

Памятка для родителей по профилактике суицида

Общими признаками подросткового суицида являются:

- депрессия,
- отчуждение от друзей и семьи,
- потеря интереса к окружающим,
- потеря энергии, снижение активности, плохое настроение,
- раздражительность, чувство беспомощности.

Что может удержать ребенка и подростка от суицида?

- Установите заботливые взаимоотношения с ребенком.
- Будьте внимательным слушателем.
- Будьте искренними в общении.
- Спокойно и доходчиво спрашивайте о тревожащей его ситуации.
- Помогите определить источник психологического дискомфорта.
- Вселяйте надежду, что все проблемы можно решить конструктивно.
- Помогите осознать ребенку его личностные ресурсы.
- Окажите поддержку в успешной реализации в настоящем и помогите

определить перспективы на будущее.

От заботливого и любящего человека, находящегося рядом в тяжелую минуту, зависит многое. Он может спасти потенциальному суициденту жизнь.

Самое главное, надо научиться принимать своих детей такими, какие они есть. Родители, формируя отношения, помогая ребенку в его развитии, получают результат своего воздействия, результат своего труда.

Куда обращаться за помощью?

Разобраться в причинах конфликтов и трудностей, справиться с ситуацией, наладить взаимоотношения в семье и в коллективе, предотвратить негативные последствия Вам помогут:

- школьный психолог,
- специалисты, работающие на телефонах доверия центров кризисной психологической помощи*,
- частный психотерапевт или психолог,
- психиатрическая служба, психоневрологический диспансер,
- приемное отделение Скорой помощи,
- духовник или священник.

Общероссийский детский телефон доверия с единым номером (8-800-2000-122), по которому можно получить консультативно-психологическую помощь при возникновении любой сложной жизненной ситуации.

Государственное казенное учреждение «Центр социальной помощи семье и детям», г. Севастополь, ул. Пушкина д. 18, ул. Н. Музыки д. 30 т. 48-09-10.

Памятка для педагогов по профилактике суицида

Признаки депрессии у детей:

- печальное настроение,
- потеря свойственной детям энергии,
- внешние проявления печали,
- нарушение сна,
- соматические жалобы,
- изменение аппетита или веса,
- ухудшение успеваемости,
- снижение интереса к обучению,
- страх неудачи,
- чувство неполноценности,
- самообман – негативная самооценка.

Формы профилактики подростковой суицидальности:

- Соблюдение педагогической тактики, требований педагогической культуры в повседневной работе каждого воспитателя или учителя.
- Освоение знаний возрастной психопатологии, а также соответствующих приемов индивидуально-психологического подхода, лечебной педагогики и психотерапии.
- Раннее выявление контингента риска на основе знания его характеристики в целях динамического наблюдения и своевременной психолого-педагогической коррекционной работы.
- Неразглашение фактов суицидальных случаев в школьных коллективах.
- Рассмотрение угрозы самоубийства в качестве признака повышенного суицидального риска.
- Проведение при необходимости тактичной консультации подростка с психологом, психотерапевтом, психиатром.
- Формирование у учащихся таких понятий как «ценность человеческой жизни», «цели и смысл жизни», а также приемов психологической защиты в сложных жизненных ситуациях.
- Повышение стрессоустойчивости путем психологической подготовки подростка к сложным и противоречивым реалиям современной жизни, формирование готовности к преодолению ожидаемых трудностей.
- Предоставление информации учащимся о центрах психологической помощи с указанием адресов и телефонов (плакаты, буклеты).

1

2

Памятка для руководителей школ по профилактике суицида

- В целях профилактики суицидального поведения детей и подростков руководителям школ совместно с заместителями директоров, педагогами-психологами, классными руководителями, социальными педагогами, педагогами-предметниками необходимо предпринять следующие меры:
 - Создание общих школьных программ психического здоровья, здоровой среды в школе, так чтобы дети чувствовали заботу, уют, любовь.
 - Организация внеклассной воспитательной работы.
 - Разработка эффективной модели взаимодействия школы и семьи, а также школы и всего сообщества.
 - Размещение в школах плакатов с адресами помощи и надежды:
 - наркологической службы (телефон и адрес);
 - центра медицинской профилактики (телефон, адрес);
 - центра службы практической психологии (телефон, адрес).
 - Изучение особенностей психолого-педагогического статуса каждого учащегося с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих в психическом состоянии, общении, развитии и обучении.
 - Отслеживание и контроль классными руководителями и всеми педагогами резких изменений в поведении и эмоциональном состоянии учащихся.
 - Проведение диагностики эмоциональных состояний учащихся с целью выявления детей, нуждающихся в незамедлительной помощи и защите.
 - Работа с семьей ребенка, попавшего в трудную жизненную ситуацию или испытывающего кризисное состояние.
 - Оказание экстренной первой помощи, обеспечение безопасности ребенка, снятие стрессового состояния.
 - Привлечение различных государственных органов и общественных объединений для оказания помощи и защиты, законных прав и интересов ребенка.
 - Проведение систематических индивидуальных и групповых занятий с учащимися, направленных на формирование стрессоустойчивости, повышение самооценки, развитие адекватного отношения к собственной личности, эмпатии, отработку техник принятия верного решения в ситуациях жизненного выбора, правил поведения в конфликте и т.д.
 - Привитие существующих в обществе социальных норм поведения, формирование детского милосердия, развитие ценностных отношений в социуме.
 - Формирование позитивного образа Я, уникальности и неповторимости не только собственной личности, но и других людей.

Памятка для родителей по профилактике суицида

Общими признаками подросткового суицида являются:

- депрессия,
- отчуждение от друзей и семьи,
- потеря интереса к окружающим,
- потеря энергии, снижение активности, плохое настроение,
- раздражительность, чувство беспомощности.

Что может удержать ребенка и подростка от суицида?

- Установите заботливые взаимоотношения с ребенком.
- Будьте внимательным слушателем.
- Будьте искренними в общении.
- Спокойно и доходчиво спрашивайте о тревожащей его ситуации.
- Помогите определить источник психологического дискомфорта.
- Вселяйте надежду, что все проблемы можно решить конструктивно.
- Помогите осознать ребенку его личностные ресурсы.
- Окажите поддержку в успешной реализации в настоящем и помогите определить перспективы на будущее.

От заботливого и любящего человека, находящегося рядом в тяжелую минуту, зависит многое. Он может спасти потенциальному суициденту жизнь.

