

**КОМИССИЯ ПО ДЕЛАМ
НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ
И ЗАЩИТЕ ИХ ПРАВ
ПРИ ПРАВИТЕЛЬСТВЕ
САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ**

ул. Б. Садовая, 162/166, г. Саратов, 410012
Тел.: (845-2) 26-06-63; факс (845-2) 26-06-63

**Заместителям глав администраций
муниципальных районов
(городских округов) области -
председателям комиссий по делам
несовершеннолетних
и защите их прав**

№ _____
на № _____

**О распространении
информационных материалов**

В связи с увеличением в текущем году количества попыток суицида среди несовершеннолетних, в том числе и со смертельным исходом, в целях предупреждения подростковых суицидов, оказания помощи несовершеннолетним «группы риска» комиссия по делам несовершеннолетних и защите их прав при Правительстве Саратовской области направляет информационные материалы, разъясняющие правила и варианты поведения и реагирования в случаях проявления подростками суицидального поведения.

Прошу Вас организовать распространение данных материалов среди родителей (законных представителей), иного взрослого населения, в местах массового скопления людей: образовательных, медицинских, культурно - досуговых учреждениях, многофункциональных центрах, через средства массовой информации и т.п.

Информацию о проделанной работе с указанием количества распространенных буклетов на территории Вашего муниципального района прошу направить в комиссию по делам несовершеннолетних и защите их прав при Правительстве Саратовской области до 20 декабря 2019 года.

Приложение: на 2 л. в 1 экз.

Председатель комиссии

А.В. Потапова

Корнилова Галина Юрьевна
26-06-63



**ПОМНИТЕ, ЧТО
АВТОРИТАРНЫЙ
СТИЛЬ ВОСПИТАНИЯ
ДЛЯ ПОДРОСТКОВ
НЕЭФФЕКТИВЕН
И ДАЖЕ ОПАСЕН.**

Чрезмерные запреты, ограничение свободы и наказания могут спровоцировать у подростка ответную агрессию или аутоагрессию (агрессию, направленную на себя). В подростковом возрасте предпочтительной формой воспитания является заключение договоренностей. Если запрет необходим, не пожалейте времени на объяснение целесообразности запрета. Если же подросток продолжает протестовать, то постарайтесь вместе найти решение, устраивающее и Вас, и его.

**ГОВОРИТЕ С РЕБЕНКОМ/ПОДРОСТКОМ
НА СЕРЬЕЗНЫЕ
ТЕМЫ:** что такое жизнь?

в чем смысл жизни? Что такое дружба, любовь, смерть, предательство? Эти темы очень волнуют подростков, они ищут собственное понимание того, что в жизни ценно и важно. Не бойтесь делиться собственным опытом, собственными размышлениями. Если избегать разговоров на сложные темы с подростком, он все равно продолжит искать ответы на стороне (например, в Интернете), где информация может оказаться не только недостоверной, но и небезопасной.



**ГОВОРИТЕ О ПЕРСПЕКТИВАХ В ЖИЗНИ
И БУДУЩЕМ.** У подростков еще только формируется картина будущего, они видят или совсем отдаленное будущее, либо текущий момент. Узнайте, что Ваш ребенок хочет, как он намерен добиваться поставленной цели, помогите ему составить конкретный и реалистичный план действий.



**ДАЙТЕ ПОНЯТЬ
РЕБЕНКУ, ЧТО ОПЫТ
ПОРАЖЕНИЯ ТАК ЖЕ
ВАЖЕН, КАК И ОПЫТ
ДОСТИЖЕНИЯ
УСПЕХА.** Рассказывай-

те чаще о том, как Вам приходилось преодолевать те или иные трудности. Конструктивно пережитый опыт неудачи делает человека более уверенным в собственных силах и устойчивым. Учите ребенка справляться с трудностями.

**БУДЬТЕ ВНИМА-
ТЕЛЬНЫ К ЛЮБЫМ
ПРИЗНАКАМ
ВОЗМОЖНОЙ
ОПАСНОСТИ.** Наблю-



дайте за своим ребенком и его друзьями. Не считайте, что подростки лишь пугают и манипулируют взрослыми. Если Вы предполагаете риск суицидальной попытки, поделитесь опасениями с другими взрослыми, со специалистами. Вовремя обратитесь к специалисту, если поймете, что Вам по каким-то причинам не удалось сохранить контакт с ребенком. Узнайте телефоны служб психологической поддержки, которые могут оказать помощь в кризисной ситуации.

