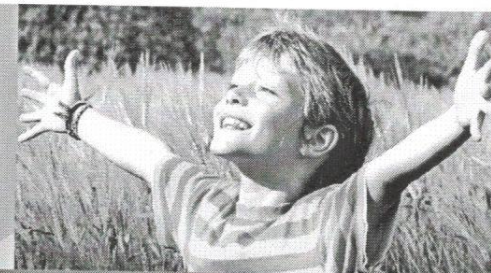




# # Главная Ценность Жизнь

Счастье жить, любить и помогать!

ПАМЯТКА ПЕДАГОГУ



## ПРИЗНАКИ СУИЦИДАЛЬНОГО РИСКА

- 1** резкое изменение поведения подростка, связанное с переживанием значимых стрессовых ситуаций: смерть близкого человека; вынужденная социальная изоляция (переезд, отсутствие друзей); серьезный кризис в отношениях с родителями или родителей друг с другом; ощущение себя жертвой насилия (физического, сексуального, эмоционального); беременность подростка;
- 2** безразличие к жизни и своей судьбе, беспомощность, безнадежность, отчаяние, переживание горя;
- 3** употребление психоактивных веществ; уходы из дома; несоблюдение правил личной гигиены; самоизоляция, нежелание ни с кем общаться; частое прослушивание траурной или печальной музыки;
- 4** негативная оценка своей личности, окружающего мира, своего будущего; разрешающие установки к суицидальному поведению; наличие суицидальных мыслей, намерений, планов;
- 5** прямые и косвенные сообщения о суицидальных намерениях, иронические высказывания на тему самоубийства; нездоровая заинтересованность вопросами смерти.

## ВАЖНО:

- ✓ суицид – одна из основных причин смерти у сегодняшней молодежи;
- ✓ как правило, суицид не происходит без предупреждения и к возникшим суицидальным высказываниям подростка нужно отнестись очень внимательно;
- ✓ доверительные беседы о суицидах, кризисных ситуациях и возможных путях их преодоления снижают риск суицида, а не увеличивают суицидальную настроенность;
- ✓ суицидальные намерения – это не просто способ обратить на себя внимание, а сигнал о необходимости разобраться в ситуации и немедленно обратиться за помощью к специалистам;
- ✓ к проблемам, приводящим подростков к мыслям о суициде надо относиться очень серьезно, даже если они кажутся нам, взрослым – мелкими и незначительными;
- ✓ суицид чаще следствие нескольких причин, а не одной неприятности;
- ✓ суициденты, как правило, психически здоровы, но находятся в кризисной ситуации;
- ✓ суицид можно предотвратить.

## ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ

- ✓ социальный интерактивный проект **#ЖИТЬ**  
<https://жить.рф>

- ✓ формирование безопасной образовательной среды ОО  
<https://youtu.be/UUVJoo6StR4>



- ✓ взаимоотношения в детском коллективе  
<https://youtu.be/N9tlEdzd7sg>



## ЗНАТЬ К КОМУ И КУДА ОБРАТИТЬСЯ:

- к школьному психологу тел.: **89528481165**  
к мобильному психологу МО тел.: **89676675902**  
к антикризисной бригаде тел.: **89676675902**
- позвонить по телефону доверия, работающему под единым общероссийским номером **8 800-2000-122** (бесплатно, круглосуточно);
- позвонить по телефону доверия ГБУЗ «СКПБ №1» **8 800-100-38-94** (круглосуточно);
- позвонить по телефону доверия психиатрической службы Краснодарского края для детей и подростков (круглосуточно) **8 800-250-29-55**;
- звонить в службы экстренной психологической помощи детям, подросткам и молодежи, оказавшимся в трудных жизненных ситуациях **8 988-245-82-82**;
- воспользоваться горячей линией ГБУ «Центр диагностики и консультирования» Краснодарского края **8 (861) 245-82-82**.