**Памятка для родителей Памятка для родителей**

|  |  |
| --- | --- |
| **На что следует обратить внимание**  1. Подросток не высыпается, даже если рано ложится спать.  Проследите, спит ли ваш ребенок в ранние утренние часы.  2. Рисует китов, бабочек, единорогов.  3. Состоит в группах, содержащих названия: "Киты плывут вверх", "Разбуди меня в 4.20", f57, f58, "Тихий дом", "Рина ", "Н я пока", "Море китов", "50 дней до моего...", хэш теги: дом китов, млечный путь, 150звёзд, ff33, d28, хочу в игру.  4. Закрыт доступ к подробной информации. В переписке с друзьями (на личной стене) есть фразы "разбуди меня в 4.20", "я в игре".  ОПАСНО, если на стене появляются цифры, начиная от 50 и меньше.  5. Переписывается в мессенджерах (Viber, WhatsApp) с незнакомыми людьми, которые дают странные распоряжения.  ПОДОЗРИТЕЛЬНЫЕ хештеги: #f53 #f57 #f58 #d28 #морекитов #тихий дом # хочу в игру # млечный путь | **На что следует обратить внимание**  1. Подросток не высыпается, даже если рано ложится спать.  Проследите, спит ли ваш ребенок в ранние утренние часы.  2. Рисует китов, бабочек, единорогов.  3. Состоит в группах, содержащих названия: "Киты плывут вверх", "Разбуди меня в 4.20", f57, f58, "Тихий дом", "Рина ", "Н я пока", "Море китов", "50 дней до моего...", хэш теги: дом китов, млечный путь, 150звёзд, ff33, d28, хочу в игру.  4. Закрыт доступ к подробной информации. В переписке с друзьями (на личной стене) есть фразы "разбуди меня в 4.20", "я в игре".  ОПАСНО, если на стене появляются цифры, начиная от 50 и меньше.  5. Переписывается в мессенджерах (Viber, WhatsApp) с незнакомыми людьми, которые дают странные распоряжения.  ПОДОЗРИТЕЛЬНЫЕ хештеги: #f53 #f57 #f58 #d28 #морекитов #тихий дом # хочу в игру # млечный путь |
| **Как заметить надвигающийся суицид**  **Суицидально опасная референтная группа**  • молодежь: с нарушением межличностных отношений, "одиночки", злоупотребляющие алкоголем или наркотиками, включающим физическое насилие;  • сверхкритичные к себе;  • лица, страдающие от недавно испытанных унижений  • подростки с психическим несоответствием между ожидавшимися успехами в жизни и реальными достижениями;   * люди, страдающие от болезней или покинутые окружением. | **Как заметить надвигающийся суицид**  **Суицидально опасная референтная группа**  • молодежь: с нарушением межличностных отношений, "одиночки", злоупотребляющие алкоголем или наркотиками, включающим физическое насилие;  • сверхкритичные к себе;  • лица, страдающие от недавно испытанных унижений  • подростки с психическим несоответствием между ожидавшимися успехами в жизни и реальными достижениями;   * люди, страдающие от болезней или покинутые окружением. |
| **2. Необходимо следующее:**  -Установите заботливые взаимоотношения, будьте внимательным слушателем.  - Не спорьте, задавайте вопросы.  -Не предлагайте неоправданных утешений.  -Предложите конструктивные подходы.  -Не оставляйте человека одного в ситуации высокого суицидального риска.  -Обратитесь за помощью к специалистам.  -Важность сохранения заботы и поддержки.  -Примите суицидента как личность! | **2. Необходимо следующее:**  -Установите заботливые взаимоотношения, будьте внимательным слушателем.  -Не спорьте, задавайте вопросы.  -Не предлагайте неоправданных утешений.  - Не оставляйте человека одного в ситуации высокого суицидального риска.  -Обратитесь за помощью к специалистам.  - Важность сохранения заботы и поддержки.  - Примите суицидента как личность! |