

# Родительское собрание

## «Как уберечь ребёнка от рокового шага...»



Подготовила педагог-психолог МБУ «Центр «Гармония»»  
Н.Ю.Уголькова

**Суицид** – это умышленное самоповреждение со смертельным исходом, лишение себя жизни.

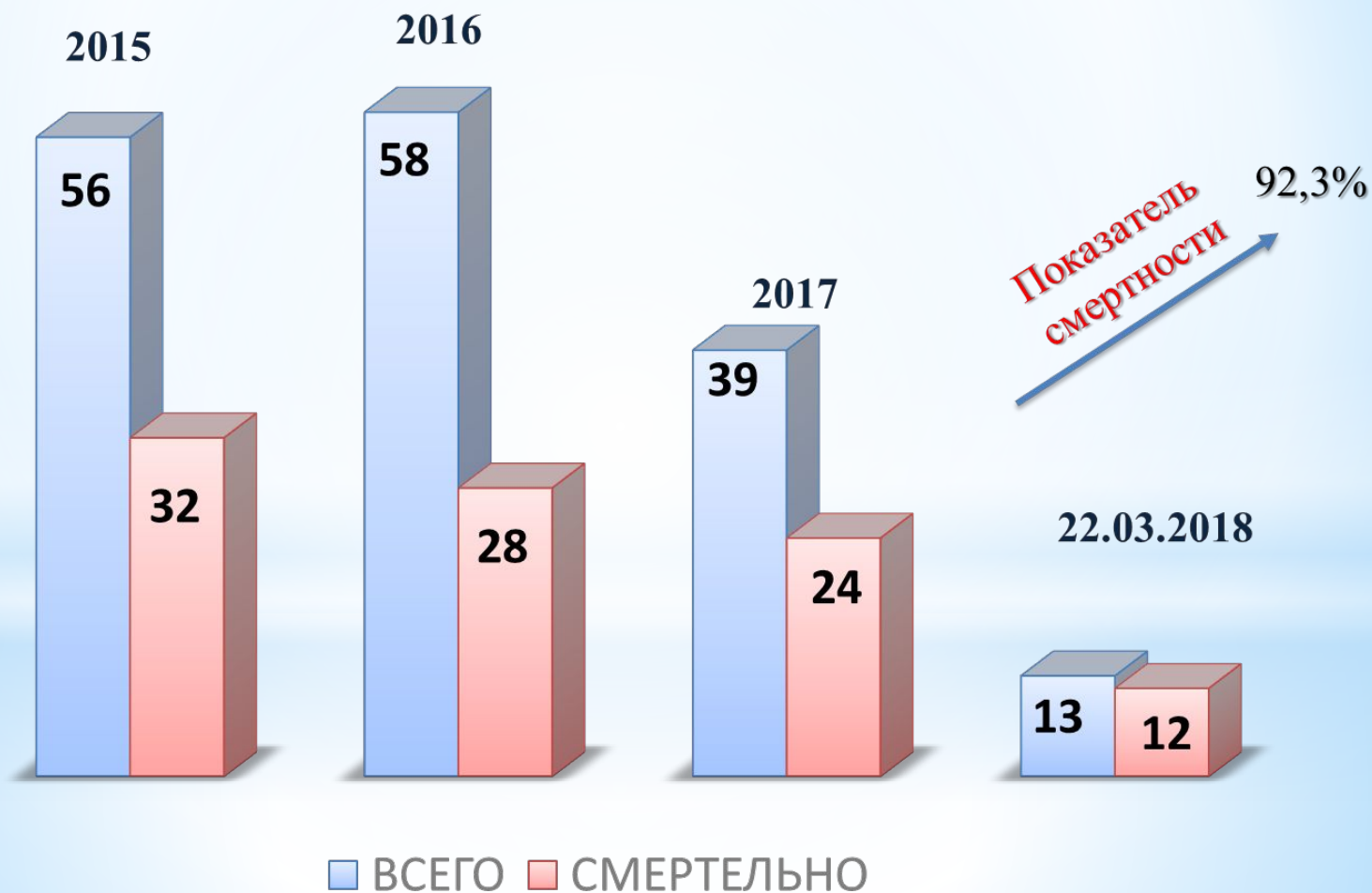
*По статистике, 85% школьников хотя бы раз задумывались о суициде.*



