**ПАМЯТКА ДЛЯ ПЕДАГОГОВ**  **КАК НЕ ДОПУСТИТЬ СУИЦИД ОБУЧАЮЩИХСЯ.**

|  |
| --- |
| Педагоги могут сделать следующее:  Принять меры по: формированию коллективов групп, нормализации стиля общения педагогов со студентами, оптимизация учебной деятельности, вовлечению в социально-значимую деятельность, вселять у обучающихся уверенность в свои силы и возможности; внушать им оптимизм и надежду; проявлять сочувствие и понимание; осуществлять контроль за их поведением, анализировать его отношения со сверстниками. **Взаимоотношения с обучающимися должны строиться на основе уважения, убеждения, в спокойном, доброжелательном тоне общения.** |

Внимательно отнестись ко всем, даже самым незначительным обидам и жалобам студента , не пренебрегайте ничем из всего сказанного им. Попытайтесь убедить его раскрыть свои чувства, поделитесь накопившимися проблемами. Придайте уверенность, объясните ему, что вместе вы обязательно справитесь с проблемами.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п\п | **Если вы слышите** | **Обязательно**  **скажите** | **Никогда**  **не говорите** |
| **1.** | "Ненавижу учебу, группу…" | "Что происходит у нас, из-за чего ты себя так чувствуешь?" | "Когда я был в твоем возрасте…да ты просто лентяй" |
| **2.** | "Все кажется таким безнадежным…" | "Иногда все мы чувствуем себя подавленными. Давай подумаем, какие у нас проблемы и какую из них надо решить в первую очередь" | "Подумай лучше о тех, кому еще хуже, чем тебе" |
| **3.** | "Всем было бы лучше без меня!" | "Ты очень много значишь для нас, и меня беспокоит твое настроение. Скажи мне, что происходит" | "Не говори глупостей, Давай поговорим о чем-нибудь другом" |
| **4.** | "Вы не понимаете меня!" | "Расскажи мне, как ты себя чувствуешь. Я действительно хочу это  знать" | "Кто же может понять молодежь в наши дни."  "Никому не нужны чужие проблемы" |
| **5.** | "Я совершил ужасный поступок…" | "Давай сядем поговорим об этом" | "Что посеешь, то и пожнешь!" |
| **6.** | "А если у меня не получиться?" | "Если не получиться, мы подумаем, как это сделать по-другому" "Если не получится, я буду знать, что ты сделал все возможное" | "Если не получится – значит, ты недостаточно постарался!" |

**Что в поведении студента  должно насторожить педагога**

·   Резкое снижение успеваемости, проявление безразличия к учебе и оценкам.

·   У студента длительное время подавленное настроение, пониженный эмоциональный фон, раздражительность.

· Резкое изменение поведения. Например, стал неряшливым, не хочет разговаривать с близкими ему людьми, начал раздаривать дорогие ему вещи, теряет интерес к тому, чем раньше любил заниматься, отдаляется от друзей.

·   Наличие примера суицида в ближайшем окружении, а также среди значимых взрослых или сверстников.

·  Обучающийся прямо или косвенно говорит о желании умереть или убить себя или о нежелании продолжать жизнь. Разговоры о нежелании жить – попытка привлечь внимание взрослого к себе и своим проблемам. Бытует миф, что если человек говорит об **этом**,  то значит, **этого** не сделает. Однако это не так! Отчаявшийся ученик, на которого не обращают внимания, вполне может довести свое намерение до конца.

· Рискованное поведение, в котором высока вероятность причинения вреда своей жизни и здоровью.

**Опасные ситуации, на которые надо обратить особое внимание**

·   Отвержение сверстников, травля (в том числе в социальных сетях).

·  Ссора или острый конфликт со значимыми взрослыми.

·   Несчастная любовь или разрыв романтических отношений.

·  Объективно тяжелая жизненная ситуация (потеря близкого человека, резкое общественное отвержение, тяжелое заболевание).

·  Личная неудача студента на фоне высокой значимости и ценности социального успеха.

·   Резкое изменение социального окружения (например, в результате смены места жительства).

·  Нестабильная семейная ситуация (развод родителей, конфликты, ситуации насилия).

**Что делать педагогу, если он обнаружил опасность**

·  Если вы увидели хоть один из перечисленных признаков – это уже достаточный повод для того, чтобы уделить внимание студенту и поговорить с ним. Спросите, можете ли вы ему помочь и как, с его точки зрения, это сделать лучше. Не игнорируйте ситуацию. Не проходите мимо!

· Обратитесь к психологу или к другим специалистам за помощью.

· Если вы классный руководитель, свяжитесь с родителями студента и поделитесь своими наблюдениями.

**Полезная информация «Детский телефон доверия» Центра экстренной психологической помощи Московского городского психолого-педагогического университета (бесплатно, *круглосуточно*) 8 (495): 624-60-01 или 8-800-200-122**