

**Профилактика  
суицидального  
поведения  
обучающихся**



# Жизнь – бесценный дар: давайте сохраним ее вместе

К сожалению, проблема суицидального поведения среди молодежи остается актуальной. Важно помнить, что суицид – это не просто трагедия, а предотвратимая трагедия. Совместными усилиями мы можем создать поддерживающую среду, в которой каждый обучающийся будет чувствовать себя услышанным, понятым и ценным.



# Мифы и факты о суициде: развеиваем стереотипы

Вокруг суицида существует множество мифов, которые мешают эффективной профилактике. Важно отличать правду от вымысла. Например, говорить о суициде не означает его провоцировать. Наоборот, открытое обсуждение проблемы помогает тем, кто находится в кризисе, получить необходимую помощь.



# Факторы риска: что должно насторожить?

Существуют определенные факторы, которые повышают риск суицидального поведения. Это могут быть: депрессия, тревожные расстройства, злоупотребление психоактивными веществами, пережитое насилие, проблемы в семье, социальная изоляция и так далее. Важно быть внимательным к изменениям в поведении и эмоциональном состоянии обучающихся.



# Тревожные звоночки: как распознать суицидальные намерения?

Суицидальные намерения редко возникают внезапно. Как правило, существуют определенные признаки, которые могут указывать на кризисное состояние: разговоры о смерти, чувство безнадежности, изменение пищевых привычек и режима сна, потеря интереса к любимым занятиям, раздаривание ценных вещей, уход в себя и т.д.



# Что делать, если подозреваете неладное? Активные действия

Если вы заметили признаки суицидального поведения у обучающегося, не игнорируйте их! Не бойтесь говорить с ним об этом.

Спросите прямо, не думает ли он о суициде.

Поддержите его, выслушайте, дайте понять, что он не одинок. Обратитесь за помощью к школьному психологу, социальному педагогу, другим специалистам. Сообщите родителям.



# Роль школы в профилактике суицидального поведения

Школа играет важную роль в создании безопасной и поддерживающей среды для обучающихся. Это включает в себя организацию профилактических мероприятий, обучение педагогов навыкам распознавания признаков суицидального поведения, открытый диалог с обучающимися, сотрудничество с родителями и специалистами. Важно, чтобы каждый участник образовательного процесса был вовлечен в профилактическую работу.

