



ПРОФИЛАКТИКА СУИЦИДОВ

ПРИЗНАКИ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ У РЕБЕНКА



Памятка для родителей*

- **Уход в себя:** замкнутость, обособление становятся глубокими и длительными, ребенок сторонится вчерашних друзей и товарищей.
- **Капризность, привередливость:** его настроение чуть ли не ежедневно колеблется между возбуждением и упадком.
- **Депрессия:** глубокий эмоциональный упадок – наиболее частая причина возникновения суицидального поведения у несовершеннолетних
- **Агрессивность:** многим актам самоубийства предшествуют вспышки гнева, ярости, жестокости к окружающим. Нередко подобные явления – попытка обратить на себя внимание, призыв о помощи.
- **Саморазрушающее поведение:** стремится причинить себе вред, ведет себя «на грани риска».
- **Потеря самоуважения:** ребенок с заниженной самооценкой считает себя никчемным, ненужным и нелюбимым.
- **Предварительная подготовка:** собирание отравляющих веществ и лекарств, рисунки с могилами, разговоры о легкой смерти и загробной жизни как благе.
- **Нездоровая заинтересованность:** активно интересуется вопросами смерти, много шутит на тему самоубийства.
- **Радикальные перемены, необычное поведение:**
 - в еде – ест слишком мало или слишком много;
 - во сне – спит слишком мало или слишком много;
 - во внешнем виде – становится неряшливым;
 - в школьных привычках – пропускает занятия, не выполняет задания, избегает общения.
- **Раздача подарков окружающим:** планируя суицид, раздает близким свои вещи, приводит дела в порядок.
- **Угрозы, прямые или косвенные.** Последние иногда можно принять за обыкновенные «жалобы на жизнь». Например, «Я больше не буду ни для кого проблемой», «Тебе больше не придется обо мне волноваться».

КУДА ОБРАЩАТЬСЯ В СЛУЧАЕ СУИЦИДАЛЬНОЙ ПОПЫТКИ:



служба экстренной помощи: **112**

медицинские организации Московской области, оказывающие помощь при психических расстройствах и расстройствах поведения

детский телефон доверия: **+7 (800) 200-01-22** (звонок бесплатный и анонимный)

телефон горячей линии психологической помощи МЧС России: **+7 (495) 989-50-50**

портал психологической поддержки для детей Московской области **phmr.ru**