Самое главное, надо научиться принимать своих детей такими, какие они есть. Родители, формируя отношения, помогая ребенку в его развитии, получают результат своего воздействия, результат своего труда.

Куда обращаться за помощью?

Разобраться в причинах конфликтов и трудностей, справиться с ситуацией, наладить взаимоотношения в семье и в коллективе, предотвратить негативные последствия Вам помогут:

- школьный психолог,
- специалисты, работающие на телефонах доверия центров кризисной психологической помощи*,
- частный психотерапевт или психолог,
- психиатрическая служба, психоневрологический диспансер,
- приемное отделение Скорой помощи,
- духовник или священник.

Общероссийский детский телефон доверия с единым номером (8-800-2000-122), по которому можно получить консультативно-психологическую помощь при возникновении любой сложной жизненной ситуации.

Государственное казенное учреждение «Центр социальной помощи семье и детям», г. Севастополь, ул. Пушкина д. 18, ул. Н. Музыки д. 30 т. 48-09-10.

**ИНТЕРНЕТ – ЭТО БЕЗГРАНИЧНЫЙ
МИР ИНФОРМАЦИИ. ЗДЕСЬ ТЫ
НАЙДЕШЬ МНОГО ИНТЕРЕСНОГО И ПО-
ЛЕЗНОГО ДЛЯ УЧЁБЫ. В ИНТЕРНЕТЕ
МОЖНО ОБЩАТЬСЯ СО ЗНАКОМЫМИ И
ДАЖЕ ЗАВОДИТЬ ДРУЗЕЙ.**

**НО КРОМЕ ХОРОШЕГО, В ВИРТУАЛЬ-
НОМ МИРЕ ЕСТЬ И ПЛОХОЕ. НЕПРА-
ВИЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ В ИНТЕРНЕТЕ
МОЖЕТ ПРИНЕСТИ ВРЕД НЕ ТОЛЬКО
ТЕБЕ, НО ТАКЖЕ ТВОИМ РОДНЫМ
И БЛИЗКИМ.**

**▶ ЧТОБЫ ОБЕЗОПАСИТЬ СЕБЯ В ИН-
ТЕРНЕТЕ, ДОСТАТОЧНО СОБЛЮДАТЬ
ПРАВИЛА КОТОРЫЕ СОДЕРЖАТСЯ В
ЭТОЙ ПАМЯТКЕ. В ЭТИХ ПРАВИЛАХ
НЕТ НИЧЕГО ТРУДНОГО. ОТНЕСИСЬ К
НИМ ВНИМАТЕЛЬНО – И РАССКАЖИ
О НИХ СВОИМ ДРУЗЬЯМ!**



- 1) Новый друг, в чьих данных указан тот же возраст, что и у тебя, предлагает тебе обменяться фотографиями.
А Попрошу его фото, и потом отправлю своё.
В Посоветуюсь с родителями.
- 2) В чате тебя обозвали очень грубыми словами.
А Скажу в ответ: «Сам дурак».
В Прекращу разговор с этим человеком.
- 3) Знакомый предложил разослать телефон и адрес «плохой девочки», чтобы все знали о ней.
А Потребую доказательств, что она плохая.
В Сразу откажусь.
- 4) Пришло сообщение с заголовком «От провайдера» – запрашивают твой логин и пароль для входа в Интернет.
А Вышлю только пароль: они сами должны знать логин.
В Отмечу письмо как Спам.

- **4 «А»**
Тебе ещё многому надо научиться.
- **3 «А» и 1 «В»**
Внимательно прочитай эту памятку.
- **2 «А» и 2 «В»**
Неплохо, но ты защищён лишь наполовину.
- **1 «А» и 3 «В»**
Ты почти справился, но есть слабые места.
- **4 «В»**
Молодец! К Интернету готов!



Министерство
внутренних дел
Российской
Федерации
Управление «Н»





ВИРУСЫ И ДРУГИЕ ЧЕРЕЗ ТУШУ ВРЕДОНОСНЫЕ ПРОГРАММЫ

В Интернет ты заходишь через компьютер. Это может быть школьный или библиотечный компьютер, твой личный или тот, которым пользуется вся семья.

Любому компьютеру могут повредить вирусы, их еще иногда называют вредоносными программами. Они могут уничтожить важную информацию или украсть деньги через Интернет.

- Для защиты компьютера на нём установлены специальные защитные программы и фильтры. Не меняй ничего в их настройках!
- Не сохраняй подозрительные файлы и не открывай их.
- Если антивирусная защита компьютера не рекомендует, не заходи на сайт, который считается «подозрительным».
- Никому не сообщай свой логин с паролем и не выкладывай их в Интернете – относись к ним так же бережно, как к ключам от квартиры.

ВИРТУАЛЬНЫЕ МОШЕННИКИ И ДРУГИЕ ИНТЕРНЕТА

Ты знаешь, что вне дома и школы есть вероятность столкнуться с людьми, которые могут причинить тебе вред или ограбить. В Интернете также есть злоумышленники – ты должен помнить об этом и вести себя так же осторожно, как и на улице или в незнакомых местах.

- Не сообщай свой адрес или телефон незнакомым людям и никогда не выкладывай в Интернете. Никогда не высылай свои фотографии без родительского разрешения. Помни, что преступники могут использовать эту информацию против тебя или твоих родных.
- Если ты хочешь поучаствовать в каком-нибудь конкурсе, где нужно указывать свои данные, посоветуйся с родителями.
- Никогда не соглашайся прийти в гости к человеку, с которым ты познакомился в Интернете. Если назначается встреча, она должна проходить в людном месте и желательно с присутствием родителей. Помни, что под маской твоего ровесника может скрываться взрослый человек с преступными намерениями.



ГРУБИЯНЫ И ХУЛИГАНЫ ЧЕРЕЗ ПРОВОКАТОРА В ИНТЕРНЕТЕ: СЕБЯ ВЕСТИ?

Кроме преступников в Интернете есть просто злые и невоспитанные люди. Ради собственного развлечения они могут обидеть тебя, прислать неприятную картинку или устроить травлю. Ты можешь столкнуться с такими людьми на самых разных сайтах, форумах и чатах.

