

КУДА ПОЗВОНИТЬ?

Единый общероссийский
телефон доверия:
8-800-2000-122

Экстренная
психологическая
помощь МЧС России:
8 (495) 989-50-50

Круглосуточная горячая
линия «Ребенок в
опасности»:
8 800 707-70-22

Телефон экстренной
психологической помощи:
8 800 101 – 24 – 11

Телефон экстренных
служб, в том числе и
психологической помощи:
112

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

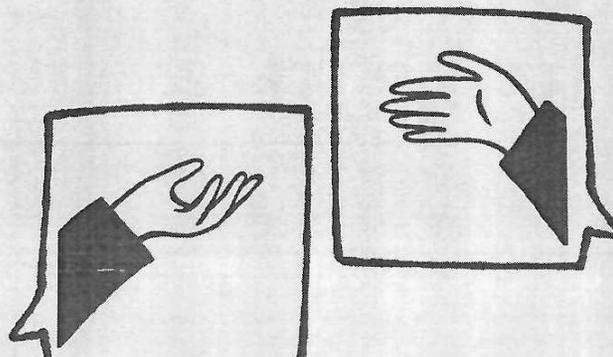
Записаться на очную консультацию в
отдел экстренной психологической
помощи по телефону: **8 343 385 81 10**
г. Екатеринбург,
ул. Машиностроителей 8



Видеокарточка
Что с моим ребенком
(подростком)?



Видеокарточка
Как помочь ребенку быть
психологически устойчивым в
современном мире



ГБУ СО «ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-
ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ,
МЕДИЦИНСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ
ПОМОЩИ «ЛАДО»



КОГДА РЕБЕНКУ НУЖНА ПОМОЩЬ

РЕКОМЕНДАЦИИ
ДЛЯ ПЕДАГОГОВ И РОДИТЕЛЕЙ

Что такое суицидальное поведение?

- это поведение разрушительного характера, которое включает в себя мысли о смерти, тридумывание способов лишения себя жизни, разговоры об этом, а завершающим этапом является сама попытка самоубийства.

Возможные причины суицидального поведения

- конфликты в семье, развод родителей;
- неразделенная любовь;
- проблемы во взаимоотношениях со сверстниками, коллективная травля;
- смерть близкого человека;
- сексуальное насилие;
- систематические избиения;
- публичное унижение;
- одиночество, тоска;
- подражание кумиру;
- неизлечимая болезнь;
- раскаяние за совершенное предательство;
- угроза физической расправы;
- наличие родственников, совершивших суицид;
- завышенные ожидания, прессинг со стороны родителей.

Рекомендации для педагогов:

- Сообщить родителям об изменениях в поведении ребенка;
- Сообщить администрации школы о ребенке, находящемся в группе риска;
- Подключить школьного педагога-психолога к профилактическим мероприятиям;
- Предложить родителям заполнить анкету.

АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

ИНСТРУКЦИЯ:

Предлагаем Вам ответить на ряд утверждений, чтобы понять какая поддержка и помощь нужны Вашему ребенку:

1. Ваш ребенок в последнее время стал тихим, имеет тоскливое выражение лица (скорбную мимику), внезапные изменения в поведении и настроении, особенно-отдаляющие от близких.

Да\Нет

2. Есть ли в вашей семье родственники, совершившие суицид? **Да\Нет**

3. Замечаете ли вы, что ребенок последнее время стал более замкнутым (не хочет выходить из дома, общаться со сверстниками)? **Да\Нет**

4. Ваш ребенок часто рассуждает на тему: «Я никому не нужен», «Все равно никто не будет по мне тосковать». **Да\Нет**

5. Ваш ребенок прямо или косвенно говорит о смерти и самоубийстве («Хочу умереть», «Скоро все это закончится»), проявляет желание пофантазировать на эту тему вслух. **Да\Нет**

6. Ваш ребенок говорит о мире, как о месте потерь и разочарований. **Да\Нет**

7. У Вашего ребенка последнее время наблюдаются нарушения режима сна и аппетита (бессонница или наоборот постоянное стремление спать; переедание или наоборот нежелание есть). **Да\Нет**

8. Ваш ребенок проявляет пессимизм в оценке своего прошлого и настоящего, а также не строит перспектив в будущем. **Да\Нет**

9. Подросток проявляет интерес к экстремальным\рискованным видам спорта? **Да\Нет**

10. Испытывает ли подросток трудности в приспособлении к новым условиям, обстоятельствам жизни? **Да\Нет**

11. Вы в силу разных обстоятельств перестали проводить с ним досуг? **Да\Нет**

12. Вы понимаете, что не знаете его друзей и чем они занимаются? **Да\Нет**

13. Вы замечаете, что ребенок нарушает дисциплину, у него неприятности в учебе, любимом занятии. **Да\Нет**

Результаты анкетирования

Проявите внимание, участвуйте в жизни своего ребенка, послушайте его, не обесценивайте его переживания.

В непростой для него период ребенок нуждается в безусловном принятии со стороны родителя, его поддержке и доступности для общения на интересующие подростка темы. Важно дать ребенку понимание, что он может прийти к Вам с любой проблемой, поделиться ею, быть выслушанным и понятым.

Если вы набрали от 1 до 3 “ДА”

Вашему ребенку требуется доверительное общение и поддержка значимого взрослого. При наличии трудностей, Вы можете обратиться к психологу.

Если вы набрали более 3 “ДА”

Вашему ребенку требуется не только Ваша поддержка, но и психологическая помощь. Вероятно, Ваш ребенок находится в кризисной ситуации. Следуйте действиям, указанным в алгоритме.

