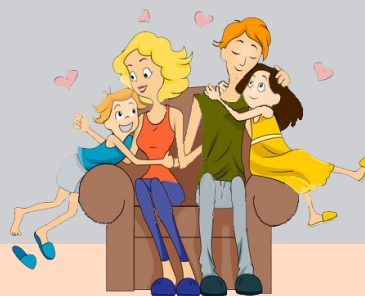


Алгоритм действий

- ◇ Сохраняйте эмоциональное спокойствие
- ◇ Не кричите и не обвиняйте ребенка
- ◇ Не отталкивайте ребенка постарайтесь его выслушать и услышать
- ◇ Подчеркните временный характер трудности
- ◇ Найдите вместе конструктивный выход из ситуации
- ◇ Не оставляйте ребенка одного.



Не бойтесь сказать ребёнку (памятка родителям)

«Чувствую, что что-то происходит. Давай поговорим об этом».

“Чувствую, что ты подавлен. Иногда мы все так чувствуем себя. Давай обсудим, какие у нас проблемы, как их можно разрешить».

«Ты много значишь для меня, для нас. Меня беспокоит твое настроение. Поговорим об этом».

«Я чувствую, что ты ощущаешь вину. Давай поговорим об этом».

«Расскажи мне, что ты чувствуешь. Я действительно хочу тебя понять».

«Ты сейчас ощущаешь недостаток сил. Давай обсудим, как это заменить».



ГБУ ЦСПСД г. Арзамас

Адрес:

Нижегородская область г. Арзамас, ул. 2-я Вокзальная, д. 1а

Тел.:

(83147) 6-32-86

(83147) 9-76-90

Адрес веб-сайта:

<http://cspsd40.ru>

Министерство социальной политики НО
ГКУ «Управление социальной защиты населения города Арзамаса»

Государственное бюджетное учреждение
«Центр социальной помощи семье и детям города Арзамаса»

Цените жизнь!



Особенности подростков:

- ◇ Они психологически уязвимее взрослых
- ◇ Они не до конца осознают последствия своих поступков
- ◇ Они более чувствительны к неудачам
- ◇ Они мыслят более конкретно чем взрослые
- ◇ Они очень непосредственны
- ◇ Они хуже взрослых информированы о последствиях самоповреждающего поведения.

г. Арзамас,
2020 год

Причины проявления суицида

- ◇ Отсутствие доброжелательного внимания со стороны взрослых
- ◇ Резкое повышение общего ритма жизни
- ◇ Социально-экономическая дестабилизация
- ◇ Алкоголизм и наркомания среди родителей
- ◇ Алкоголизм и наркомания среди подростков
- ◇ Жестокое обращение с подростком
- ◇ Неуверенность в завтрашнем дне
- ◇ Отсутствие морально-этических ценностей
- ◇ Потеря смысла жизни
- ◇ Низкая самооценка, трудности в самоопределении
- ◇ Бедность эмоциональной и интеллектуальной жизни
- ◇ Безответная влюбленность.



<p>Большинство людей, решившие совершить суицид прямо или косвенно дают это понять.</p>	<p>Люди, говорящие о самоубийстве, на самом деле его не совершают.</p>
<p>Чаще всего люди колеблются между желанием жить и умереть.</p>	<p>Склонные к самоубийству люди твердо намерены умереть.</p>
<p>Многие самоубийства происходят в период улучшения, когда у человека появляются силы совершить задуманное.</p>	<p>Улучшение состояния после кризиса говорит о том, что риск самоубийства снизился.</p>
<p>Суицидальные мысли могут возвращаться, но у некоторых людей они больше никогда не появляются.</p>	<p>Если однажды у человека появилась склонность к суициду, то это останется навсегда.</p>
<p>Только прямой разговор о проблеме может способствовать облегчению состояния.</p>	<p>Разговор о самоубийстве может внушить мысль о реализации акта.</p>



Суицид возможно предотвратить

Важно вовремя увидеть знаки эмоционального неблагополучия:

- Высказывания о нежелании жить (“скоро все закончится”, “у вас не будет проблем со мной”, “все надоело, я никому не нужен” и т.п.)
- Частые смены настроения
- Изменения привычного режима питания, сна
- Рассеянность, невозможность сосредоточиться
- Стремление к уединению
- Потеря интереса к любимым занятиям
- Раздача значимых (ценных) для ребенка вещей
- Пессимистические высказывания (“у меня ничего не получится”, “я не смогу” и т.п.)
- Резкое снижение успеваемости, пропуск уроков
- Употребление психоактивных веществ
- Чрезмерный интерес к теме смерти.

