воспитательной деятельности

В сфере общения: неразделенная любовь; нарушение социальной адаптации; неразвитые навыки общения; попадание под чужое влияние; насмешки, грубое слово

В сфере досуга: СМИ, подражание кумирам; интерес к смерти; религиозные идеологические секты; однообразие, скучная жизнь; особые литературные, музыкальные, философские увлечения

ДЕЙСТВИЯ

Что может удержать подростка от суицида

- Установите заботливые взаимоотношения с ребенком
- Будьте внимательным слушателем
- Будьте искренними в общении, спокойно и доходчиво спрашивайте о тревожащей ситуации
- Помогите определить источник психического дискомфорта
- Вселяйте надежду, что все проблемы можно решить конструктивно
- Помогите ребенку осознать его личностные ресурсы
- Окажите поддержку в успешной реализации ребенка в настоящем и помогите определить перспективу на будущее
- Внимательно выслушайте подростка!

Ресурс помощи

- ✓ Обращение к школьному психологу;
- ✓ Детский телефон доверия, работающий под единым общероссийским номером (бесплатно, круглосуточно) **8-800-2000-122**.
- ✓ ГБОУ «Центр диагностики и консультирования» Краснодарского края **8-861-992-66-74**.
- ✓ Ежедневно (включая праздничные и выходные дни) с 8:00 до 20:00 работает телефон доверия ГБУЗ «СКПБ №1» **8-861-268-55-23**.