

КУДА ПОЗВОНИТЬ?

Единый общероссийский
телефон доверия:

124



Экстренная психологическая
помощь МЧС России:

8 (495) 989 – 50 – 50



Круглосуточная горячая линия
«Ребенок в опасности»:

8 800 707 – 70 – 22



Телефон экстренной
психологической помощи:

8 800 101 – 24 – 11



Телефон психологической
помощи для детей, подростков
и родителей:

8 800 300 – 83 – 83



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

Записаться на очную консультацию в
отдел экстренной психологической
помощи по телефону: **8 343 385 8110**
г. Екатеринбург,
ул. Машиностроителей 8



Видеокарточка
Что с моим ребенком
(подростком)?

Видеокарточка
Как помочь ребенку быть
психологически устойчивым в
современном мире



КОГДА РЕБЕНКУ НУЖНА ПОМОЩЬ

РЕКОМЕНДАЦИИ
ДЛЯ ПЕДАГОГОВ И РОДИТЕЛЕЙ



ГБУ СО «ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-
ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ,
МЕДИЦИНСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ
ПОМОЩИ «ЛАДО»

Что такое суицидальное поведение?

- это поведение разрушительного характера, которое включает в себя мысли о смерти, придумывание способов лишения себя жизни, разговоры об этом, а завершающим этапом является сама попытка самоубийства.

Возможные причины суицидального поведения

- ♦ конфликты в семье, развод родителей;
- ♦ неразделенная любовь;
- ♦ проблемы во взаимоотношениях со сверстниками, коллективная травля;
- ♦ смерть близкого человека;
- ♦ сексуальное насилие;
- ♦ систематические избиения;
- ♦ публичное унижение;
- ♦ одиночество, тоска;
- ♦ подражание кумиру;
- ♦ неизлечимая болезнь;
- ♦ раскаяние за совершенное предательство;
- ♦ угроза физической расправы;
- ♦ наличие родственников, совершивших суицид;
- ♦ завышенные ожидания, прессинг со стороны родителей.



Рекомендации для педагогов:

- ♦ Сообщить родителям об изменениях в поведении ребенка;
- ♦ Сообщить администрации школы о ребенке, находящемся в группе риска;
- ♦ Подключить школьного педагога-психолога к профилактическим мероприятиям.
- ♦ Предложить родителям заполнить анкету.

АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

ИНСТРУКЦИЯ:

Предлагаем Вам ответить на ряд утверждений, чтобы понять какая поддержка и помощь нужны Вашему ребенку:

1. Ваш ребенок в последнее время стал тихим, имеет тоскливое выражение лица (скорбную мимику), внезапные изменения в поведении и настроении, особенно-отдаляющие от близких. **Да\Нет**
2. Есть ли в вашей семье родственники, совершившие суицид? **Да\Нет**
3. Замечаете ли вы, что ребенок последнее время стал более замкнутым (не хочет выходить из дома, общаться со сверстниками)? **Да\Нет**
4. Ваш ребенок часто рассуждает на тему: «Я никому не нужен», «Все равно никто не будет по мне тосковать». **Да\Нет**
5. Ваш ребенок прямо или косвенно говорит о смерти и самоубийстве («Хочу умереть», «Скоро все это закончится»), проявляет желание пофантазировать на эту тему вслух. **Да\Нет**
6. Ваш ребенок говорит о мире, как о месте потерь и разочарований. **Да\Нет**
7. У Вашего ребенка последнее время наблюдаются нарушения режима сна и аппетита (бессонница или наоборот постоянное стремление спать; переедание или наоборот нежелание есть). **Да\Нет**
8. Ваш ребенок проявляет пессимизм в оценке своего прошлого и настоящего, а также не строит перспектив в будущем. **Да\Нет**
9. Подросток проявляет интерес к экстремальным\рискованным видам спорта? **Да\Нет**
10. Испытывает ли подросток трудности в приспособлении к новым условиям, обстоятельствам жизни? **Да\Нет**
11. Вы в силу разных обстоятельств перестали проводить с ним досуг? **Да\Нет**

12. Вы понимаете, что не знаете его друзей и чем они занимаются? **Да\Нет**

13. Вы замечаете, что ребенок нарушает дисциплину, у него неприятности в учебе, любимом занятии. **Да\Нет**

Результаты анкетирования

Проявите внимание, участвуйте в жизни своего ребенка, послушайте его, не обесценивайте его переживания.

В непростой для него период ребенок нуждается в безусловном принятии со стороны родителя, его поддержке и доступности для общения на интересующие подростка темы. Важно дать ребенку понимание, что он может прийти к Вам с любой проблемой, поделиться ею, быть выслушанным и понятым.

Если вы набрали от 1 до 3 “ДА”

Вашему ребенку требуется доверительное общение и поддержка значимого взрослого. При наличии трудностей, Вы можете обратиться к психологу.

Если вы набрали более 3 “ДА”

Вашему ребенку требуется не только Ваша поддержка, но и психологическая помощь. Вероятно, Ваш ребенок находится в кризисной ситуации. Следуйте действиям, указанным в алгоритме.

Алгоритм действий для родителей:

- Обратиться к психологу;
- Выслушать и поговорить, обсудить проблемы;
- Будьте искренними в общении, спокойно спрашивайте о тревожащей ситуации;
- Вселяйте надежду, что все проблемы решаемы;
- Предложите позвонить на телефон доверия.