

# СОХРАНИ ЖИЗНЬ!

ПАМЯТКА ПЕДАГОГУ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ПОДРОСТКОВЫХ СУИЦИДОВ



ЧИСЛО ДЕТЕЙ В СОСТОЯНИИ ДЕПРЕССИИ, КОТОРЫЕ ХОТЯТ УМЕРЕТЬ, ГОРАЗДО БОЛЬШЕ, ЧЕМ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ

## МАСКИ СУИЦИДАЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ:



РИСКОВАННОЕ ПОВЕДЕНИЕ



АГРЕССИВНОСТЬ

ДЕПРЕССИЯ



ПЕРФЕКЦИОНИЗМ



ОБРАТИТЕ ОСОБОЕ ВНИМАНИЕ, ЕСЛИ У ПОДРОСТКА:

- Устойчивое снижение настроения, переживания безнадежности, одиночества, безысходности
- Снижение успеваемости, пропуски уроков
- Перепады настроения
- Отсутствие явных эмоциональных реакций (подросток тихий, послушный, «удобный»)
- Изменение в общении с окружающими



- Импульсивность
- Изменение веса
- Разговоры о нежелании жить
- Отсутствие интереса к своей внешности
- Отсутствие планов на будущее
- Контент суицидальной направленности в социальных сетях



## ЧТО ДЕЛАТЬ?

У ПОДРОСТКА НЕТ СИЛ И СЛОВ, ЧТОБЫ ВЫРАЗИТЬ СВОЁ СОСТОЯНИЕ И ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ, ДЕЛАЙТЕ ШАГ НАВСТРЕЧУ ПЕРВЫМИ:

- 1 **Поговорите с ребенком** о его эмоциональном состоянии, по возможности выясните причины его переживаний.
- 2 **Сообщите** о выявленных признаках руководителю образовательной организации, психологу, социальному педагогу и врачу школы.
- 3 **Проведите встречу с родителями ребенка**, выразите свою обеспокоенность, предложите психологическую помощь. В случае необходимости порекомендуйте родителям обратиться к психиатру, неврологу. Составьте протокол с результатами встречи.
- 4 **Иницируйте психолого-педагогический консилиум** для разработки тактики и стратегии индивидуального сопровождения ребенка, обсудите какие ресурсы можно подключить к работе (семья, образовательная организация, иные учреждения системы профилактики).
- 5 **Зафиксируйте все свои действия** в учетно-регистрационной документации, оформите необходимые протоколы и информационные письма.
- 6 **Не оставляйте ребенка без внимания**, наблюдайте за его эмоциональным состоянием, интересуйтесь его жизнью, окажите эмоциональную поддержку, предлагайте помощь.



ПОМНИТЕ, СВОИМ СЛОВОМ ВЫ МОЖЕТЕ СПАСТИ ИЛИ РАНИТЬ. ПРОЯВЛЯЙТЕ В ОБЩЕНИИ ДЕЛИКАТНОСТЬ И ТАКТИЧНОСТЬ