

Что делать родителям, если они обнаружили опасность

Если вы увидели хотя бы один из признаков – это уже достаточный повод для того, чтобы уделить внимание ребенку и поговорить с ним!

Не пытайтесь решить проблемы самостоятельно! Не стесняйтесь обратиться к специалистам: психологу, врачу-психотерапевту, психиатру, в любой кризисный центр, по телефону доверия.



Получить профессиональную поддержку можно в психологической службе МБУДО ЦДТ г. Оренбурга. Сюда же можно обратиться за консультацией.

В случае необходимости можно обратиться за помощью в специальные учреждения по следующим номерам контактных телефонов:

Единый общероссийский номер телефона доверия для детей, подростков и их родителей (круглосуточно)	8 800 200 01 22
Телефон Доверия для детей по Оренбургской области	64-63-07
Городской телефон Доверия	76-26-86
Кризисный центр «Орион» в помощь семье и детям	31-74-33
Психолого-медико-педагогическая консультация	- областная 77-47-00
	- городская 57-06-09
Круглосуточное отделение медико-социальной реабилитации для детей и подростков	40-46-56
Телефон доверия для лиц, страдающих зависимостью от психоактивных веществ, их родных и близких	57-26-26
Телефон доверия для ВИЧ инфицированных	78-38-32

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр детского творчества»

г. Оренбурга

Детский и подростковый суицид

Памятка для родителей



Помните – речь идет о жизни каждого ребенка

Суицид – это преднамеренное лишение себя жизни, как правило, самостоятельное и добровольное.

Тревожные сигналы

- Прямое или косвенное выражение желания умереть или убить себя/высказывания о нежелании продолжать жизнь.
- Повышенный интерес к теме смерти (вступление в группы в социальных сетях, имеющих суицидальную направленность, прослушивание музыки, просматривание видеоклипов, фильмов, чтение книг, игры с присутствием суицидального контента и т.п.)
- Рискованное поведение, способное привести к причинению вреда своей жизни и здоровью.
- Резкое изменение поведения: неряшливый внешний вид, утрата интереса к любимым занятиям, появление желания уединиться, отдаление от близких людей.
- Проявление проблем со здоровьем: потеря аппетита/чрезмерное потребление пищи, постоянное ощущение слабости, бессонница/сонливость, кошмары во сне.
- Изменение эмоционального фона: подавленное настроение на протяжении длительного времени,

раздражительность, длительные перепады настроения, «беспричинные» слезы.

- Наличие примера суицида в ближайшем окружении, а также среди значимых взрослых или сверстников, кумиров.
- Появление на кожной поверхности тела странных знаков и символов (татуировки, порезы на руках, странные рисунки).
- Замкнутость, проведение большого количества времени за компьютером.
- Получение sms-сообщений и сообщений в социальных сетях с инструкциями, ориентирующими на асоциальное поведение (например, не рассказывай взрослым, уйди из дома, возьми деньги у родителей и др.).

Особое внимание проявляйте к ребенку в следующих ситуациях:

- Ссора или острый конфликт со значимым взрослым;
- Безответная влюбленность или разрыв романтических отношений
- Отвержение сверстниками, травля (в том числе в социальных сетях);
- Личная неудача ребенка (низкие баллы и др.);
- Нестабильная семейная ситуация (развод родителей, конфликты и т.п.);

- Резкое изменение социального окружения (в результате смены места жительства или места учебы).

Проблема самоубийства и Интернет

На сегодняшний день в Интернет - пространстве действуют целые деструктивные сообщества – «клубы самоубийц», направленные на скрытую пропаганду социально-психологических установок суицидального поведения среди подростков. В данных сообществах представлена информация от обсуждения причин и способов самоубийства до фотографий собственных шрамов и порезов.

«Группы смерти» – одна из основных причин роста количества детских самоубийств почти на 60% в 2016 году. Об этом сообщила уполномоченный по правам ребенка в РФ Анна Кузнецова.

С 2011 по 2015 год количество самоубийств в стране стабильно снижалось на 10% в год. Но в 2016 году наблюдается рост на 57%. Одной из основных причин такого положения является лавинообразное распространение «групп смерти» в соцсетях, – сказала Кузнецова в ходе селекторного совещания «О профилактике суицидов среди несовершеннолетних».