Государственное бюджетное учреждение
Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи
Калининского района Санкт-Петербурга

РОДИТЕЛИ, БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ!

Сигналы в поведении ребенка,
на которые следует обратить внимание

Сочетание нескольких сигналов, сохраняющихся две недели и дольше - повод для беспокойства.

МЫСЛИ

- ✓ негативное отношение к себе и/или к миру **("я - плохой", "мир - враждебный")**
- ✓ фиксация, зацикленность на проблеме
- ✓ наличие суицидальных мыслей, намерений, планов

ПОВЕДЕНИЕ

изменение привычного поведения:

- ✓ уход за внешним видом, гигиена
- ✓ прогулы школы, секций
- ✓ уходы из дома
- ✓ потеря/усиление аппетита

ЭМОЦИИ

- ✓ безразличие, апатия, подавленное настроение
- ✓ чрезмерный страх от возможного наказания и отвержения взрослыми и сверстниками
- ✓ отсутствие интереса даже к тому, что ранее его вызывало
- ✓ страх перед одиночеством

ОБЩЕНИЕ

- ✓ избегание общения с близкими людьми или зацикленность на постоянном общении
- ✓ наличие затяжных конфликтов в семье и/или среди сверстников
- ✓ травля в школьном коллективе
- ✓ высказывания о смерти в разных вариациях (шутки, размышления, переживания...)

Представлены наиболее типичные сигналы, возможны индивидуальные различия.

Если есть опасения, обратитесь к специалисту, это поможет оценить состояние ребенка и понять, как выстроить доверительную беседу.

ОСТОРОЖНО: ОПАСНОСТИ В ИНТЕРНЕТЕ

Как мошенники могут влиять подростков

- Манипуляции и шантаж

Мошенники запугивают, угрожают распространением личной информации, требуют выполнить опасные инструкции или нанести себе вред.

- Вовлечение в «группы смерти»

Через игры, соцсети и мессенджеры подростков вовлекают в деструктивные сообщества с заданиями, ведущими к суициду.

- Подстрекательство и провокации

Склоняют к самоповреждению, утверждая, что это «нормально» или «докажи преданность».

- Изоляция и зависимость

Мошенники выстраивают доверительные отношения, добиваются эмоциональной зависимости и изолируют подростка от близких.

- Финансовые махинации

Давление из-за долгов или кражи денег может приводить к отчаянию, суицидальным мыслям и суицидам.

Страх за близких может также подтолкнуть к суициду

ЧТО ДЕЛАТЬ РОДИТЕЛЯМ?

- Интересуйтесь жизнью ребенка, а также его онлайн-активностью.
- Не осуждайте, если ребенок рассказал о проблеме.
- Сохраняйте доказательства угроз и обращайтесь в правоохранительные органы.
- Объясняйте правила безопасности в интернете.
- При необходимости — обращайтесь за помощью по телефонам доверия и к специалистам.

КУДА ОБРАТИТЬСЯ

Телефоны доверия для детей, подростков и их родителей

124, 8-800-2000-122
Единый общероссийский телефон доверия
576-10-10 ЦВЛ «Детская психиатрия» им.С.С. Мнухина

246-08-07 ГБУ ЦППМСП Калининского района;
290-86-76, 242-36-69 ЦСПСиД Калининского района;
234-43-84 Кабинет медико-психологической помощи СПб ГКУЗ ЦВЛ «Детская психиатрия» имени С.С. Мнухина

ПОЛЕЗНЫЕ РЕСУРСЫ

Дополнительная информация о поддержке детей и родителей, полезные материалы и контакты в официальной группе ВКонтакте ЦППМСП Калининского района

ВАЖНО ПОМНИТЬ!

Ваше внимание, поддержка и вовремя оказанная помощь могут спасти жизнь.
Вы не одни. Помощь рядом.