Алгоритм действий для родителей:

- Обратиться к психологу;
- Выслушать и поговорить, обсудить проблемы;
- Будьте искренними в общении, спокойно спрашивайте о тревожащей ситуации;
- Вселяйте надежду, что все проблемы решаемы;
- Предложите позвонить на телефон доверия.



ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ для детей и подростков



ВЫ МОЖЕТЕ ПОГОВОРИТЬ:

- Об отношениях с родителями и учителями
- О дружбе и первой любви
- О своей жизни и проблемах
- О жестоком обращении с тобой и со сверстниками

Просто набери номер:

8 800-2000-122		Всероссийский детский телефон доверия
124		
8 800-300-83-83		Телефон психологической помощи для детей, подростков и родителей
8 800-600-31-14		Горячая линия кризисной психологической помощи
8 800-101-24-11		Телефон экстренной психологической помощи
8 800-101-20-12		Телефон доверия
8 800-500-44-14		Горячая линия травлинет.рф
112		Единый телефон служб спасения

НЕРАЗРЕШИМЫХ ПРОБЛЕМ НЕ БЫВАЕТ!

На территории Свердловской области действуют Телефоны горячих линий и служб экстренной психологической помощи:

89193810364 - телефон горячей линии для граждан по вопросам развития и воспитания детей

88001012411 – телефон экстренной психологической помощи ГБУ СО «ЦППСМСП «Ладо»

89292123750 – телефон горячей линии по вопросам, связанных с наркоманией, алкоголизмом, реабилитацией и ВИЧ-инфекцией

88002000122 – телефон доверия для детей, подростков и родителей

Кроме этого, активными партнерами в оказании экстренной психологической помощи несовершеннолетним выступают учреждения системы здравоохранения:

1) Подразделения психиатрической службы, оказывающих психолого-психиатрическую помощь несовершеннолетним:

Отделения «телефон доверия»: телефон экстренной психологической помощи (телефон доверия) для детей и подростков **8 800-300-83-83;**

Консультативные приемы, выполняющие функции кабинетов социально-психологической помощи (КСПП) – развернуты **на базе психиатрических больниц:**

г. Екатеринбург: отделение невротозов и кризисных состояний детей и подростков, ул. Индустрии, 100-а. Страница отделения кризисных состояний детей в сети ВКонтакте: <https://vk.com/club15381616>.

г. Нижний Тагил: ГБУЗ СО «Психиатрическая больница № 7», психотерапевтическая поликлиника, ул. Победы, д.40.

г. Первоуральск: филиал ГБУЗ СО СОКПБ «Первоуральская психиатрическая больница», ул. Ватутина, д.10/26.

г. Каменск-Уральский: филиал ГБУЗ СО «Свердловская областная клиническая психиатрическая больница» «Южная психиатрическая больница», ул. Октябрьская, д. 30.

В остальных муниципальных образованиях специализированная помощь оказывается врачами психиатрами участковыми.

2) Клиники, дружественные к молодежи, организованные на базе отделений медико-социальной помощи детских поликлиник, специалисты которых оказывают комплексную медико-социальную и психологическую помощь подросткам и молодежи.

Клиники, дружественные к молодежи (КДМ) в Свердловской области:

1. КДМ «Лидер 21 века», ГБУЗ СО «Детская городская больница» г. Первоуральск, ул. Гагарина, д. 38-А, главный врач Шайдурова Ольга Васильевна, заведующая КДМ Тряпицина Диана Васильевна, тел. (3439) 66-80-54.

2. КДМ «Подросток», ГБУЗ СО «Ревдинская городская больница», г.Ревда, Энгельса, д. 35, главный врач Овсянников Евгений Викторович, заведующая КДМ Филькова Татьяна Влалимировна, тел. (34397) 35306, 35164.

3. КДМ «Территория свободы», МАУ «Детская городская поликлиника № 13», г. Екатеринбург, ул. Куйбышева, д. 106-а, главный врач Аверьянова Светлана Семеновна, заведующая КДМ Марфицына Ольга Васильевна, тел. (343) 262-70-24.

4. КДМ «Пuls», ГБУЗ СО «Ирбитская Центральная городская больница», г. Ирбит, ул. Советская, д. 39, главный врач Чураков Александр Валентинович, заведующая КДМ Лист Ольга Владимировна, тел. (343) 6-65-71.

5. КДМ «Планета молодых», ГБУЗ СО «Алапаевская Центральная городская больница», г. Алапаевск, ул. Братьев Серебряковых, д. 13, главный врач Павловских Александр Юрьевич, заведующая тел. (34346) 2-45-67.

6. КДМ «Тинейджер», ГБУЗ СО «Детская городская поликлиника № 5 г. Нижний Тагил», ул. Тагилстроевская, д. 4, главный врач Клейменов Дмитрий Михайлович, заведующая Бойко Татьяна Александровна, тел. (343) 44-44-16.

7. КДМ «Перспектива», ГБУЗ СО «Детская городская больница», г. Нижний Тагил, Ленинградский пр, д. 5, главный врач Клейменов Дмитрий Михайлович, заведующая КДМ Кривоногова Лариса Леонидовна, тел. (3435) 36-18-10.

8. КДМ «Взрослеем вместе», ГБУЗ СО «Арамилская городская больница», г. Арамил, ул. Садовая, 10, главный врач, Рожин Александр Игоревич, заведующая, тел. (34374) 3-13-40.

9. КДМ ГБУЗ СО «Камышловская Центральная районная больница», г. Камышлов, ул. Фарфористов, 3, главный врач Закачурина Ирина Валентиновна, заведующая Боярских Юлия Валерьевна (34375) 2-49-36.