

ПОЧЕМУ ИНФОРМИРОВАННОСТЬ В ЭТОМ ВОПРОСЕ ВАЖНА?

По данным статистики наиболее уязвимой в отношении самоубийства группой являются старшие подростки и молодые люди в возрасте 15-20 лет.

Часто большинство знакомых и родственников всегда шокированы и не могут поверить в произошедшее.

Причиной тому социальные мифы, например:

- люди, которые говорят о самоубийстве, не совершают его (привлекают внимание);
- опасно спрашивать о самоубийстве напрямую, так как это может привести к его совершению;
- если у человека нет психического расстройства, он никогда не совершит суицид.

Поэтому очень важно серьезно относиться признакам суицидального риска, даже если это кажется просто запугиванием или манипуляцией.

ЦПП оказывает квалифицированную психологическую помощь студентам, преподавателям и сотрудникам СПбГЭТУ ЛЭТИ.

По любым вопросам Вы можете обратиться:

- на почту ЦПП cpp@etu.ru
- по номеру +7 812 655-13-96

Наши соц.сети:

 <https://t.me/cppleti>



 <https://vk.com/cppleti>



Центр психологической поддержки ЛЭТИ

ПАМЯТКА ПО ВЫЯВЛЕНИЮ И ПРОФИЛАКТИКЕ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ СРЕДИ СТУДЕНТОВ



Признаки суицидального риска:

1. Угнетенное настроение, признаки депрессии;
2. Разговоры о собственной никчемности, отсутствие представлений и надежд на будущее;
3. Неспособность справляться с учебной нагрузкой, привычной ранее.
4. Социальная изоляция, низкий социальный статус в группе, чувство отверженности и одиночества;
5. Разговоры об отсутствии смысла жизни;
6. Следы самоповреждения;
7. Импульсивность, неспособность удерживать эмоции, плаксивость, вспышки гнева;
8. Снижение интереса к учебной и социально-культурной жизни;
9. Недавно потерял кого-то из близких;
10. Кто-то из ближайшего окружения совершил суицид;
11. В речи косвенно (специфический юмор) или напрямую говорит о суициде;
12. Символическое прощание (раздача личных вещей).



Алгоритм действий в случае выявления признаков кризисного состояния, самоповреждающего поведения, намерения совершить суицид:



1. Предложить студенту обратиться в Центр психологической поддержки.



2. В случае отказа студента от психологической консультации проинформировать:

- Управление по молодежной политике и воспитательной деятельности;
- Центр психологической поддержки;
- Деканат.



3. Разработка индивидуальной комплексной помощи (деканат, УМПивД, ЦПП).

Контакты бесплатной экстренной психологической помощи

Горячая линия психосоциальной поддержки. Российский Красный Крест



8 (800) 250-18-59
ежедневно с 10.00 до 21.00

Телефон экстренной психологической помощи для детей и взрослых



8 (812) 708-40-41
круглосуточно

Кризисная телефонная служба СПб ГБУЗ ГПБН[№]7. ("Клиника неврозов")



8 (812) 323-43-43
круглосуточно