- Помни: ты не виноват, если получил оскорбительное сообщение. Не нужно реагировать на грубых людей – просто прекрати общение.
- Если тебе угрожают по Интернету, не стесняйся сообщить об этом родителям. Помни, что цель угроз – испугать тебя и обидеть. Но подобные люди боятся ответственности.
- Коллективное преследование – это крайнее проявление жестокости. Жертву забрасывают оскорблениями и угрозами, его фотографию искажают и все данные публикуют. Никогда не участвуй в травле и не общайся с людьми, которые обинают других.
- Всегда советуйся с родителями во всех указанных случаях.



ВОВЛЕЧЕН ЛИ ВАШ РЕБЕНОК В «ГРУППЫ СМЕРТИ»?

Уважаемые родители!

Интернет убивает. И это не просто слова.

Ваш ребенок не пришел домой вовремя, а его телефон недоступен. Вы не находите себе места и вот – ребенок дома, в своей комнате – уединился с планшетом или ноутбуком. Можно, наконец, успокоиться. Однако в этот самый момент, когда вам кажется, что все хорошо, против нашего ребенка, возможно, совершается самое настоящее преступление.

Уже не первый год в социальных сетях детей вовлекают в «суицидальный квест» - виртуальную игру, финалом которой становится самоубийство. Тысячи страниц в интернете наполнены фотографиями, видео- и аудио-контентом, убеждающим, что жизнь – бессмысленна, любовь – безответна, предательство – обратная сторона дружбы, и только смерть имеет значение.

Сотни людей, скрытых под фальшивыми именами, выдают нашим детям задание за заданием, внушая им уверенность в том, что по-настоящему счастливое существование откроется только в «тихом доме» – месте, куда эти наставники «пропишут» их после суицида.

«Я везде пишу о своей истории, потому что родителей нужно предупреждать! Если бы я только знала раньше... Я до сих пор в это всё не верю... Прихожу к ней на могилку и не верю, что там лежит моя дочь...», – говорит женщина, 12-летняя дочь которой, к несчастью, прошла «суицидальный квест» до конца.

Все проблемы можно решить. Можно начать жизнь с чистого листа. И только смерть – невозможно отменить.

Прочтите эту брошюру. Отмените самоубийство своих детей.

С ЧЕГО НАЧАТЬ?

ПОИСК СТРАНИЦ ВАШЕГО РЕБЕНКА В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ

Для начала, необходимо обнаружить все возможные страницы, которые завел ваш ребенок в социальных сетях (это может быть одна страница, а может быть и больше). Если вам неизвестно, в каких именно социальных сетях присутствует ваш ребенок, попробуйте ввести его имя, фамилию и город, в котором вы проживаете, в поисковой строке Яндекса <https://www.yandex.ru/> или Google <https://www.google.ru/>. Такой поиск может не обнаружить искомым страниц, если:

- пользователь не указывает своё настоящее имя и фамилию;
- в настройках приватности на своей странице пользователь указал, что в интернете его страница видна всем, кроме поисковых сайтов или видна только пользователям его социальной сети, например, «ВКонтакте».

Если поиск через поисковые системы не дал результатов, то изучите те устройства, с которых возможен выход в интернет для вашего ребенка.

Ребенок может посещать социальные сети с компьютера или любого устройства, которым пользуются все члены вашей семьи, с личного мобильного телефона либо планшета.

Если у вас есть доступ к устройствам, которыми пользуется ребенок, вы можете просмотреть посещенные им страницы, зайдя во вкладку «История» в интернет-браузере (Firefox, Opera, Explorer, Яндекс.Браузер, Google Chrome и т.п.). Однако, если ребенок знает об этой возможности и не хочет, чтобы вы видели страницы, которые он посещал, история, скорее всего, будет очищена, либо ребенок будет пользоваться браузером в режиме «инкогнито». Но это также может послужить и сигналом внимательнее присмотреться к тому, что делает ваш ребенок в интернете.

Ребенок может общаться со злоумышленниками с помощью таких ресурсов как «ask.fm» <http://ask.fm/>, инстаграм <https://www.instagram.com/>, а также мессенджеров Viber <http://www.viber.com/ru/>, whatsapp <https://www.whatsapp.com/> или по Skype <https://www.skype.com/ru/>. Вызывающие тревогу признаки можно, в принципе, обнаружить в любой социальной сети, в которой имеет страницу ваш ребенок; от Моймир@mail.ru <https://my.mail.ru/my/welcome> до «Одноклассников» <https://ok.ru/>. **Необходимо понимать, что основной площадкой для вовлечения в «игру», доводящую до самоубийства, является социальная сеть «ВКонтакте», однако этот «квест» распространяется и в других социальных сетях. Так, в 2017 году для вовлечения в «игру» стал активно использоваться инстаграм, поэтому на активность ребенка именно в этих социальных сетях следует обратить особое внимание.**

Если вы не нашли страницу своего ребенка «ВКонтакте» через Яндекс или Google, поиск необходимо продолжить на сайте этой социальной сети. Если вы еще не являетесь пользователем социальной сети «ВКонтакте», вам необходимо зарегистрироваться на сайте vk.com (страница, на которую вы будете заходить под вашим логином и паролем называется аккаунт) или получить возможность зайти в эту социальную сеть через страницу знакомого вам человека. В последнем случае нужно быть уверенным в том, что информация о направлении ваших поисков не будет передана третьим лицам и не дойдет до ребенка и его окружения.

В отличие от других социальных сетей («Одноклассники», «Мой мир Mail.ru»), социальная сеть «ВКонтакте» до недавнего времени не позволяла владельцу страницы видеть тех, кто заходил к нему (для этого не нужен был также специальный режим «невидимка»). Однако ВАЖНО ЗНАТЬ о специальном приложении «Мои гости и поклонники», установив которое пользователь сможет видеть всех, кто заходит к нему, за исключением тех лиц, которые сами пользуются этим приложением. установив режим «Невидимка». Подробнее об этом смотрите здесь: <http://online-vkontakte.ru/2014/06/kak-posmotret-gostey-v-kontakte.html>.

В строке «Поиск» введите фамилию и имя ребенка, а затем (при необходимости) уточните параметры поиска: перейдя по ссылке «Показать всех» вы увидите справа возможности сортировки выданных результатов по стране, городу, школе, университету и т.д.

С 2012 года сайт «ВКонтакте» полностью отказался от регистрации по электронной почте, поэтому номер мобильного телефона стал единственным объективным способом для регистрации новой страницы. Тем не менее, не исключена ситуация, когда ребенок воспользовался чьим-то номером для регистрации второй страницы или специальным платным сервером условных номеров (например, <https://sms-area.org/>.)

