

### **Что в поведении подростка должно насторожить!**

- Резкое снижение успеваемости, проявление безразличия к учебе и оценкам.
- Подавленное настроение, пониженный эмоциональный фон, раздражительность, которое сохраняется длительное время.
- Резкое изменение поведения (стал неряшливым, не хочет разговаривать с близкими ему людьми, начал раздаривать дорогие ему вещи, теряет интерес к тому, чем раньше любил заниматься, отдаляется от друзей).
- Наличие примера суицида в ближайшем окружении, а также среди значимых взрослых или сверстников.
- Ребенок прямо или косвенно говорит о желании умереть или убить себя, или о нежелании продолжать жизнь. (Разговоры о нежелании жить - попытка привлечь внимание взрослого к себе и своим проблемам. Бытует миф, что, если человек говорит об этом, то значит, этого не сделает. Однако это не так! Отчаявшийся подросток, на которого не обращают внимания, вполне может довести свое намерение до конца).
- Рискованное поведение, в котором высока вероятность причинения вреда своей жизни и здоровью.

### **Опасные ситуации, на которые надо обратить особое внимание!**

- ✓ Отвержение сверстников, травля (в том числе в социальных сетях).
- ✓ Ссора или острый конфликт со значимыми взрослыми.
- ✓ Несчастливая любовь или разрыв романтических отношений.
- ✓ Объективно тяжелая жизненная ситуация (потеря близкого человека, резкое общественное отвержение, тяжелое заболевание).
- ✓ Личная неудача подростка на фоне высокой значимости и ценности социального успеха.

- ✓ Резкое изменение социального окружения (например, в результате смены места жительства).
- ✓ Нестабильная семейная ситуация (развод родителей, конфликты, ситуации насилия).

### **Что может сделать педагог или специалист по социальной работе, чтобы не допустить попыток суицида.**

- Сохранять контакт с подростком. Для этого следует помнить, что авторитарный стиль взаимодействия для подростков неэффективен и даже опасен. Чрезмерные запреты, ограничения свободы и наказания могут спровоцировать у подростка ответную агрессию или аутоагрессию (саморазрушение).
- Уважайте подростка! В подростковом возрасте предпочтительной формой взаимодействия является заключение договоренностей. Если ограничение необходимо, не стоит жалеть времени на объяснение его целесообразности.
- Способствовать созданию дружеской поддерживающей атмосферы в классе, ориентировать учеников на совместную деятельность и сотрудничество. Обращать внимание на ситуации, когда один или несколько учеников становятся объектами нападок со стороны других. Поговорите с участниками конфликтов таким образом, чтобы был услышан каждый.
- Если вы классный руководитель, иницилируйте работу школьного психолога с классом.
- Классный час используйте как место и время поговорить о перспективах в жизни и будущем. У подростков еще только формируется картина будущего, они видят или совсем отдаленное будущее, либо текущий момент. Узнайте, что хотят ученики, как намерены добиваться поставленных целей, помогите им составить план конкретных (и реалистичных) действий. Важно поддерживать диалог с подростками, оставлять возможность контакта, чтобы при необходимости ученик мог обратиться к вам в трудной жизненной ситуации.

- Дать понять ученику, что опыт ошибок и неудач - такой же важный опыт, как и достижение успеха. Пользуйтесь ошибки ученика как зону его роста. Обучение на ошибках является одним из способов развития личности. Помните о том, что есть оценки, а есть то, что шире – личность ученика. Помогите ученикам найти сферы, где они успешны, независимо от оценок.
- Понять, что стоит за внешней грубостью подростка. Возможно, подросток отстаивает свои ценности, а не стремится войти в конфликт и обесценить Вас.
- Вовремя обратиться к специалисту, если Вы понимаете, что у вас по каким-то причинам не получается сохранить контакт с учеником или классом.

