

**Что делать и как помочь, если Вы заметили  
у ребенка склонность к суициду**

1. Помните, суицид – это не повод для публичного обсуждения в школьном или классном коллективе.
2. Воспринимайте попытку или намерения, высказанные ребенком, серьезно.
3. Дайте ребенку возможность высказаться и внимательно его выслушайте.
4. Формулируйте вопросы правильно. Спокойно и доходчиво расспрашивайте ребенка о сути тревожащей ситуации и о том, какая помощь необходима. Задавайте прямые вопросы: «Ты думаешь о самоубийстве. Каким образом? Что будет потом?». Не бойтесь говорить об этом с подростком. Открытое обсуждение планов и проблем снизит тревогу ребенка, поможет «выпустить пар», выплеснуть эмоции.
5. Установите доверительные, заботливые взаимоотношения, проявите интерес к любым проблемам.
6. Внимательно выслушайте ребенка, помните, подростки очень часто страдают от одиночества и невозможности излить перед кем-то свою душу.
7. Не выражайте удивления от услышанного и не осуждайте ребенка за любые, самые шокирующие высказывания.
8. Постарайтесь изменить романтико-трагический ореол представлений подростка о собственной смерти.
9. Стремитесь вселить в подростка надежду. Подведите к конструктивным способам решения проблемы, они должны быть реалистичны и направлены на укрепление сил и возможностей ребенка.
10. Проявляйте больше эмоционального внимания, тепла и заботы к своему воспитаннику.

**Наш адрес:**

*ГБУСО ВО «Селивановский КЦСОН»*

**по адресу:** *Владимирская область,*

*Селивановский район, п. Красная Горбатка,*

*ул. 1-ая Заводская, д.3-а*

*e-mail:seliv\_cso@uszn.avо.ru*

**Директор**

**СЕДЛОВА Алла Николаевна**

Тел. 8(49)236 2-29-70

Заведующий стационарным отделением

**ЛУЗИНА Нина Борисовна**

Тел. 8(49)236 2-40-29

**Психолог**

**ПОЛЯНСКАЯ Елена Вячеславовна**



**Департамент социальной защиты  
населения администрации  
Владимирской области**

**Государственное бюджетное учреждение  
социального обслуживания  
Владимирской области  
«Селивановский комплексный центр  
социального обслуживания населения»**

**Стационарное отделение**

**Памятка для педагогов  
и родителей  
ДЕТИ В  
КРИЗИСНОЙ  
СИТУАЦИИ**



**п. Красная Горбатка**

**2018 год**

*По данным статистики в последнее время участились случаи суицида среди детей и подростков. Во всех случаях имелись явные признаки эмоционального неблагополучия детей, которые отмечали окружающие, но помощь не была оказана вовремя...*

***Будьте внимательны к ребенку!***

***Предотвратите беду!***



### ***Виды суицидов***

1. ***Демонстративный суицид*** – это разыгрывание сцен без конкретного намерения покончить с собой. Но в 90% - это крик о помощи, и только 10% подростков действительно хотят смерти. Маленькие дети обращают на себя внимание шалостями и непослушанием (демонстративное поведение), а большие – суицидом.
2. ***Скрытый суицид*** – это убеждение ребенка, что самоубийство – не самый достойный путь решения проблемы, но единственный, который он смог найти. В этом случае подростки занимаются экстремальными видами спорта, совершают рискованные поступки, начинают употреблять алкоголь или наркотики.
3. ***Истинный суицид*** - это обдуманное, постепенно выполненное намерение покончить с собой. Этот вид суицида иногда может выглядеть неожиданным, но никогда не бывает спонтанным. Всё поведение строится так, чтобы попытка не сорвалась. Такому поступку всегда предшествует угнетённое настроение и депрессивное состояние, но эту депрессию не всегда замечают даже самые близкие люди.
4. ***Аффективный суицид*** – совершается в состоянии аффекта, которое может длиться даже одну минуту, но именно в это время можно удержать человека от осуществления суицида. Следует помнить, что суицидальная угроза, высказанная человеком в состоянии аффекта, как правило, осуществляется.

### ***Что должно насторожить педагога в поведении ребенка***

1. Резкое снижение успеваемости, проявление безразличия к учебе и оценкам, пропуск уроков.
2. Подавленное настроение, пониженный эмоциональный фон.
3. Пессимистические высказывания «у меня ничего не получится...», «я не смогу..» и т.д.
4. Резкое изменение поведения (стал неряшливым, рассеянным, не хочет разговаривать с близкими ему людьми, потерял интерес к тому, чем раньше любил заниматься, отдалился от друзей).
5. Наличие примера суицида в ближайшем окружении, а также среди значимых взрослых или сверстников.
6. Ребенок прямо или косвенно говорит о нежелании продолжать жизнь: «скоро все закончится...», «У вас больше не будет со мною проблем...», «Все надоело, я никому не нужен...» и т.д.
7. Рискованное поведение, в котором высока вероятность причинения вреда своей жизни и здоровью.
8. Депрессия (тревога, уныние, отсутствие планов на будущее, мысли о смерти, бессонница, потеря аппетита, уход от контактов (уединение), постоянная усталость, немотивированная агрессия).
9. Прощание в различных формах, раздача личных вещей.
10. Чрезмерный интерес к теме смерти.