Пользуясь этой возможностью, дети регистрируют две и более страницы: одну (внешне благополучную) – для родителей, другие – для личного пользования и общения с друзьями. С этим фактом столкнулись многие родители, чьи дети стали жертвами «групп смерти». Только после их смерти они узнавали о существовании других страниц, в которых происходило общение со злоумышленниками. Неофициальные страницы дети обычно регистрируют под вымышленными именами. Найти их можно, например, среди друзей и подписчиков на «официальной» странице ребенка, сопоставляя фото, помещения и т.п. Также постарайтесь просмотреть списки тех, кто подписан на группу или класс школы, в которой учится ваш ребенок.

НА ЧТО СЛЕДУЕТ ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ НА СТРАНИЦЕ РЕБЕНКА В СОЦИАЛЬНОЙ СЕТИ «ВКОНТАКТЕ»

Страница пользователя «ВКонтакте» состоит из нескольких разделов (вкладок), в каждом из которых могут быть обнаружены признаки вовлеченности в субкультуру, пропагандирующую суицид, или воздействия конкретных пользователей, склоняющих к самоубийству.

1. РАЗДЕЛ «СТЕНА»

«Стена» страницы – это то, что вы можете видеть, прокручивая вниз ленту страницы ребенка.

Стена может быть *открытой* (в настройках пользователь указал, что основную информацию с его страницы видят все пользователи) и тогда вы сможете увидеть то, что ребенок пишет на своей странице от своего имени или какими записями со страниц других пользователей или сообществ в социальной сети он посчитал важным поделиться на своей странице (то есть сделал *репост*).

Помимо записей на «стене», обратите внимание:

- ✓ *на «статус»* (слова, которые находятся сразу под ником (именем) пользователя). Вы не увидите реальный «статус» ребенка, если в этот момент он слушает музыку, транслируя ее на свою страницу. Обратите внимание на «статус» позже, когда название композиции исчезнет. Тревожный знак, если в статусе присутствуют:
 - номера (ребенку может быть присвоен номер в списке тех, кто совершит суицид);
 - даты (особенно, если на протяжении нескольких дней вы видите «обратный отсчет»)
 - определенные слова, которые сопровождаются значком решетка # (так называемые «хештеги», например, #f57 #f58 #d28 #морскитов #четыредвадцать #тихийдом);
 - символы, изображающие могильные кресты;
 - символы китов или слова «грустный кит», «киты плывут вверх» и т.д.

Почему в «группах смерти» используются образы китов?

В «группах смерти» образ кита, выбрасывающегося на берег, умело раскручивается как визуальная метафора суицида. «Море китов» – ник одного из создателей суицидальной игры, по словам некоторых пользователей, связанный с английским словом «поге», то есть «больше», «много» - «больше китов», «много китов».

«... буквально месяц назад, она нарисовала кита, – вспоминает мама совершившей самоубийство 12-летней девочки, участвовавшей в «суицидальном квесте». – Красивый, яркий синий кит со всеми подробностями. В море. Он плыл. Откуда обычная женщина из поселка может знать, что кит может что-то обозначать? ... Кит меня абсолютно не удивил. А когда пришли следователи говорят: "Так у вас кит!"».

«... за два до этого страшного дня заметила, что Эля стала часто рисовать бабочек и китов, – сообщила мама еще одной 12-летней девочки, суицид которой был спровоцирован «группами смерти». – Умилялась, как красиво у нее получается... Ни на секунду не

приходило в голову ничего тревожного. Как я могла догадаться, что вот такая у них символика сегодня: бабочки живут всего день, киты выбрасываются на берег, совершают суицид?»

Сами участники соответствующих сообществ называют себя «китами», используют слово «кит» в своих никах, в том числе, в качестве «фамилии» (Алиса Кит, Никита Кит), пишут статусы с использованием слова «кит» («грустный кит», «киты плывут вверх» и др.), выбирают символы китов из «смайликов», ставят изображения китов на аватар и т.п.

- ✓ **на дату рождения** (пользователь может либо прибавить себе лет, чтобы спокойно заходить на страницы, отмеченные знаком 18+, либо не указывать год своего рождения или по каким-либо причинам указать, что он младше своего возраста);
- ✓ **на указанное ребенком «место работы»** (заполняется во вкладке «карьера». Как правило, подростки указывают в качестве «места работы» какой-либо паблик, то есть сообщество, где они могут быть, например, администраторами (привлекаться для размещения определенного контента / картинок, аудио- и видеозаписей, текстов и т.п.) либо просто ассоциируют себя с данным пабликом или страницей). Перейдите по ссылке, указанной как «место работы» и внимательно изучите содержание открывшейся страницы;
- ✓ **на «контактную информацию»** (здесь может быть указан домашний либо какой-либо иной адрес, мобильный телефон, дополнительный телефон, веб-страница в качестве «личного сайта», скайп, а также ссылка на страницы ребенка в других сервисах: инстаграме / [instagram.com](https://www.instagram.com/) /, фейсбуке / [facebook.com](https://www.facebook.com/) / или твиттере / [twitter.com](https://www.twitter.com/) /. Если номер телефона высвечивается как ссылка, кликните на нее, возможно, так вы обнаружите еще одну страницу ребенка.

В КАКОМ СЛУЧАЕ ВЫ НЕ СМОЖЕТЕ ПОЛУЧИТЬ ПОЛНОЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ ОБО ВСЕЙ ИНФОРМАЦИИ СО СТЕНЫ СТРАНИЦЫ?

Это произойдет, если в настройках приватности ребенок ограничил круг тех, кто может наблюдать за его активностью в социальной сети. В этот ограниченный круг могут входить:

- только друзья;
- друзья и друзья друзей;
- только сам ребенок;
- все кроме... (в этом случае, даже если ребенок добавил вас «в друзья», но в настройках приватности указал, что его действия будут видны всем, кроме, например, вас, то вы не будете знать того, что видят другие пользователи);

- некоторые друзья (и вас также может не быть в этом списке «некоторых друзей», которым доступна определенная информация).