### **Что делать взрослому, если он обнаружил опасность.**

- Будьте внимательны к детям.
- Если вы увидели хоть один из перечисленных признаков – это уже достаточный повод для того, чтобы уделить внимание ребенку и поговорить с ним.
- Спросите, можете ли вы ему помочь и как, с его точки зрения, это сделать лучше.
- Не игнорируйте ситуацию. Не проходите мимо!
- Обратитесь к школьному психологу или к другим специалистам за помощью.
- Если вы классный руководитель, свяжитесь с родителями ребенка и поделитесь своими наблюдениями.

|                                                                                        |                                                                                                                                                                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ГБУ РК «Джанкойский районный центр социальных служб для семьи, детей и молодежи»       | 296100, Республика Крым, г. Джанкой, ул. Интернациональная, 62<br><a href="mailto:105@crimeaedu.ru">105@crimeaedu.ru</a>                                            |
| ГБУ РК «Кировский районный центр социальных служб для семьи, детей и молодежи»         | 297342, Республика Крым, Кировский район, п. Кировское, ул. Розы Люксембург, 36<br>(36555) <b>4-14-74</b><br><a href="mailto:110@crimeaedu.ru">110@crimeaedu.ru</a> |
| ГБУ РК «Красногвардейский районный центр социальных служб для семьи, детей и молодежи» | 297000, Республика Крым, пгт. Красногвардейское, ул. Энгельса, 6<br>(36556) <b>2-55-30</b><br><a href="mailto:107@crimeaedu.ru">107@crimeaedu.ru</a>                |
| ГБУ РК «Центр социальных служб для семьи, детей и молодежи Краснопереконского района»  | 296020, Республика Крым, г. Краснопереконск, ул. Героев Перекон, 1, каб. 74<br>(36565) <b>3-10-14</b><br><a href="mailto:111@crimeaedu.ru">111@crimeaedu.ru</a>     |
| ГБУ РК «Ленинский районный центр социальных служб для семьи, детей и молодежи»         | 298200, Республика Крым, Ленинский район, пгт. Ленино, ул. Пушкина, 31<br>(36557) <b>4-10-24</b><br><a href="mailto:112@crimeaedu.ru">112@crimeaedu.ru</a>          |
| ГБУ РК «Нижегородский районный центр социальных служб для семьи, детей и молодежи»     | 297000, Республика Крым, пгт. Нижегородский, ул. Фрунзе, 2, каб. 14<br>(36550) <b>2-18-98</b><br><a href="mailto:113@crimeaedu.ru">113@crimeaedu.ru</a>             |
| ГБУ РК «Первомайский районный центр социальных служб для семьи, детей и молодежи»      | 296300, Республика Крым, пгт. Первомайское, ул. Октябрьская, 63<br>(36552) <b>9-18-55</b><br><a href="mailto:114@crimeaedu.ru">114@crimeaedu.ru</a>                 |
| ГБУ РК «Раздольненский районный центр социальных служб для семьи, детей и молодежи»    | 296200, Республика Крым, пгт. Раздольное, ул. Ленина, 5а<br><a href="mailto:115@crimeaedu.ru">115@crimeaedu.ru</a>                                                  |
| ГБУ РК «Сакский районный центр социальных служб для семьи, детей и молодежи»           | 296500, Республика Крым, г. Саки, ул. Пионерская, 1<br>(36563) <b>3-10-13</b><br><a href="mailto:sakirzsssdm@crimeaedu.ru">sakirzsssdm@crimeaedu.ru</a>             |
| ГБУ РК «Симферопольский районный центр социальных служб для семьи, детей и молодежи»   | 295006, Республика Крым, г. Симферополь, ул. Павленко, 1, каб. 304, (3652) <b>54-66-05, 54-67-95</b><br><a href="mailto:118@crimeaedu.ru">118@crimeaedu.ru</a>      |
| ГБУ РК «Советский районный центр социальных служб для семьи, детей и молодежи»         | 297200, Республика Крым, пгт. Советский, ул. Механизаторов, 1<br>(36551) <b>9-25-72</b><br><a href="mailto:121@crimeaedu.ru">121@crimeaedu.ru</a>                   |
| ГБУ РК «Черноморский районный центр социальных служб для семьи, детей и молодежи»      | 296400, Республика Крым, пгт. Черноморское, Больничный переулок, 2<br>(36558) <b>20-66-7</b><br><a href="mailto:123@crimeaedu.ru">123@crimeaedu.ru</a>              |

- детский «телефон доверия» **+79780000738,**

**8 8002000122;**

- официальный сайт ГКУ «КРЦСССДМ» **крцсссдм.рф.,**  
опция «Требуется помощь?»

