

## КАК ЗАМЕТИТЬ НАДВИГАЮЩИЙ СУИЦИД?

**1. На странице подростка в социальной сети есть картинки, слова, музыка видео на тему смерти, усталости, отсутствие смысла жизни;**

**2. На странице подростка в социальной сети есть сообщения (так называемые посты), где использованы (написаны) следующие хештеги: истина, храм смерти, млечный путь...**

**(методом анонимного тестирования, рекомендуется проводить регулярное обследование детей на уровень социальной напряженности);**

**3. Изменилось поведение подростка, меньше общается с другими подростками, стал замкнутым;**

**(изменения в поведение несовершеннолетних (длительное пониженное настроение, или оживленность несоответствующий ситуации, отгороженность от семейной и школьной жизни, нахождения и пребывания на сайтах особого содержания, подросток постоянно использует телефон, планшет, компьютер для общения в соц. сетях);**

**4. Подросток больше времени, чем ранее, стал проводить в одиночестве, отказывается идти гулять, пытается остаться наедине с собой;**

**(молодежь с нарушением межличностных отношений, «одиночки», злоупотребляющие алкоголем или наркотиками, включающим физическое насилие, сверхкритичные к себе, лица, страдающие от недавно испытанных унижений или трагических утрат, подростки с психическим несоответствием между ожидавшимися успехами в жизни и реальными достижениями, люди, страдающие от болезней или покинутые окружением);**

**5. Подросток интересуется способами лишения жизни, «присматривается» к этим способам (поднимается на высоту и смотрит вниз, завязывает удавку, удерживает дыхание под водой);**

**6. Подросток постоянно хочет спать, забывает покушать или наоборот постоянно ест.**

### Необходимо следующее:

- установить заботливые взаимоотношения;
- будьте внимательным слушателем;
- задавайте вопросы,
- не предлагайте неоправданных утешений
- предложите конструктивные подходы;
- не оставляйте человека одного в ситуации высокого суицидального риска;
- обратитесь за помощью к специалистам, способным вывести ребенка из опасного состояния (психологи);
- важно сохранить заботу и поддержку;

**Воспринимайте ребенка, как личность!!!**