

## ЧТОБЫ БЕДА НЕ СЛУЧИЛАСЬ

**Если вы заметили  
признаки опасности,  
нужно:**

- Организовать ребенку щадящий режим дома и в школе.
- Посетить с ребенком психолога.
- Демонстрировать ребенку любовь и поддержку.
- Обратиться к семейным традициям, попытаться отвлечь ребенка от навязчивых мыслей.
- Побаловать ребенка любимыми блюдами и развлечениями, стараться, чтобы он чаще испытывал чувство радости и удовольствия.
- Стараться, чтобы ребенок максимальное количество времени бывал на солнце.
- В случае затяжной депрессии обратиться к психиатру, психотерапевту.

## Запомните!

**! Главное для Вас  
в этот момент  
не успехи ребенка,  
а его здоровье и жизнь!**

## ВНИМАНИЕ!

*Здесь окажут  
помощь Вам  
и Вашим детям:*

**КГАУ «Камчатский  
центр психолого-педагогической  
реабилитации и коррекции»**

улица Фрунзе, дом № 8,  
телефон:  
**8 (4152) 43-38-50, 42-05-42**

**ГБУЗ «Камчатский краевой  
психоневрологический диспансер»**

ул. Карагинская, дом № 22,  
телефон:  
**8 (4512) 25-84-08**

Телефон доверия:  
**8 (4152) 42-40-46,  
8-800-2000-122**

Краевое государственное автономное учреждение  
«Камчатский центр психолого-педагогической  
реабилитации и коррекции»

**ПАМЯТКА**  
*родителям  
по профилактике  
суицидов у детей*

**Спасите  
своего ребенка**



г. Петропавловск-Камчатский

## Важная информация №1

- Суицид (самоубийство) может совершить любой подросток, особого суицидального характера не существует.

- Повод для суицида может быть с точки зрения взрослых пустяковым.

- У детей нет опыта страдания, им кажется, что их ситуация исключительная, а душевная боль никогда не кончится.

- Дети не осознают факта необратимости смерти, им кажется, что они смогут воспользоваться плодами своего поступка.

- Подростки считают суицид проявлением силы характера.

- Чаще всего дети и подростки совершают демонстративные суицидальные попытки, чтобы изменить мир вокруг себя.

- Иногда «переигранные демонстрации» заканчиваются смертью



## Знаки опасности

- Высказывания типа: «скоро все закончится», «разве это жизнь», «все надоело», «я всех освобожу».
- Нарушение сна, аппетита.
- Частая смена настроения.
- Потеря интереса к любимым занятиям, нетипичное поведение.
- Рассеянность, невозможность сосредоточиться.
- Замедленные движения, речь.
- Стремление к уединению.
- Раздача своих вещей.
- Потеря самоуважения, высказывания типа: «у меня все равно не получится», «я не смогу».
- Неряшливый вид, преобладание в одежде черного цвета.
- Резкое снижение успеваемости, прогулы, демонстративное поведение, агрессия, употребление алкоголя.
- Интерес к теме смерти в музыке, литературе, шутки на эту тему.
- Рисунки с символикой смерти.

## Важная информация №2

### Это провоцирует суицид:

- Смерть или суицид в близком окружении.
  - Фильмы, телепередачи о суициде сверстников или кумиров.
  - Чрезмерная нагрузка, которая ведет к нервному истощению.
  - Состояние сильного эмоционального напряжения во время конфликтов.
  - Унижение ребенка, критика при посторонних.
  - Депрессия.