Настройки ограниченного доступа могут быть выставлены относительно того, кто видит:

- фото и (или) видеозаписи, на которых отмечен ребенок;
- список его групп, аудиозаписей, виртуальных подарков, которые ему «подарили»;
- местоположение его фотографий, если на них отмечена его геолокация;
- список его скрытых друзей («ВКонтакте» позволяет выбрать тех друзей, которых пользователь хочет скрыть от других пользователей и они не будут выводиться на его странице).

Также ребенок может ограничить для других пользователей тех, кого видно в списке его друзей и подписок (пользователь может отправить кому-либо приглашение добавиться «в друзья», но если тот, кого он приглашает, не желает добавляться в «друзья», то он все равно останется в списке «подписок»). Если доступ к этой информации ограничен, то вы не сможете видеть ни его друзей, ни тех, на кого он подписан (либо кто подписан на него самого).

Настройки ограниченного доступа могут быть выставлены также относительно записей на странице:

- кто видит чужие записи на странице ребенка;
- кто может оставлять записи на его странице;
- кто видит комментарии к записям;
- кто может комментировать записи.

Кроме того, пользователь может ограничить возможности для связи с ним, а именно ограничить круг тех, кто может писать ему личные сообщения, вызывать его в приложениях, приглашать его в сообщества, в приложения, а также указать, о каких заявках в друзья приходят оповещения (от всех пользователей или только от друзей друзей).

Всё вышесказанное вам необходимо знать для того, чтобы не успокаиваться, если вы не заметили на странице ребенка ничего, что может показаться вам лично подозрительным – вы просто можете не видеть того, что видят остальные пользователи, даже если вы есть у своего ребенка в списке виртуальных друзей. Вместе с тем, как правило, записи на стене со страниц детей, совершивших суициды, буквально кричат о том, что в виртуальной жизни ребенок в огромном количестве поглощал «суицидальный контент» и даже не предпринимал попыток скрыть это.

ЗАПИСИ НА «СТЕНЕ», ЗАСЛУЖИВАЮЩИЕ ОСОБОГО ВНИМАНИЯ:

На своей странице ребенок может разместить своего рода «объявление», демонстрирующее его готовность или интерес к игре в виртуальных «суицидальных квестах».

Эти «объявления» выглядят следующим образом:
Хочу в игру
Разбуди меня в 4.20

Дай мне номер.
Дай инструкцию.
Я готов в путь вечный.
Найдите. Где я?
Звезды. Путь млечный
#мертвыедуши #тихийдом #море китов
#F56 #f58 #няпока
#хочувигру
#хочу в игру

Знаю,ты придешь в мой #тихийдом
под номером #f57
где есть вид на #морекитов
где в #четыредвадцать
над этим морем горит #150звезд
я знаю,ты найдешь меня.

Время на часах 4:20.
Мне стало трудно жить.
Забери меня в тихий дом.
Мой дом "дом китов".
Отправь меня с млечного пути,
Отправь на путь бездушия f57.
Я хочу гореть яркою звездой f58.
Я потерян.
Прошу, найди меня.
Освободи меня от боли.
Я забытая звезда.
Помоги мне найти мой путь.
Я хочу домой, к звёздам.
Мне не нужен рассвет.
Дай мне номер.
Дай инструкцию.
Ты играешь со мной? Жду ответ.
#тихийдом
#морекитов
#домкитов
#млечныйпуть
#150звезд
#F57

4:20. Упокой мою душу, я не дитя я кит. Мой дом тих как тихий дом. Я хочу в море. в море китов. Я жду инструкций слыше, я в надежде о том, что буду в дальнейшем мертва. Я готов на всё для игры. Я влюблен в папораму, которая рисуется с крыши. Нарушь мой покой. Не давай мне уснуть, зомбируй меня игрой. Сейчас я живу лишь в надежде сыграть. Я охотно и с жаждой приму, дозу яда с вашей руки. Я хочу играть, я хочу быть китом....не дай мне жить, забери меня
#f57 #f58 #d28 #e027 #тихийдом #морскитов #млечныйпуть

Хештег, изображаемый значком «решетка» # , позволяет другим пользователям находить все записи, обозначенные этим значком через поисковую систему социальной сети. Поэтому если ребенок оставил запись с хештегом на своей странице или где-либо в комментариях, велика вероятность, что его обнаружат те, кто ищет желающих вступить в «суицидальный квест». Ниже приводится список существующих в настоящий момент хештегов, выставляя которые пользователи и злоумышленники ищут друг друга:

#d28
#f57
#ФилиппЛис
#МореКитов
#мертвыедуши
#150звезд
#ТихийДом
#домкитов
#хочувигру
#f58
#млечныйпуть
#f33
#китобой
#няпока
#pina
#infinitveve
#храмсмерти
#DK1281
#deletedsky1281
#нстина
#terminal1281
#exit
#я иду в тихийдом
#f75
#f85
#китовморе
#домтихий
#ssma
#ssm
#NoG
#J57KMO

#RoyalManor
#killmeorder
#разбудименя4_20

Важно! Ребенок может оставлять записи с «объявлениями» не на стене, а в записях или в комментариях к ним на других страницах. В этом случае без специального поиска эти объявления вы не обнаружите.

Рекомендуем подписаться на уведомления о записях, которые появляются на странице вашего ребенка: для этого слева под аватаром (фотографией на странице ребенка) нажмите на значок «многоточие» рядом с плашкой «добавить в друзья» или «у вас в друзьях» и выберите «получать уведомления». Для ребенка ваша подписка на уведомления о новостях с его страницы останется незамеченной.

ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ!

В 2017 году социальная сеть «ВКонтакте» начала блокировать многие приведенные выше слова с хештегами, пропагандирующими «суицидальный квест». Пользователи «ВКонтакте» отреагировали на это размещением усеченных хештегов, например: «#разбуди», «#хочув», «#киты» и т.п. По причине принятого администрацией «ВКонтакте» решения о блокировке хештегов «суицидальный квест» начал активно осваивать площадку инстаграма.

Почему в «группах смерти» используется хештег #разбудименя4_20?

В пабликах с «суицидальными квестами» детей заставляют выходить в закрытые чаты именно в это время.

В «Новой газете» опубликован [рассказ](#) сотрудника Следственного комитета РФ по Санкт-Петербургу Антона Брейдо о показаниях выжившей девочки – участницы «суицидального квеста»: «И вот – она получила приглашение в закрытые группы, чаты, открытые в ночное время, когда в 4 часа 20 минут нужно проснуться – таковы правила. И это – каждую ночь. Усталость от хронического недосыпания накапливается, и ребенок становится более подвержен психологическому воздействию. Расшатываются волевые качества, ребенок не может сказать «Нет!», он в полубессознательном состоянии находится.