**Памятка составлена специалистами
министерства образования Саратовской
области и комиссии по делам
несовершеннолетних и защите их прав
Саратовской области**



**ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
ПО ПРОФИЛАКТИКЕ
КРИЗИСНЫХ СОСТОЯНИЙ
У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ**





СИТУАЦИИ, НА КОТОРЫЕ НАДО ОБРАТИТЬ ОСОБОЕ ВНИМАНИЕ

Ссора или острый конфликт со значимыми взрослыми (родители, учитель, тренер)

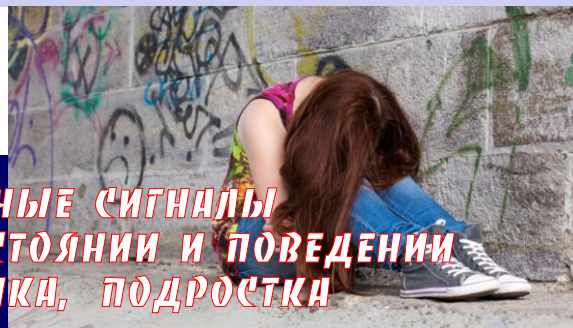
Отвержение сверстников, травля (в том числе в социальных сетях)

Личная неудача подростка (в учебе, на экзамене, в спорте) на фоне повышенных ожиданий родителей, ориентированности семьи на социальную успешность

Несчастливая любовь или разрыв романтических отношений

Нестабильная семейная ситуация (развод родителей, конфликты, смена места жительства)

Травмирующая жизненная ситуация (потеря близкого человека, резкое общественное отвержение, травма, насилие, тяжелое заболевание)



ОПАСНЫЕ СИГНАЛЫ В СОСТОЯНИИ И ПОВЕДЕНИИ РЕБЕНКА, ПОДРОСТКА

Пониженное настроение, тоскливость

Раздражительность, угрюмость

Нарушение сна, соматические жалобы

Снижение успеваемости

Потеря интереса к прежним увлечениям

Пренебрежение внешним видом, неряшливость

Частые попытки уединиться, отрицание проблем

Причинение себе вреда, нанесение самоповреждений

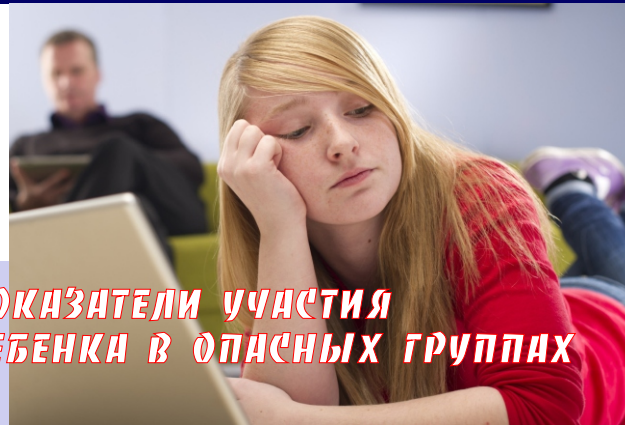
Стремление к **рискованным действиям**

Раздаривание собственных вещей

Высказывания о бесполезности, **бессмысленности жизни**

Разговоры или шутки на тему **смерти**

Угрозы совершить **суицидальную попытку**



ПОКАЗАТЕЛИ УЧАСТИЯ РЕБЕНКА В ОПАСНЫХ ГРУППАХ

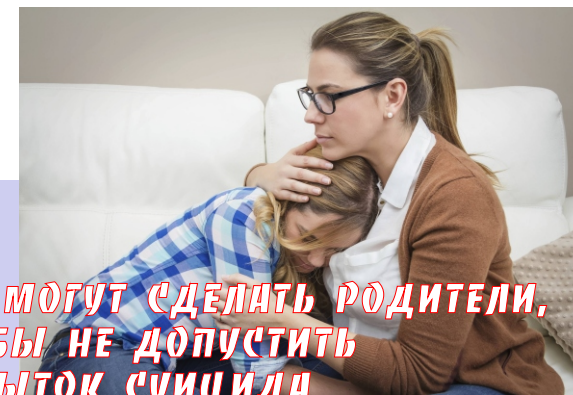
Пробуждение **в ночное время** и выход в Интернет

Нежелание обсуждать новости сетевой группы и свои действия в ней

Выполнение различных «заданий», в том числе связанных с причинением вреда себе

Видеозапись таких действий

Появление в речи и на страницах в сети **специфических тегов** «раны на руках заглушают боль в душе», «лети к солнцу» и др.



ЧТО МОГУТ СДЕЛАТЬ РОДИТЕЛИ, ЧТОБЫ НЕ ДОПУСТИТЬ ПОПЫТОК СУИЦИДА (КРИЗИСНОЙ СИТУАЦИИ)?



ПОДДЕРЖИВАЙТЕ ДОВЕРИТЕЛЬНЫЕ ОТНОШЕНИЯ С ДЕТЯМИ. Особенно

важно не утратить контакта с подростками, несмотря на растущую в этом возрасте потребность в отделении от родителей. Расспрашивайте сына или дочь, разговаривайте с ними об их проблемах, уважительно относитесь к тому, что кажется им важным и значимым, принимайте подростка как личность.



ПРИДЯ ДОМОЙ ПОСЛЕ РАБОТЫ, НЕ НАЧИНАЙТЕ ОБЩЕНИЕ С ПРЕТЕНЗИЙ, даже если ребенок/подросток что-то сделал не так. Проявите интерес, обсуждайте ежедневные дела, задавайте вопросы. Замечание, сделанное с порога, и замечание, сделанное в процессе заинтересованного диалога, будут звучать по-разному!

Лист согласования к документу № 01-38/908 от 10.10.2019

Инициатор согласования: Корнилова Г.Ю. Консультант

Согласование инициировано: 10.10.2019 12:41

Лист согласования		Тип согласования: последовательное		
№	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Потапова А.В.		 Подписано 10.10.2019 - 17:05	-