**При этом лишь у 5% подростков есть истинное желание покончить собой, в остальных 95% - это «крик о помощи».**

## Статистика по Московской области:

### ОБЩЕЕ ЧИСЛО НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ, СОВЕРШИВШИХ СУИЦИД



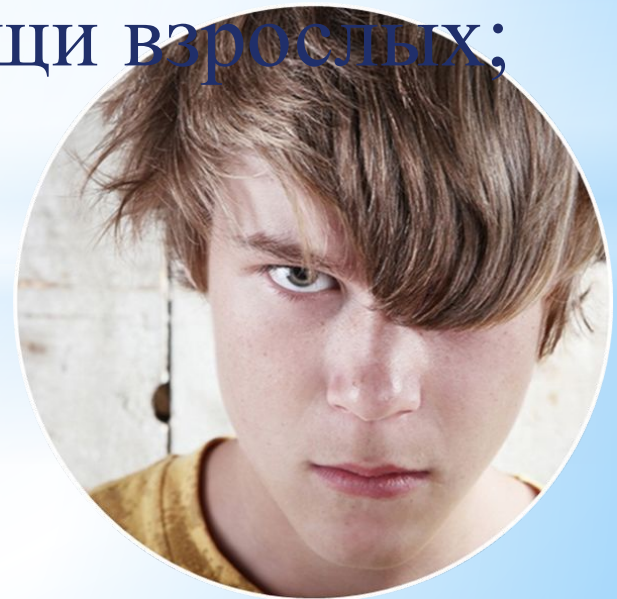


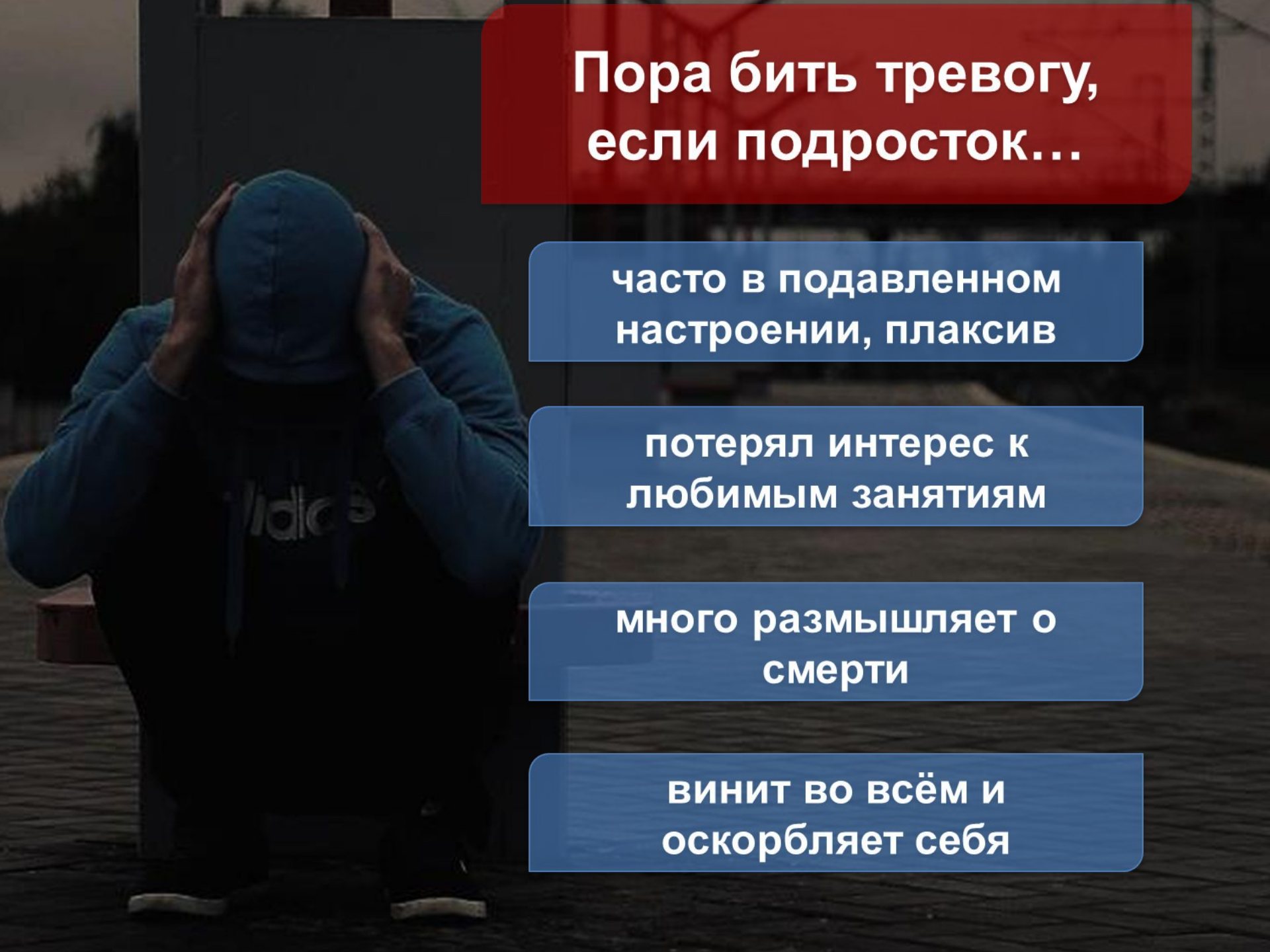
# Причины подростковых суицидов

- Семейные конфликты
- Проблемы в любовных отношениях
- Конфликты со сверстниками
- Наличие личностных проблем
- Психические заболевания

# Обычный подросток...

- всеми способами пытается достичь желаемого;
- «идёт напролом» в трудных ситуациях;
- малоопытный, но дерзкий;
- с опаской относится к помощи взрослых;
- бескомпромиссный;
- ищет авторитеты  
(редко среди родителей)





# Пора бить тревогу, если подросток...

**часто в подавленном  
настроении, плаксив**

**потерял интерес к  
любимым занятиям**

**много размышляет о  
смерти**

**винит во всём и  
оскорбляет себя**

# Пора бить тревогу, если подросток..

бурно переживает неудачи,  
остро реагирует на похвалу

слишком раздражителен,  
гневлив

часто жалуется на  
физическую боль

резко изменил привычный  
режим сна и аппетит





## **Чем могут помочь родители?**

- Разговаривать с ребенком, в том числе о его переживаниях и чувствах;
- Поддерживать в семье теплую доверительную атмосферу;
