

Куда обратиться за помощью?

Единый общероссийский телефон **8-800-2000-122**

Телефон доверия: **086 (круглосуточно), 8 (3955) 56-49-86**

Комиссия по делам несовершеннолетних и защите их прав Ангарского муниципального образования **8 (3955) 52-05-08** (круглосуточный факс, принятие звуковых сообщений)

Управление образования администрации Ангарского муниципального образования **8 (3955) 54-06-43**

Клиника, дружественная молодежи (медицинский психолог, подростковый акушер-гинеколог, уролог-андролог) **8 (3955) 53-02-21**

Медико-психологический центр (услуги психологов и психотерапевтов) **8 (3955) 55-10-36**

Центр психологической помощи **8 (3955) 53-29-61**

Муниципальная служба психологического консультирования: **8 (3955) 639-939** (запись на прием) **8 (3955) 639-039** (телефонные консультации для подростков с 17.00 до 21.00 ежедневно)

ОГБУЗ «Ангарская областная психиатрическая больница» (консультации психолога, подросткового нарколога, детского психиатра).
Запись по телефону **8(3955) 55-10-36**

Молодежный ресурсный центр «Территория семьи» (семейное консультирование и психологическое сопровождение семьи). Запись по телефону **8 (3955) 55-63-43**

ООО «Медико-профилактический центр»
8 (3955) 56-38-33

Областное государственное учреждение социального обслуживания «Центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей» (664020, г. Иркутск, ул. Ленинградская, дом 91). Отделение службы экстренной психологической помощи по Иркутской области **8 (3952) 32-48-90, 8-800-350-40-50 (круглосуточно)**

Областное государственное учреждение здравоохранения «Иркутский областной психоневрологический диспансер» (664022, г. Иркутск, пер. Сударева, дом 6) **8 (3952) 24-00-07 (круглосуточно)**

Областное государственное образовательное учреждение для детей, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи «Центр психолого-медико-социального сопровождения» (664022, г. Иркутск, ул. Пискунова, дом 42) **8 (3952) 22-93-28** (работает в качестве телефона доверия во вторник и четверг с 16:00 до 18:00 часов, в субботу с 10:00 до 14:00 часов)

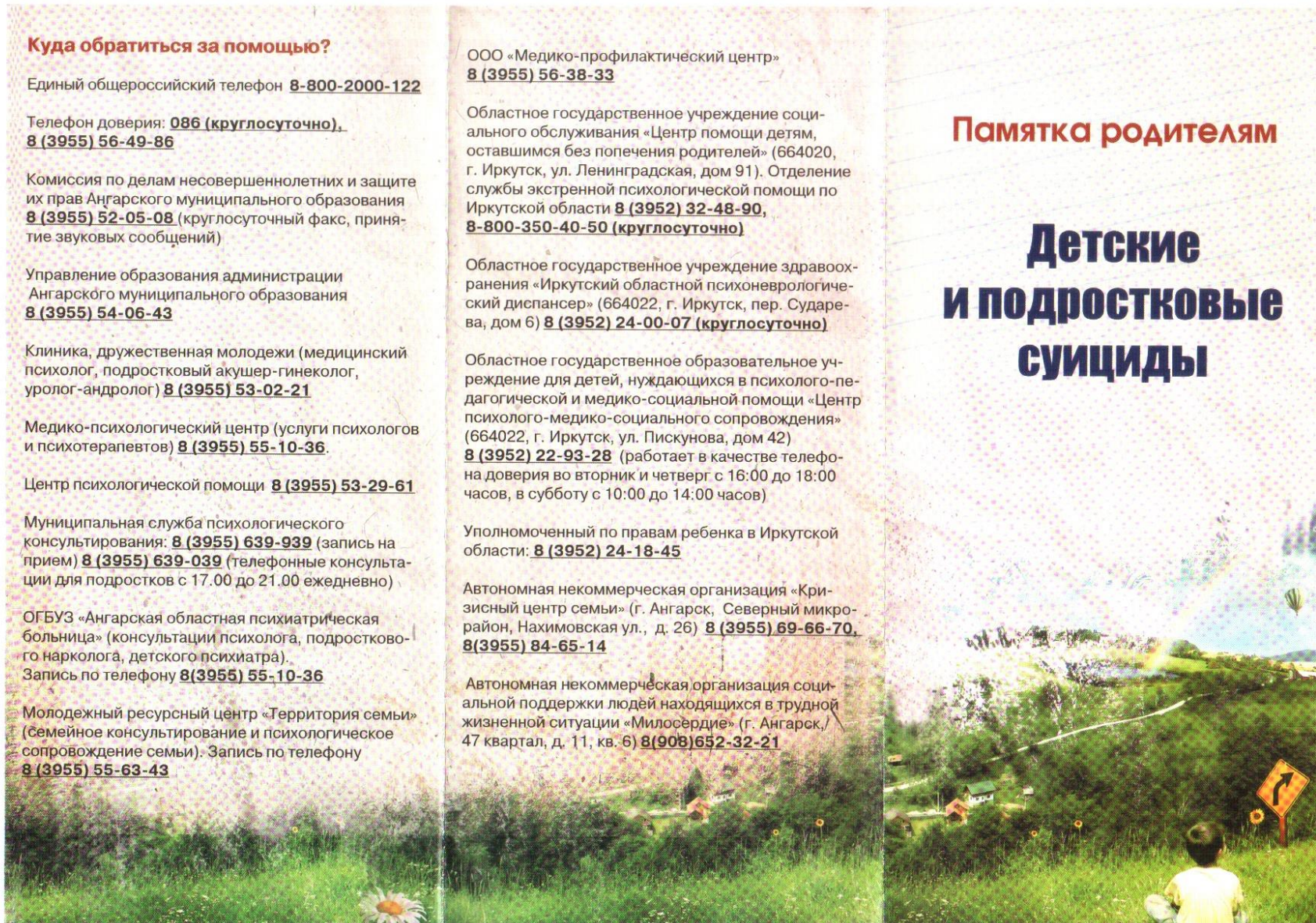
Уполномоченный по правам ребенка в Иркутской области: **8 (3952) 24-18-45**