... темнень, все спят, она встает по будильнику и сразу – за гаджет. Начинается просмотр видеороликов – выйти из чата нельзя, иначе выгонят, исключат – смотреть обязаны. Мелькают фотографии с частотой раз в 2 секунды – суицидники прыгают с крыш, фото разбившихся детей, кровь... Это сопровождается очень тревожной музыкой, психоделической – неприятно, тяжело. Плюс на звуковой дорожке душераздирающие детские крики, плач, визг каких-то животных... Как будто все живое истязают.

И девочка рассказывает: мне от этих видеороликов становилось плохо, хотелось что-то сделать с собой или с кем-то – уничтожить, убить. Просто физически тяжело становилось. Она пишет в чате: «Мне что-то плохо стало, я выйду», – и сразу же на нее администратор рявкнул: «Только попробуй, мы тебя сразу исключим» Позорил – ты, мол, слабая, тебе недостаточно плохо в жизни. И приходилось терпеть, смотреть все это до того, как администратор даст команду: все – расходимся, ложимся спать, не забудьте все стереть».

«Дочку они отправляли спать часов в десять вечера. Пару раз мама слышала, что она по лестнице ночью спускалась. Застала за компьютером ночью. Спрашиваю – что такое?»

Она говорит – у меня разница во времени с друзьями, я с ними общаюсь и всё. И сразу легла спать. Это было два раза ночью. Теперь я понимаю, что её будили ночью», – свидетельствует мама девочки, на страницах которой после суицида обнаружены надписи «разбуди меня в 4.20».

2. РАЗДЕЛ «ФОТОГРАФИИ»

Под основной информацией вы можете видеть *горизонтальную ленту*, где слева направо указывается количество друзей, подписчиков, фотографий, отметок или видеозаписей.

Раздел «Фотографии» заслуживает особого внимания. В ленте под основной информацией может быть указано незначительное количество фотографий – в эту статистику идут только те фото, которые пользователь выставлял на своей странице как свой аватар или выкладывал у себя на стене. Они останутся в альбомах «Фотографии со страницы» и «Фотографии на стене», если в дальнейшем пользователь поменял фото аватара или удалил со стены, но не удалил из этих альбомов. Однако, на самом деле, на странице пользователя бывает значительно больше фото в виртуальных альбомах, и значительное их число может быть скрыто в альбоме «Сохраненные фотографии», который нужно еще поискать.

Для того чтобы ознакомиться со всеми фотографиями ребенка, кликните на горизонтальной ленте под основной информацией на цифру с фотографиями и вы перейдете на вкладку «Альбомы». Также вы можете попасть на эту вкладку, если кликните на фотографию аватара и далее слева внизу перейдете по ссылке «Фотографии со страницы...», а затем зайдете в раздел «Все фотографии...».

Уделите внимание всем фотографиям в альбомах, особенно – в альбоме «Сохраненные фотографии», если он открыт, так как с 2017 года сайт «ВКонтакте» по умолчанию скрыл этот альбом, если иное не отмечено пользователем в настройках приватности. Ребенок, который много времени проводит в пабликах, пропагандирующих суицид, либо является администратором этих сообществ, обычно сохраняет в этом альбоме много фотографий с суицидальным содержанием (*контентом*). Даже если вам кажется, что в этом альбоме, на первый взгляд, нет ничего подобного, досмотрите все сохраненные фотографии до конца (их бывает много, от 5 до 10 тысяч (иногда и больше), и очень часто фото с порезами, виселицами, лезвиями и таблетками перемежается вполне нейтральными картинками).

Тревожными сигналами являются:

- ✓ картинки с мемами (короткие высказывания или картинки, которые мгновенно становятся популярными). На картинках – слова «одиночество», «прыгай», «боль», «смерть», «тоска»,

«вешайся». «достали», фоном для которых служат могилы, виселицы, ножи, лезвия, таблетки либо многоэтажные дома, мосты, рельсы, поезда, безрадостные пейзажи, серое небо, открытые окна многоэтажек и т.д.

✓ -подписи к фотографиям, дискредитирующие общечеловеческие ценности, например:

«Я перестал верить в любовь»
«Влюбленных много, счастливых мало»
«Счастливые люди не курят»
«Скажи, как мне быть жизнерадостным?»
«Пора завязывать с дерьмом. Я про людей»
«Жизнь разносилась как туфля, из потолка растет петля»
«Недосып как стиль жизни»
«Тебя предадут те, кому ты больше всего веришь»
«Нас только трое: я, мое одиночество и бухло»
«Ничего не радует»
«Коллективный суицид. С собой покончили: Вера, Надежда, Любовь».
«Каждый был хоть однажды настолько одинок или расстроен, что думал о суициде...»
«Любовь - медленный суицид»

- ✓ изображения атрибутов БДСМ (психосексуальная субкультура, включающая ролевые игры в господство и подчинение): плети, наручники, люди в соответствующей одежде;
- ✓ изображения китов;
- ✓ изображения оккультных символов: пентаграмм, числа 666 и т.п.;
- ✓ изображение знака со словами «ОНО» и «АД» (этот знак был разработан как символика «суицидального квеста»);
- ✓ изображение часов, показывающих время 4:20;
- ✓ изображения пачек с сигаретами с акцентом на надписи «курение убивает» (часто сопровождаются четным числом роз);
- ✓ изображения подростков-самоубийц Рины Паленковой, псковских «Бони и Клайд»;
- ✓ изображения порезанных рук, вскрытых вен, ссадин, гематом, проколотых булавками губ и т.д.

Обратите также внимание на тех, кто «лайкает» фотографии на странице вашего ребенка и на разительное несоответствие числа его «друзей» количеству «лайков», поставленному множеством других пользователей.

Что означает используемый в суицидальном квесте хештег #ниапока?

В «группах смерти» был раскручен образ совершившей самоубийство Рины Паленковой (настоящее имя – Рената Камболина). За день до суицида девочка сфотографировалась на фоне поезда и выложила фото с надписью «ня.пока».

