

ПАМЯТКА О ПРИЗНАКАХ РИСКА ФОРМИРОВАНИЯ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ У НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ

Уважаемые родители (законные представители)!



Психическое здоровье ребенка является неотъемлемой частью и важнейшим компонентом здоровья, развития. Психическое здоровье ребенка нуждается в заботе (охране) со стороны окружающих взрослых.

Детский и подростковый возраст – это период интенсивного развития, связанный с формированием представлений о том, что происходит в мире, своей роли в нем. Бурные стрессогенные биологические и психосоциальные изменения второго десятилетия отражаются на всех аспектах жизни детей.

Особое место во взрослении ребенка занимает подростковый кризис – пик переходного периода от детства к взрослости. Мир воспринимается подростками как некое соотношение черного и белого, хорошего и плохого как в окружающих, так и в себе.

Подростковый возраст характеризуется интенсивным формированием мировоззрения, системы самооценки и оценки окружающей действительности, ценностно-смысловой сферы.

Подросток проходит длинный путь поиска, который, к сожалению, может сопровождаться депрессивными переживаниями, раздражительностью, негативизмом, неожиданными и неприятными для окружающих близкими изменениями в поведении, мыслями о смерти. Развитие тревожных и депрессивных расстройств происходит достаточно быстро, способствует повышенному риску совершения самоубийства.

Зачастую состояние кризиса у ребенка остается своевременно незамеченным, а впоследствии тяжело отражается на психическом состоянии ребенка, его социальной адаптации, негативно влияет на развитие личности. Попытка самоубийства, как выход из кризисного состояния, в большинстве своих случаев является неожиданным событием для близких ребенка.

С целью сохранения жизни и здоровья вашего ребенка обратите внимание на его настроение и поведение в настоящее время. Ограничьте доступ к лекарственным и другим потенциально опасным средствам.



ПАМЯТКА О ПРИЗНАКАХ РИСКА ФОРМИРОВАНИЯ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ У НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ

! Признаки, на которые следует обратить внимание:

- ✓ снижение настроения у ребенка или резкое улучшение настроения без видимых причин;
- ✓ потеря интереса к вещам, вызывавшим удовольствие ранее (футбол, чтение книг, общение с друзьями);
- ✓ удаление себя из социальных сетей, изменение статуса, ассоциирующегося со смертью;
- ✓ появление на теле порезов (в особенности область предплечий, бедер), синяков;
- ✓ употребление алкоголя и др. психоактивных веществ;
- ✓ ребенок дарит свои любимые вещи друзьям, наводит порядок;
- ✓ чувство вины, упреки в свой адрес, ощущение бесполезности и низкая самооценка;
- ✓ нарастание замкнутости;
- ✓ отсутствие планов на будущее;
- ✓ посещение сайтов и просмотр видео о способах самоубийства;
- ✓ разговоры, в которых ребенок как бы прощается, но уезжать не собирается;
- ✓ чувство отчаяния, безысходности, безвыходности ситуации;
- ✓ резкое ухудшение успеваемости, прогулы;
- ✓ появление грубости в общении, нарушение дисциплины в школе;
- ✓ стремление к рискованным действиям;
- ✓ отсутствие сна (менее 6 часов), резкое изменение суточного ритма, головные боли.

В период переживания кризисного состояния ребенку необходима консультация специалиста в области психического здоровья – врача-психиатра детского или подросткового, медицинского психолога, психотерапевта, и у ребенка есть право на получение соответствующей медицинской помощи, направленной на поддержание и восстановление его психического здоровья.

В случае наличия хотя бы одного из выше перечисленных проявлений просим обратиться для записи к врачу-психиатру по тел. Антикризисного кабинета ГБУЗ НСО «Новосибирский областной детский клинический психоневрологический диспансер» 8 (913)709-90-64 (запись с 9:00 до 16:00) в рабочие дни (выходные: суббота, воскресенье); по телефону контактного центра учреждения: 8(383) 349 59 71, с 08.00 до 20.00 в рабочие дни.

Прием в неотложной форме без предварительной записи по адресу: город Новосибирск, ул. Романова, 23а или ул. Инская, 65 с 8:00 до 20:00 в рабочие дни (выходные: суббота и воскресенье).

Телефон доверия для детей – 8 800 2000 122.

