



**Любой
подросток
может
находиться
в зоне риска
по совершению
СУИЦИДА!**

Самое страшное можно предотвратить простыми действиями:

1

Уделяйте внимание взаимоотношениям подростков в коллективе.

Если у ребенка нет друзей, он поссорился со всеми или является жертвой травли - помогите справиться с этой ситуацией.

2

Обращайте внимание на эмоциональное состояние подростков.

Часто сниженное настроение, или излишняя вспыльчивость, импульсивность, обидчивость говорят о том, что ребенку нужна помощь. Не списывайте всё на переходный возраст.

3

Не ругайте за снижение успеваемости.

Часто за плохими оценками стоит не лень, а психологические проблемы, нарушения в эмоциональной сфере, которые не дают ребенку сосредоточиться на учебе.

4

Обращайте внимание на шутки, высказывания и вопросы о смерти.

Если подросток говорит на эти темы, значит они ему актуальны, он задумывается об этих вопросах

5

Сообщайте родителям об изменениях в поведении, настроении, возникающих проблемах.

Если у ребенка нет друзей, он поссорился со всеми или является жертвой травли - помогите справиться с этой ситуацией.

ГБУДО НО «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»

г. Нижний Новгород,
ул. Красных Партизан, д. 8Б,
тел. **8 (831) 215-04-67**.
Психологическая помощь
тел. **8 (831) 215-04-67**

ГБОУ ДПО НИРО «Центр психологической безопасности и профилактики деструктивных явлений среди детей и молодежи в Нижегородской области»

г. Нижний Новгород,
ул. Генерала Ивлиева, 30,
тел. **8 (831) 274-65-61**

ГБУЗ НО «Консультативно-диагностический центр по охране психического здоровья детей и подростков»

г. Нижний Новгород,
ул. Семашко, д.37, 4 эт.,
тел. **8 (831) 233-10-55**