3. РАЗДЕЛЫ «АУДИОЗАПИСИ» И «ВИДЕОЗАПИСИ»

Популярными группами, раскрученными в пабликах с суицидальным контентом, являются, например, «Найти выход» и «EVO». Названия песен этих групп, цитаты из их текстов часто используются в картинках и записях соответствующей направленности. Проверьте наличие этих песен в списке аудиозаписей ребенка. Обратите внимание на треки, подписанные экзотическими шрифтами.

Ко многим песням «привязан» текст, с которым можно ознакомиться: левой кнопкой мыши кликните один раз на название песни и текст появится внизу. Эти песни исполняются в популярном среди молодежи музыкальном стиле, мелодии навязчивы, «слова-внушения» легко запоминаются.

В разделе «Видеозаписи» обратите внимание на записи под соответствующими хештегами (#f57 #тихийдом #морекитов и др.) либо подписанных нетипичными шрифтами, (вскрѣс ψυχѣς ERRÖR), а также на видео людей, прыгающих с крыш домов, падающих на рельсы, видео-инструкции по изготовлению петель и т.п.

Что означает используемый в «суицидальном квесте» хештег #тихийдом?

Подростков завлекают идеей существования в интернете так называемого «Уровня А», места, где якобы есть «тихий интернета» или «тихий дом». Согласно утверждениям лиц, склоняющих к суицидам, это не сайт, а точка невозврата в реальный мир: попадая в «тихий дом», человек переживает «информационное перерождение» и «навеки сливается с сетью».

Для того, чтобы попасть в «тихий дом», подросток, назначенный «избранным», должен пройти все стадии «игры», выполняя задания, которые даются в личной переписке или в закрытых чатах соответствующих групп и, в конце концов, совершить самоубийство. Тогда он якобы «освободится», «обретет настоящую свободу» и получит свое место в «тихом доме».

4. РАЗДЕЛЫ «ДРУЗЬЯ» И «ПОДПИСЧИКИ»

Обратите внимание на аватары (фотографии) «друзей», особенно на те, где вместо фотографии изображен символ либо герой аниме. Организаторы и участники суицидальных пабликов часто берут себе такие имена и фамилии как: Августина, Октябрина, Милена, Мирон, Фридрих, Ада, Рина, Сетх, Рейх, Лис, Кот, Кит, Тян, Енот, Шрам, Штерн, Холод, Камболина и т.д.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПСИХОЛОГА

В случае если Ваш ребенок оказался вовлеченным в «группу смерти» или содержание его страницы в сети Интернет вызывает у Вас тревогу, запомните несколько важных правил.

1. Соблюдайте деликатность. Не пытайтесь обвинять ребенка, выяснять с ним отношения, запрещать, бесцеремонно вторгаться на его страницу и требовать объяснений. Эти действия лишь отдалят его от Вас еще больше, он предпримет дополнительные меры конспирации, либо Ваши действия могут ускорить принятие решения уйти из жизни.

2. Помните, ребенок напуган. Так называемые «кураторы групп смерти» запугивают ребенка, если он отказывается от выполнения заданий или пытается покинуть группу.

3. Присмотритесь к поведению своего ребенка. Любые его изменения должны Вас насторожить. Помните, это только казалось, что дети-суициденты не выглядели подавленными, замкнутыми, у них не было проблем в семье и школе, а потом неожиданно уходили из жизни. У всех детей наблюдаются изменения в поведении, были, так называемые, признаки суицидального поведения. Вот лишь некоторые из них.

- Любые внезапные изменения в поведении и настроении, особенно отдаляющие от близких (грубые слова, протест, игнорирование, порча имущества и т.д.).

- Дети, вовлеченные в «группы смерти» подолгу сидят за компьютером, постоянно «ныряют» в телефон, обеспокоены чем-то, теряют интерес к любимым занятиям, перестают общаться с друзьями.

- На будильнике установлено время 4:20. Возможно, время будет установлено иное, но будильник обязательно прозвонит под утро. На вопросы взрослых о причине раннего пробуждения ребенок говорит о срочном задании в школе, об общении с другом, живущем далеко, об интересной книге и т.д. Он обманывает Вас.

- Весь день у ребенка утомленный, заспанный вид. Под глазами круги, внимание рассеянное, на вопросы отвечает невпопад. Настроение подавленное. Потеря аппетита.

- На руках появляются неглубокие порезы в виде насечек, порезы в виде кита, бабочек, иных форм.

- Дети совершают опрометчивые и безрассудные поступки (например, превышение скорости на мопеде, прыжки с обрыва, ходьба по перилам балкона на высоте, пробегание перед быстро движущейся машиной, исчезновение на длительный период времени – до 24 часов и т.д.).

- Возможно чрезмерное употребление алкоголя или таблеток.

- Посещение врача без очевидной необходимости, частые жалобы на головную боль, боль в животе («медвежья болезнь») без видимых оснований.

- Расставание с дорогими вещами или деньгами (раздаривает).
- Приобретение средств для совершения суицида (например, в доме появилась крепкая веревка. На вопрос зачем, дети находят убедительные ответы. Могут прямо сказать: «Вешаться». Родители в первом случае, безоговорочно, верят, во-втором случае, принимают слова за шутку).

- Подведение итогов, приведение дел в порядок, приготовления к уходу (завершают все ранее оставленные дела, приводят свои вещи в порядок, стирают всю информацию с компьютера, планшета, телефона и т.д.).

- Пренебрежение внешним видом (перестают следить за собой. Особенно хорошо проявляется у чистюль).

- «Туннельное» сознание (не видят и не пытаются найти вариантов решения проблемы, думают только о проблеме).

- Уверения в беспомощности и зависимости от других.

- Прощание («прощайте», «не поминайте лихом», «будьте счастливы» и т.д. Может принять форму выражения благодарности различным людям за помощь в разное время жизни)

- Разговоры или шутки о желании умереть.

- Сообщение о вовлеченности в «группу смерти», в «игру», о конкретном плане суицида.

- Двойственная оценка значимых событий (например: «это очень плохо, что так хорошо»)

- Медленная, маловыразительная речь.

- Высказывания самообвинения.

- Безнадежность.

- Переживание горя.

- Признаки депрессии: нарушение сна или аппетита, повышенная возбудимость, отгороженность, отсутствие удовольствия, печаль, потеря вкуса к жизни, интереса к любимым занятиям и т.д.

- Вина или ощущение неудачи, поражения.

- Чрезмерные опасения или страхи.

- Чувство собственной малозначимости.

- Рассеянность или растерянность и другие.