- Заниматься вместе с ребёнком новыми интересными делами;
- Всегда воспринимать проблемы и переживания ребенка серьезно; оказывать ему эмоциональную поддержку;



# Чем могут помочь родители?

- Учить ребенка выражать свои эмоции в социально приемлемых формах ;
- Поощрять физическую активность ребенка;
- Стараться поддерживать режим дня ребёнка (достаточный сон, полноценное питание);
- Быть рядом с ребенком в кризисной ситуации;
- Обратиться, в случае необходимости, за помощью к специалистам (психологу, психиатру и пр.)



**Куда обратиться, если нужна помощь:**



8-800-2000-122

**ТЕЛЕФОН  
ДОВЕРИЯ**  
для детей, подростков  
и их родителей

Круглосуточно ● Конфиденциально ● Бесплатно

**Телефон: 8-800-2000-122**

# **Куда обратиться, если нужна помощь:**



**Центр «Гармония»**

**г. Шатура,**

**ул. Красноармейская, д.10**

**Телефон: 8(496 45) 2 - 35 - 48**


**Психоневрологический диспансер**

**Шатурской ЦРБ, г. Шатура,**

**ул. Интернациональная, д. 23/8**

**Телефон: 8(496 45) 2 - 46 - 71**

# Куда обратиться, если нужна помощь:




← [Вернуться на главную](#) → [Журнал](#) → [Исследования фонда](#) RU EN

Линия помощи **Дети Онлайн**

Горячая линия:  
**8 800 25 000 15**  
[helpline@detionline.com](mailto:helpline@detionline.com)

**Телефон: 8 800 25 000 15**



Поддержка  
даёт силы!