Автономная некоммерческая организация «Кризисный центр семьи» (г. Ангарск, Северный микрорайон, Нахимовская ул., д. 26) **8 (3955) 69-66-70, 8(3955) 84-65-14**

Автономная некоммерческая организация социальной поддержки людей находящихся в трудной жизненной ситуации «Милосердие» (г. Ангарск, 47 квартал, д. 11, кв. 6) **8(908)652-32-21**

Памятка родителям

Детские и подростковые суициды



Дети – цветы жизни! Каждый родитель мечтает видеть своего ребёнка счастливым, здоровым, мечтает, чтобы он стал в жизни настоящим Человеком, впереди его ожидала хорошая судьба.

От родителей в первую очередь зависит то, какими ценностями живёт юный участник нашего общества, каким он вырастет человеком, и что передаст своим будущим поколениям.

Участие взрослых очень важно в жизни каждого ребёнка, особенно в период, когда в его жизни появляются психологические проблемы

Факторы, свидетельствующие о том, что есть вероятность детского или подросткового суицида:

- Разговоры ребенка о самоубийстве, нездоровые фантазии на эту тему, акцентирование внимания на эпизодах суицидов в фильмах, прессе.
- Появление у ребенка литературы (книг, брошюр, дисков) о самоубийствах, просмотр соответствующей информации в интернете.
- Попытки ребенка уединиться. Стремление к одиночеству, отказ от общения не всегда свидетельствует о предрасположенности к самоубийству, но может говорить о моральном дискомфорте ребенка.
- Разговоры и размышления ребенка о том, что он абсолютно никому не нужен, что в том случае, если он исчезнет, его никто не будет искать, и даже не заметит его отсутствия. Ни в коем случае не

оставляйте такие заявления без внимания и не подшучивайте над ними. Постарайтесь выяснить причину подобного настроения и убедить ребенка в обратном своей родительской любовью и вниманием.

- Иногда музыка или рисунки могут послужить сигналом родителям о том, что что-то не так в сознании ребёнка, что в нём доминируют депрессивные мысли («открытая дверь»), вопреки его жизнерадостности.
- Тщательно маскируемые попытки ребенка попрощаться с вами – непривычные разговоры о любви к вам, попытки закончить все свои «важные» дела как можно быстрее.
- Раздаривание своих любимых и наиболее ценных вещей друзьям, с которыми он раньше не расставался (за исключением случаев, когда ваш ребенок с добрыми намерениями делает это постоянно).

Зачастую трагедии можно избежать, если родители будут знать о возможном источнике навязчивых мыслей у ребёнка, расширив свои собственные познания в этом вопросе и объяснив это ребёнку. На этом пути, в первую очередь, стоит отбросить навязанные стереотипы и подойти к изучению этого вопроса с заинтересованностью настоящего исследователя. Ведь, в конечном счёте, приобретённые знания способны сохранить жизнь Вашему ребёнку.

От Вас, уважаемые родители, зависит очень многое!

*Перед силой истинной Любви рушатся
любые стены, и ни доли тени
не проникнет туда, где царит гармония,
доброта, и где чтутся высокие
нравственные принципы!*

