

Признаки готовящегося суицида

На что обращать внимание в поведении подростка:

- 1.Высказывания о нежелании жить:** «*Было бы лучше умереть*», «*Я больше не буду ни для кого проблемой*», «*Тебе больше не придётся обо мне волноваться*».
- 2.Активная предварительная подготовка** к суициду выбранным способом (например, сбор таблеток, хранение отравляющих веществ);
- 3.Фиксация** на теме смерти в литературе, живописи, музыке;
- 4.Сбор информации** о способах суицида (например, в Интернете);
- 5.Сообщение** друзьям о принятии решения о самоубийстве (прямое и косвенное), например, помещение своей фотографии в черную рамку;
- 6.Негативные** оценки своей личности, окружающего мира и будущего, потеря перспективы будущего;
- 7.Необычное, нехарактерное** для данного ребенка **поведение** (более безрассудное, импульсивное, агрессивное; несвойственное стремление к уединению, снижение социальной активности у общительных детей, и наоборот, возбужденное поведение и повышенная общительность у малообщительных и молчаливых);
- 8.Символическоепрощание** с ближайшим окружением (раздача личных вещей, фото, подготовка и выставление ролика, посвященного друзьям и близким); дарение другим вещей, имеющих большую личную значимость.

Функции учителя в профилактике суицидального поведения обучающихся.

- 1.Созданиеблагоприятного климата** в классе (укрепление самоуважения и положительной самооценки обучающихся, поощрение выражения чувств и эмоций, предотвращение буллинга, информирование о способах получения помощи в трудных ситуациях).
- 2.Первичное выявление детей** с признаками неблагополучия в эмоциональной, поведенческой, социальной сферах;
- 3.Первичное прояснение ситуации** в случае подозрения на наличие риска суицидального поведения (сбор информации, беседа с обучающимся);
- 4.Направление** обучающегося к профильным специалистам (педагог-психолог, иные специалисты);
- 5.Информирование/беседа** с родителями обучающегося (совместно с педагогом-психологом).

Телефон доверия:

796-95-45 с 10:00 до 15:00.

8-800-200-122 (круглосуточно)