

## ПОВЕДЕНИЕ В КРИЗИСЕ

### Нужно:

- 1. Серьёзно воспринимать любые высказывания о ненужности и бессмысленности. Желания покончить с собой. На любые угрозы реагировать срочно.
- 2. Говорить с потенциальным суицидентом спокойным, уверенным тоном, держать зрительный контакт.
- 3. Говорить чётко и кратко, растягивая слова, понижая тон к концу фразы.
- 4. Прервать паттерн (ожидаемое поведение) - сказать что-то будничное и неожиданное: «Срочно обуйся—простудишься», «Из окна дует, закрой».
- 5. Попросить о помощи: Помоги передвинуть стул, мне тяжело», «Включи свет, темно».
- 6. Вести разговор на расстоянии. Которое удобно ребёнку. Если он отклоняется от Вас, сделайте шаг назад. Постепенно. Продолжая разговор, приближайтесь к нему.
- 7. В случае словесную конфликта погасить аффект, прекратите словесную перепалку.



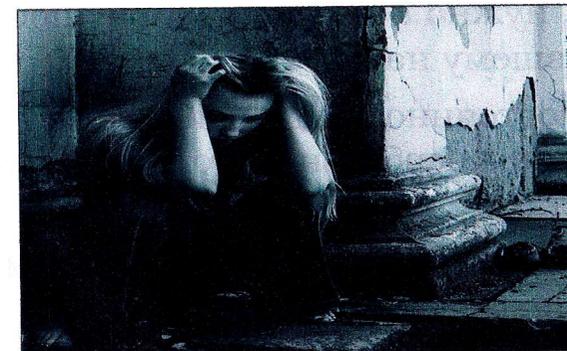
## ПОВЕДЕНИЕ В КРИЗИСЕ

### НЕЛЬЗЯ:

1. Не воспринимать всерьёз угрозы покончить с жизнью. Фразы: «Ну, и прыгай!», «Верёвку намылить?» опасны, дают психологическую санкцию на совершение суицида, служат провокацией.
1. Уговаривать не совершать суицид, когда его опасность велика (ребёнок на крыше, подоконнике, держит в руках нож, бритву, таблетки) - эмоциональные уговоры, просьбы, призывы служат провокацией.
2. Выяснить причины.
3. Говорить о последствиях.
1. На глазах потенциального суицидента приглашать на помощь специалистов-появившаяся «Скорая помощь», пожарные провоцируют суицидальные действия.
2. Звать на помощь прохожих—собравшаяся большая группа людей, активно выражающих эмоции, служат провокацией.
3. Усугублять и развивать эффект.

## ВАЖНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

- В состоянии острого эмоционального кризиса, который может перейти в суицидальный, развитие событий трудно контролировать и влиять на поведение ребёнка очень сложно.
- Существует зависимость между поведением окружающих и вероятностью совершения акта суицида.
- Эмоциональные. Вербальные и моторные реакции лиц, находящихся рядом с потенциальным суицидентом, могут подавлять или провоцировать суицидальные тенденции.



## **ДЕЙСТВИЯ В МОМЕНТ КРИЗИСА**

1. Вызвать «Скорую помощь»!
2. Оказать доврачебную помощь:
  - при повреждении вен на место пореза наложить стерильную давящую повязку;
  - при повреждении артерий наложить жгут выше пореза;
  - при самоповешивании осторожно вынуть тело из петли, избегая резких толчков;
  - При отсутствии пульса сделать искусственное дыхание, массаж сердца, обеспечить приток свежего воздуха;
  - при отравлении промыть желудок большим количеством чистой воды. Дать пострадавшему таблеток активированного угля. Если ребёнок без сознания, промывать желудок нельзя, нужно повернуть голову пострадавшему набок.
3. Постоянно поддерживать с потерпевшим вербальной (говорить с ним) контакт;
4. Поддерживать с потерпевшим зрительный контакт.

## **ПОМНИТЕ!**

- ВЕРОЯТНОСТЬ СУИЦИДА ПОВЫШАЕТСЯ, ЕСЛИ В СИТУАЦИИ ОСТРОГО СУИЦИДАЛЬНОГО КРИЗИСА НАХОДЯТСЯ ДВОЕ И БОЛЕЕ ДЕТЕЙ.
- ГОТОВНОСТЬ СОВЕРШИТЬ СУИЦИДАЛЬНОЕ ДЕЙСТВИЕ ПРОВОЦИРУЕТСЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ ИНДУКЦИЕЙ (ПЕРЕДАЧА ДРУГ ДРУГУ ЭМОЦИЙ И НАГНЕТАНИЕ ИХ).
- В ГРУППЕ У ПОДРОСТКОВ НИВЕЛИРУЮТСЯ ЧУВСТВО СТРАХА, ИНСТИНКТ САМОСОХРАНЕНИЯ ПОДАВЛЯЕТСЯ БРОВАДОЙ.

## **ГДЕ НАЙТИ ПОМОЩЬ?**

**Единый общероссийский  
детский**

**«Телефон доверия»**

**(служба экстренной психологической помощи)**

**8-800-200-01-22**

**Областной центр  
психолого-педагогической  
реабилитации и  
коррекции**

**8 (863) 264-17-92**

**8 (863) 251-14-10**

**МБУ «ЦПП»**

**г. Красный Сулин**

**8 (951) 495-97-39**

**8 (951) 846-36-58**

## **Памятка по поведению в ситуации острого суицидального кризиса (для учителей и воспитателей)**

**Терещенко Ирина**

**Александровна**

педагог-психолог

### **Контактная информация:**

**тел.:** 8 (928) 11-22-851

**e-mail:**

[ekspert.irina@yandex.ru](mailto:ekspert.irina@yandex.ru)