## Адреса и телефоны ЦСССДМ в Республике Крым

|                                                                                         |                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ГКУ «Крымский республиканский центр социальных служб для семьи, детей и молодежи»       | 295048, г. Симферополь, ул. Трубоченко, 23а,<br>(3652) <b>44-13-43</b><br><a href="mailto:093@crimeaedu.ru">093@crimeaedu.ru</a>                                     |
| ГБУ РК «Алуштинский центр социальных служб для семьи, детей и молодежи»                 | 298500, Республика Крым, г. Алушта, ул. Симферопольская, 24<br>(36560) <b>5-11-55</b><br><a href="mailto:alushtacenter@crimeaedu.ru">alushtacenter@crimeaedu.ru</a>  |
| ГБУ РК «Армянский городской центр социальных служб для семьи, детей и молодежи»         | 296012, Республика Крым, г. Армянск, ул. Иванищева, 10<br>(36567) <b>3-13-83</b><br><a href="mailto:100@crimeaedu.ru">100@crimeaedu.ru</a>                           |
| ГБУ РК «Джанкойский городской центр социальных служб для семьи, детей и молодежи»       | 296100, Республика Крым, г. Джанкой, ул. Калинина, 7<br>(36564) <b>3-35-68</b><br><a href="mailto:104@crimeaedu.ru">104@crimeaedu.ru</a>                             |
| ГБУ РК «Евпаторийский центр социальных служб для семьи, детей и молодежи»               | 297407, Республика Крым, г. Евпатория, ул. Демьшева, 134,<br>(36569) <b>4-44-81</b><br><a href="mailto:106@crimeaedu.ru">106@crimeaedu.ru</a>                        |
| ГБУ РК «Керченский центр социальных служб для семьи, детей и молодежи»                  | 298302, Республика Крым, г. Керчь, ул. Войкова, 30<br>(36561) <b>6-59-82</b><br><a href="mailto:109@crimeaedu.ru">109@crimeaedu.ru</a>                               |
| ГБУ РК «Краснопереконский городской центр социальных служб для семьи, детей и молодежи» | 296000, Республика Крым, г. Краснопереконск, ул. Толбухина, 17<br>(36565) <b>2-37-62</b><br><a href="mailto:108@crimeaedu.ru">108@crimeaedu.ru</a>                   |
| ГБУ РК «Сакский городской центр социальных служб для семьи, детей и молодежи»           | 296500, Республика Крым, г. Саки, ул. Ленина, 23, каб. 5<br>(36563) <b>3-09-61</b><br><a href="mailto:117@crimeaedu.ru">117@crimeaedu.ru</a>                         |
| ГБУ РК «Симферопольский городской центр социальных служб для семьи, детей и молодежи»   | 295000, Республика Крым, г. Симферополь, ул. Горького, 5Б<br>(3652) <b>60-12-73</b><br><a href="mailto:120@crimeaedu.ru">120@crimeaedu.ru</a>                        |
| ГБУ РК «Судакский городской центр социальных служб для семьи, детей и молодежи»         | 298000, Республика Крым, г. Судак, ул. Октябрьская, 36<br>(36566) <b>3-15-45</b><br><a href="mailto:119@crimeaedu.ru">119@crimeaedu.ru</a>                           |
| ГБУ РК «Феодосийский центр социальных служб для семьи, детей и молодежи»                | 298109, Республика Крым, г. Феодосия, ул. В. Коробкова, 3<br>(36562) <b>3-92-60</b><br><a href="mailto:122@crimeaedu.ru">122@crimeaedu.ru</a>                        |
| ГБУ РК «Ялтинский центр социальных служб для семьи, детей и молодежи»                   | 298612, г. Ялта, ул. Горького, 5<br>(3654) <b>31-47-77</b><br><a href="mailto:124@crimeaedu.ru">124@crimeaedu.ru</a>                                                 |
| ГБУ РК «Бахчисарайский районный центр социальных служб для семьи, детей и молодежи»     | 298403, Республика Крым, г. Бахчисарай, ул. Симферопольская, 32а<br>(36554) <b>5-27-71</b><br><a href="mailto:bah_rcsssdm@crimeaedu.ru">bah_rcsssdm@crimeaedu.ru</a> |
| ГБУ РК «Белогорский районный центр социальных служб для семьи, детей и молодежи»        | 297600, Республика Крым, г. Белогорск, ул. Нижегородская, 93<br>(36559) <b>9-17-95</b><br><a href="mailto:103@crimeaedu.ru">103@crimeaedu.ru</a>                     |

Министерство образования, науки и молодежи Республики Крым

Крымский республиканский центр социальных служб для семьи, детей и молодежи

Выявление ранних признаков суицидального поведения у несовершеннолетних



г. Симферополь  
2019 год

