



**ТЕЛЕФОН
ДОВЕРИЯ**

ДЛЯ ДЕТЕЙ, ПОДРОСТКОВ
И ИХ РОДИТЕЛЕЙ

8 800 2000 985 ВСЕ ЗВОНЫ БЕСПЛАТНО
ЗВОНИ, НЕ БОЙСЯ, МЫ ПОМОЖЕМ

ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ, ПОДРОСТКОВ И ИХ РОДИТЕЛЕЙ,
НАХОДЯЩИХСЯ В ТРУДНОЙ ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ



для детей

для родителей

Цель службы: оказание экстренной психологической помощи средствами телефонного консультирования детей, подростков и их родителей; укрепление их психологического здоровья и создания атмосферы психологической защищенности

Что должно насторожить родителей в поведении подростка



Частая смена настроения



Конфликты дома, в школе



Изменение аппетита



Нарушение сна



Неразделённая любовь, дружба



Общение только с компьютером



ГАУ НСО «ЦСПСД
«Семья»

630106 г.Новосибирск
Ул.Зорге 127а

8 (383) 342-65-90

semya@nso.ru

<http://ocpd.nsk.ru>



**Ценности
у каждого свои.
Но у всех должна быть
одна ценность —
умение
ценить жизнь**

Подготовила Сундеева А.М.
заместитель директора по воспитательной
и реабилитационной работе

Профилактика суицидального поведения



СТАТИСТИКА

Ежегодно в мире совершается около 1 млн. самоубийств и примерно в 10 раз больше суицидальных попыток. Самоубийство, как причина смерти, занимает второе место после ДТП в возрастном диапазоне 15-35 лет в Европе.

СУИЦИДАЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ

Самоубийство
(суицид)

Суицидальные
попытки
(парасуицид)

Мысли и
высказывания
о самоубийстве

ЗАБЛУЖДЕНИЯ О СУИЦИДЕ

- Самоубийства совершают психически ненормальные люди
- Самоубийство невозможно предотвратить
- Существует тип людей, склонных к самоубийству
- Человек перед самоубийством будет говорить об этом, но окружающие воспримут это как шутку
- Решение о суициде приходит внезапно, без предварительной подготовки
- Если человек совершил попытку самоубийства, он никогда не повторит ее снова
- Влечение к самоубийству передается по наследству
- Снижению уровня самоубийств, способствуют статьи в СМИ, рассказывающие о том, как и почему было совершено самоубийство
- Самоубийство можно предотвратить, если люди будут загружены работой
- Прием алкоголя помогает снять суицидальное переживание

*Судьба создает
проблемы лишь для
того, чтобы понять,
насколько ценна жизнь*

ЧТО ВЫ МОЖЕТЕ СДЕЛАТЬ ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ ПОМОЧЬ СВОИМ БЛИЗКИМ

- Сохраняйте контакт со своим ребенком
- Говорите о перспективах в жизни и будущем
- Дайте понять ребенку, что опыт поражения также важен, как и опыт в достижении успеха
- Проявите любовь и заботу, разберитесь, что стоит за внешней грубостью ребенка.
- Найдите баланс между свободой и несвободой ребенка
- Вовремя обратитесь к специалисту. Если поймете, что вам по каким-то причинам не удалось сохранить контакт с ребенком

Как правило, подавая сигналы возможного самоубийства, отчаявшийся человек просит о помощи. И, несомненно, ситуация не разрешится до тех пор, пока суицидальный человек не адаптируется в жизни

