

**Значимые признаки, связанные с возможными суицидальными намерениями подростка, на которые необходимо обратить внимание родителям при мониторинге страницы своего ребенка в социальной сети**

- В своих изображениях, публикуемых на страницах соц.сетей, детьми могут размещаться фотографии проявлений аутоагрессии: самоунижения, оскорбления себя в разных и порой даже жестоких формах, вплоть до нанесения себе травм, в частности, и порезов;
- Символическими являются сохранение фотографий китов (которые выбрасываются на берег и, таким образом, добровольно уходят из жизни), бабочек (которые летят на свет, хотя знают, что это приведет их к неминуемой гибели), единорогов (смерть едет на единороге в ад), съемки с высоты, крыш и чердаков;
- Следует обратить внимание на круг друзей и подписчиков, изучить оставленные ребенком комментарии в различных группах;
- Зачастую в «статусе» страницы указывается так называемый «обратный отсчет» (например, «До самоубийства осталось 10 дней»);
- Необходимо фиксировать время посещения (а в отдельных случаях и продолжительность) ребенком своей страницы в соц.сетях.

**В процессе беседы родителей с ребенком наличие всех вышеперечисленных признаков дети чаще всего объясняют тем, что хотели «разыграть» родителей или друзей, отрицая любые подозрения в намерении совершить суицид.**

**Родителям необходимо иметь в виду, что суицидальные попытки совершают их дети из полных благополучных семей, зачастую, с хорошим достатком и организованным досугом, широким кругом общения.**

**ТЕЛЕФОНЫ ДОВЕРИЯ  
ДЛЯ ДЕТЕЙ И РОДИТЕЛЕЙ**

- **8-800-2000-122** (круглосуточно) - Всероссийская служба детского телефона доверия.
- **004** (круглосуточно, анонимно) - Городской мониторинговый центр (психолог для детей и подростков).
- **251-00-33** (круглосуточно, анонимно) - телефон доверия консультативно-диагностического центра репродуктивного здоровья подростков «Ювента».
- **8-800-25-000-15** (по будням с 9:00 до 18:00, обеденный перерыв с 13:00 до 14:00) - линия помощи «Дети онлайн» (любые виды помощи и консультаций для детей, которые столкнулись с опасностью или негативной ситуацией во время пользования Интернетом или мобильной связью: виртуальное преследование, домогательство, грубость, шантаж, мошенничество, несанкционированный доступ к ПК, нежелательный контент и т.д.)
- **708-40-41** (круглосуточно, анонимно) – экстренная психологическая помощь для детей, подростков и их родителей института психотерапии «Гармония».
- **344-08-06** – телефон доверия экстренной психологической помощи семьям в трудных жизненных ситуациях.
- **714-42-10, 714-45-63, 714-15-69** (круглосуточно) – наркологический телефон доверия.
- **ГУ МВД России по Санкт-Петербургу и Ленинградской области: телефон доверия 573-21-81 e-mail: [obrashenia@mail.ru](mailto:obrashenia@mail.ru)**
- информационный портал «Открытая академия родительской культуры»
- **<https://spbappo.ru/struktura/institut-detstva/kafedra-pedagogiki-semi/>** (краткая ссылка: **<https://c1ck.ru/KeXzw>**): раздел «Предупреждение семейного неблагополучия, агрессивного и насильственного поведения»
- - Уполномоченный по правам ребенка в Санкт-Петербурге сайт **[www.spbdeti.org](http://www.spbdeti.org)**; e-mail: **[admin@spbdeti.org](mailto:admin@spbdeti.org)**; **[spbdeti@mail.ru](mailto:spbdeti@mail.ru)**



Правительство  
Санкт-Петербурга  
Комитет по образованию  
Государственное бюджетное учреждение  
дополнительного профессионального образования  
Санкт-Петербургская  
академия постдипломного  
педагогического образования  
Институт детства  
Кафедра педагогики семьи

**ПАМЯТКА  
ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ  
(законных представителей)**

**ПО ВОПРОСАМ  
ВЫЯВЛЕНИЯ РАННИХ ПРИЗНАКОВ  
СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ  
У НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ**

2019 год

191002, Санкт-Петербург,  
ул. Ломоносова, 11-13

*Составитель буклета: председатель городского методического  
социальных педагогов, социальный педагог ГБУ ДО ЦППМС  
Московского района Санкт-Петербурга Тюрина ВВ  
ТМ*

**ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ  
(законных представителей)  
ПО ВОПРОСАМ ВЫЯВЛЕНИЯ  
РАННИХ ПРИЗНАКОВ  
СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ  
У НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ**

**Подростковый возраст** – это остро протекающий переход от детства к взрослости, в котором в поведении ребенка переплетаются противоречивые тенденции;

уровень притязаний подростка намного превышает его возможности и реальный социальный статус (он еще не взрослый, но начинает требовать, чтобы к нему относились как к взрослому);

чрезвычайная сконцентрированность на самих себе, эгоцентризм, с одной стороны, а с другой – способность проявлять альтруизм (бескорыстие), внимание и чувствительность;

с одной стороны, внимание неустойчиво, с другой стороны - подростки могут сидеть часами, сосредоточившись на том, что им действительно интересно;

особенность эмоционального реагирования подростков – сравнительная легкость возникновения у них переживаний эмоциональной напряженности, психологического стресса, способность бурно и непосредственно выражать свои эмоции, зачастую неумение сдерживать радость, гнев, замешательство.

**Рекомендации родителям**

В этот непростой период Вам особенно важно проявлять терпение, понимать интересы ребенка.

Для разрядки эмоционального напряжения полезно научить подростка использовать юмор, самим уметь с помощью шутки разрядить напряженные ситуации.

Нужно направить усилия на развитие поисковой активности подростков, «включать» его в такие виды деятельности (например, в системе дополнительного образования, внеурочной деятельности), в которых есть усложненные, интересные для них новые задания, предъявляющие к нему повышенные требования.

Мечта имеет чрезвычайно важное значение для развития подростка, создавая идеальные образы будущего, как личностного, так и профессионального.

Важно «услышать», понять, о чем мечтают Ваши дети, обеспечить им стабильность, безопасность, уверенность в себе, помочь определиться с возможной профессиональной сферой будущей жизни.

**Ситуации, связанные с возможными суицидальными намерениями, на которые родителям обязательно надо обращать особое внимание**

- Резкое изменение поведения. Например, ребенок теряет интерес к тому, чем любил заниматься, у него резко сокращается круг привычных и любимых увлечений.

- Ребенок проводит в сети практически все время, зачастую в ущерб учебе, развлекательным мероприятиям и так далее, почти никогда не расстается с мобильным телефоном. При этом им устанавливаются пароли на всех девайсах (Девай-с представляет собою технологичное устройство с аккумуляторами и различными функциями: умные часы, смартфон, ноутбук и пр.), используются графические ключи для входа, проводится постоянная очистка используемых браузеров, корзины.

- «Зависание» в социальных сетях в любое время, в том числе, ночью.

- Изменение образа жизни. В частности, ребенок уходит из дома, не поясняя куда, в том числе, вечером и даже ночью.

- Проявление «аутоагрессии» - наличие на теле и конечностях ран, порезов (как правило, в области запястий), иных повреждений, объяснить происхождение которых подросток не может, либо наоборот, стандартно оправдывается («упал», случайно порезался» и так далее).

- Наличие примера суицида в ближайшем окружении, а также среди значимых взрослых или сверстников.