

БУКЛЕТ ДЛЯ БАТЬКІВ  
ЯК ПОПЕРЕДИТИ ДІТЯЧИЙ СУЇЦИД  
**Шановні БАТЬКИ!**

Замисліться, як часто Ви посміхаєтесь своїй дитині, говорите з ним про його справи, щиро цікавитися іншими проблемами у школі, взаєминами з друзями, однокласниками...

Ваше уважне відношення до дитини может допомогти запобігти біду! Біду з страшною назвою суїцид...

**ВАЖЛИВА ІНФОРМАЦІЯ**



- Привід для суїцида может бути з точки зору дорослих дріб'язковим
- У дітей недостатньо досвіду переживання страждань, їм здається, що їх ситуації виняткова, а душевна біль ніколи не закінчиться
- Діти не усвідомлюють факту незворотності, їм здається, що вони зможуть скористатися свого вчинку
- Багато підлітків вважають суїцид проявом силу характеру
- Найчастіше діти роблять суїцидальні наміри щоб змінити світ навколо себе
- Дитині важко прорахувати ситуацію, тому часто демонстративні суїцид закінчується смертю.

**СУЇЦИД МОЖЛИВО ПОПЕРЕДИТИ!**

Важливо вчасно побачити ознаки емоційного неблагополуччя:

- Вислови про небажання жити: «скоро все кінчиться...», «у вас більше не буде проблем зі мною...», «все набридло, я нікому не потрібен...» і т.д.
- Часті зміни настрою.
- Зміни у звичному режимі харчування, сну.
- Розсіяність, неможливість зосередитися.
- Прагнення до від'єднання.
- Втрата інтересу до улюблених занять.
- Роздача значимих (цінних) для дитини речей.
- Песимістичні висловлювання: «у мене нічого не виходить», «я не зможу...» і т.д.

- Різкий спад успішності, пропуски
- уроків
- Вживання психоактивних речовин
- Надмірний інтерес до теми смерті

## **ЯКЩО ВИПОМІТИЛИ ОЗНАКИ НЕБЕЗПЕКИ**

**Куди можна звернутися за допомогою :**

Анонімно. Безкоштовно.

0 800 500 225

кожного дня  
цілодобово 116111



національна  
гаряча лінія для  
дітей та молоді



@CHL116111



@childhotline\_ua



@childhotline.ukraine

# При порушенні прав дитини звертайтеся:



**Дитяча лінія:**

**116 111**

**або 0 800 500225**

**(з 12:00 до 16:00)**

**Гаряча телефонна лінія  
щодо булінгу**

**116 000**

**Гаряча лінія  
з питань запобігання  
насилъству:**

**0 800 500 33 50**

**або 116 123**

**Уповноважений Верховної Ради з прав людини**

**0-800-50-17-20**

**Уповноважений з прав дитини  
при Президенті України Микола Кулеба:**

**children@apu.gov.ua**

**Mykola.Kuleba@apu.gov.ua**

**телефон – 044 255 76 75**



**НЕОБХІДНО:**

- намагайтеся з'ясувати причини кризового стану дитини,
- оточіть дитину увагою та турботою,
- зверніться за допомогою до психолога,
- у разі тривалих ознак, таких як відсутність до діяльності, поганий настрій, зміна сну, апетиту, необхідно звернутися за допомогою до психіатру.