

**БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ  
И ТАКТИЧНЫ ПО ОТНОШЕНИЮ  
К СВОИМ ДЕТЯМ!  
ЛЮБИТЕ И БЕРЕГИТЕ ИХ!**

**ПОМНИТЕ!**

- ✓ Недооценка серьезности чувств и намерений ребенка может привести к неоправданным последствиям.
- ✓ Безразличное или пренебрежительное отношение к его жалобам способно подтолкнуть на необдуманный шаг.
- ✓ Со стороны взрослых он должен постоянно получать поддержку, особенно в период возрастных кризисов и эмоциональных переживаний.
- ✓ Научитесь вовремя распознавать тревожные знаки и предотвращать серьезные проблемы.
- ✓ Устанавливайте с ребенком отношения, пронизанные заботой и вниманием к его духовной жизни.

*Если Вы понимаете, что у Вас по каким-то причинам не получается сохранить контакт с ребенком, то следует немедленно обратиться к специалистам. Анонимность гарантируем.*



**Наш адрес: г. Лунинец, ул. Фрунзе,  
д.6,  
каб.15,22,25**

**Рабочее время (8.00-13.00; 14.00-  
17.00) 6-52-81, 6-52-11; «Горячая»  
линия- 6-51-76;**



*Государственное учреждение «Лунинецкий  
территориальный центр социального  
обслуживания населения»*

*Отделение комплексной поддержки в кризисной  
ситуации*

**Профилактика раннего суицида  
несовершеннолетних**



Лунинец  
2024

## ОПАСНОСТЬ

### ТРЕВОЖНЫЕ СИГНАЛЫ

☞ Прямое или косвенное выражение желания умереть или убить себя/высказывания о нежелании продолжать жизнь.

☞ Повышенный интерес к теме смерти (прослушивание музыки, просматривание фильмов, чтение книг, игры, с присутствием суицидального контингента и т.п.)

☞ Резкое изменение поведения: неряшливый внешний вид, утрата интереса к любимым занятиям, появления желания уединиться, отдаление от близких людей, раздаривание дорогих ребенку вещей.

Появление проблем со здоровьем:

☞ Потеря аппетита или чрезмерное потребление пищи, постоянное ощущение слабости, бессонница/чрезмерная сонливость, кошмары во сне.

☞ Изменение эмоционального фона: подавленное настроение на протяжении длительного времени, раздражительность, резкие перепады настроения, «беспричинные» слезы.

☞ Внезапное снижение успеваемости и рассеянность, плохое поведение в школе,

### ОСОБОЕ ВНИМАНИЕ К РЕБЕНКУ В СЛЕДУЮЩИХ СИТУАЦИЯХ

☞ Ссора или острый конфликт со значимыми взрослыми.

☞ Безответственная влюбленность или разрыв романтических отношений.

☞ Отвержение сверстников, травля (в том числе в социальных сетях).

☞ Личная неудача подростка (низкие баллы в школе и др.)

☞ Нестабильная семейная ситуация (развод родителей, конфликты, употребление психоактивных веществ, алкоголя и т.п.)

☞ Резкое изменение социального окружения (в результате смены места жительства или учебы)



### ЧТО ДЕЛАТЬ?

- Постарайтесь поговорить с ребенком» по душам», избегая прямых вопросов о желании совершить суицид, если ребенок сам затронул эту тему.
- Внимательно выслушайте подростка. Приложите все усилия, чтобы понять проблему, скрытую за словами. Попытайтесь выяснить, не чувствует ли он себя одиноким, никому не нужным, несчастным, загнанным в ловушку, должником.
- Внимательно отнеситесь ко всем, даже самым незначительным обидам и жалобам.
- Не оставляйте ребенка в одиночестве даже после успешного разговора.
- Не бойтесь обращаться к специалистам – детскому (подростковому) психологу, так как такое обращение поможет уберечь вашего ребенка от трагического поступка.

прогулы, нарушение дисциплины.

