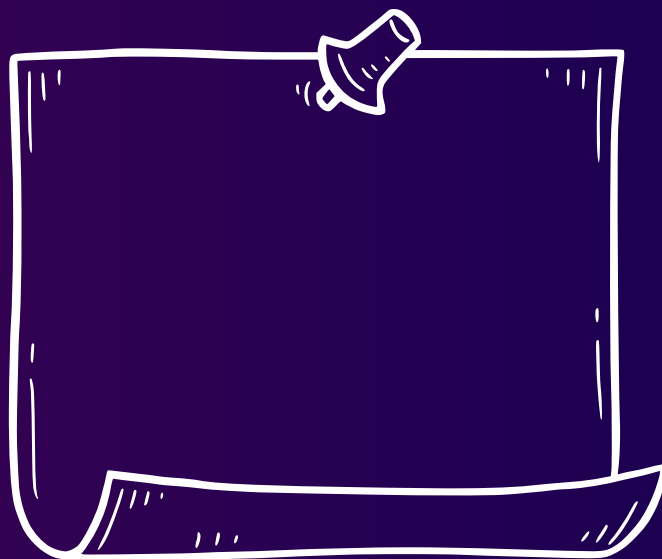




НИЦМП

# КРАТКАЯ ПАМЯТКА ДЛЯ ПЕДАГОГОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ

## ПО РАБОТЕ С СУИЦИДАЛЬНЫМИ НАМЕРЕНИЯМИ ОБУЧАЮЩИХСЯ





НИЦМП

**Не игнорируйте любые проявления и признаки (маркеры) суицидального поведения.**

*Мысль о том, что это подростки и все пройдет само собой или пусть психолог с этим разбирается – в корне неверная.*



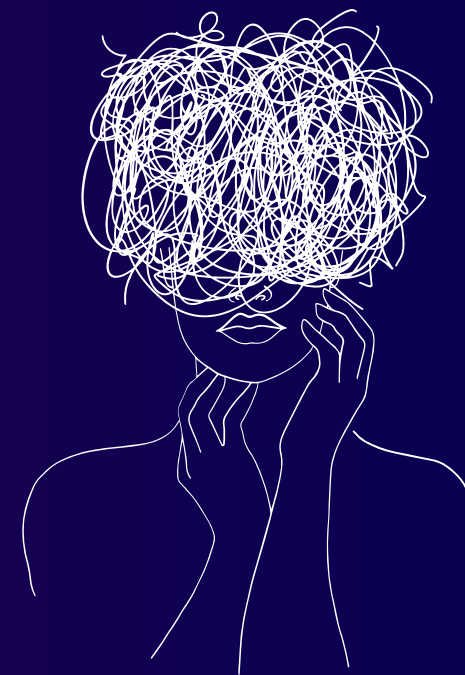
[vk.com/hotline\\_help\\_me](https://vk.com/hotline_help_me)



НИЦМП

**Избегайте выражений или действий, вызывающих стыд, осуждение, обесценивание, которые лишь усиливают чувство вины у обучающихся**

*Суицидальные мысли могут быть симптомами глубокого эмоционального стресса или психических расстройств. Поддержка, понимание и эмпатия – первое, что необходимо «здесь и сейчас».*





НИЦМП

## Не пытайтесь полностью самостоятельно решить проблему

*Вы можете установить контакт с обучающимся, поговорить, успокоить и в мягкой форме порекомендовать обратиться к специалисту, сопроводив обучающегося к психологу образовательной организации.*





НИЦМП

**Не оставляйте обучающегося наедине с собой в случае, если вы узнали о его суицидальных переживаниях и намерениях**

*Заключите с подростком договор об обещании связаться с вами или другим взрослым перед решительным шагом для обсуждения других возможных путей выхода из сложившейся ситуации.*

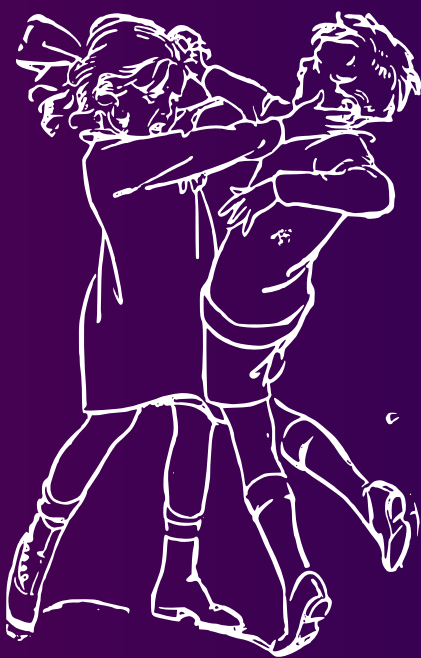




НИЦМП

## Не сравнивайте обучающегося с его сверстниками

*Провоцировать нездоровую конкуренцию и необоснованную соревновательность при суицидальных тенденциях крайне опасно. Страх разочарования в себе и своих способностях – это то, что может привести к возможному суициду.*





НИЦМП

**Не старайтесь посвятить в данную ситуацию всех окружающих**

*Соблюдайте принцип конфиденциальности – происходящем должен знать ограниченный, желательно компетентный круг лиц.*





НИЦМП

## Не используйте при личной беседе с обучающимся клише или пассивный ОПТИМИЗМ

*Фразы расплывчатого содержания вроде: «Не волнуйся, все пройдет, это временно» или «Ты справишься и преодолеешь это» не работают, а еще больше усугубляют ситуацию.*







НИЦМП

## Не обещайте подростку то, что вы не сможете выполнить

*Очень часто педагоги говорят, что никому не расскажут, а потом ситуация придается всеобщей огласке и ребенок теряет доверие ко взрослому.*





НИЦМП

## КУДА МОЖНО ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ

Круглосуточная служба психологической помощи  
и поддержки **«ТЫ НЕ ОДИН»**  
8-800-302-33-39; 8-351-729-99-49

Всероссийский **телефон доверия**  
(круглосуточно)  
8-800-2000-122

Сообщество Digital психолог  
[https://vk.com/hotline\\_help\\_me](https://vk.com/hotline_help_me)