Наличие в поведении ребенка вышеперечисленных признаков не означает, что ребенок обязательно совершит самоубийство. Но они могут стать сигналом для более внимательного отношения к нему.

Что делать, если опасения подтвердились и Вы обнаружили, что Ваш ребенок в «игре»?

Если «игра» только началась и ребенок на первом этапе, если у него наблюдается 3 и более признака суицидального поведения, то Вам необходимо срочно обратиться за консультацией к опытному психологу.

Просмотрите тех, кто *подписан* на страницу вашего ребенка (по каким-то причинам ваш ребенок предпочел не добавлять этих пользователей в «друзья» и они остались в «подписчиках»). Передко число друзей может быть в пределах 20, но число подписчиков превышает сотню, что (в совокупности с анализом их аватаров и содержания страниц) может свидетельствовать о том, что ребенок «раскручивается» как потенциальный «суицидник».

Если вы заметили перечисляемые здесь тревожные признаки на страницах известных вам друзей или одноклассников вашего ребенка, постарайтесь сообщить об этом его родителям.

5. РАЗДЕЛ «ИНТЕРЕСНЫЕ СТРАНИЦЫ»

В этой вкладке вы увидите список групп (сообществ, пабликов), на которые подписан ваш ребенок в социальной сети. Здесь же находятся страницы людей, на которых ребенок подписался сам, но они не добавили его «в друзья». Имеет значение порядок расположения «интересных страниц» в расположенной слева вкладке: страницы, которые ребенок посещает чаще всего, попадают в верхнюю часть списка.

Обратите внимание на страницы:

- ✓ со словами из списка с хештегами, приведенного выше (тихий дом, мертвые души, f57, f58, море китов и т.д.)
- ✓ с изображением сатанистских символов и знаков (кресты, «звезды», а также знак с использованием слов «ОНО» и «АД»);
- ✓ с названиями, включающими слово «Suicide», в том числе, написанным с ошибками («suicid», «suicid» и т.д.), а также с названиями с использованием иероглифов, иврита, арабской вязи, санскрита, экзотических шрифтов (примеры: זמן תלכות, νεκρές ψυχές, ERROR, のサンドイッチ サーモン) и т.п.;
- ✓ с цифрами вместо названия;
- ✓ со словами «смерть», «мертвый», «суицид», «подростки», «грусть», «выход», «ад», «кит», «кот», «лиси», «4:20», «разбуди», «шрамы», «порезы», «вены», «кровь» и т.д.;
- ✓ -посвященные книгам «50 дней до моего самоубийства», «Сказка о самоубийстве» либо фильмам (например, «Зал самоубийц»);
- ✓ посвященные подросткам-самоубийцам.

Группы могут быть *открытые* (вступить в них может любой желающий), *закрытые* (для вступления в группу необходимо подать заявку) или *частные* (в такие группы «вход» возможен только по приглашению администратора). На закрытые и частные группы следует обратить особое внимание – именно в таких группах, как правило, начинает вестись планомерная обработка по алгоритмам «суицидального квеста».

Кроме того, тревогу должны вызывать (в совокупности с другими признаками) группы, в которых есть ссылки на дополнительные страницы под названиями «убежище», «бункер бана» или «бункер бункера». Это означает, что создатели отдают себе отчет, что их деятельность противоречит законодательству и сообщество может быть заблокировано, для чего сразу же создается пустая страница, в которую «перетекут» подписчики из основной группы.

Немаловажно, что суицидальный контент может скрываться под внешне нейтральными, безобидными названиями типа «радость моя», поэтому перейдите к содержанию и просмотрите его.

Чтобы увидеть новости, которые получает ваш ребенок «его глазами», нажмите на плашку «Новости» справа от надписи «Друзья» на одноименной вкладке.

Как в «суицидальном квесте» используется книга «50 дней до моего самоубийства»?

Книга «50 дней до моего самоубийства» (50 ДДМС) российского автора Анастасии Холовой (литературный псевдоним - Стейс Крамер) – это исповедь подростка, находящегося в кризисной ситуации. Героиня книги дает себе 50 дней, чтобы решить, хочет она жить или умереть. В «суицидальных квестах» делается упор на шифры: «Тебе плохо? Хочешь умереть? Возьми свои 50 дней, время пошло».

Страницы, которые, по вашему мнению, пропагандируют суицид, можно заблокировать, заполнив соответствующую форму на сайте Роскомнадзора: <http://eais.rkn.gov.ru/feedback/>.

В случае если страница вашего ребенка вызывает у вас тревогу, и вы нуждаетесь в информации о том, как оградить детей от негативного контента в сети, Вы можете обратиться к специалистам линии помощи «Дети онлайн» <http://detectionline.com/helpline/about> или проконсультироваться с психологом ближайшего к вам центра психологической помощи.

Информация подготовлена экспертом Федеральной службы РФ по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций, к.ю.н., психологом, доцентом кафедры правового обеспечения национальной безопасности Института национальной и экономической безопасности Байкальского государственного университета А.М. Быковой

Если Ваш ребенок уже прошел несколько этапов, выполнив задания, то без помощи невролога и психиатра обойтись будет сложно. Обратитесь за консультацией к данным специалистам незамедлительно.

Поговорите с ребенком, постарайтесь успокоить его. Помните, он будет выполнять все задания «куратора» сначала из любопытства и интереса, а потом из страха за Вашу жизнь!

Сообщите в полицию о том, что Ваш ребенок вовлечен в «группу смерти» и ему угрожают. Для этого необходимо сфотографировать страницу и написать заявление.

Договоритесь с ребенком о том, что доступа в Интернет у него не будет минимум 2 недели. При наличии медицинских показаний не сопротивляйтесь госпитализации.

Обязательно обратитесь к опытному психологу для организации дальнейшей длительной психолого-педагогической помощи и сопровождения.

«Группы смерти» мимикрируют, меняют названия, адреса страниц, сайты, хэштеги. Поэтому будьте бдительны, интересуйтесь реальной и виртуальной жизнью своих детей. любите их безусловной любовью, прощайте, хвалите, содействуйте, поддерживайте, подбадривайте, учите слушать и слышать, дружите с ними. Будьте с ними «ВКонтакте» и в контакте!

Рекомендации подготовлены
директором ГБУ «Центр профилактики, реабилитации и коррекции» (ЦПРК)

М.Н.Галстян

г. Иркутск, ул. Павла Красильникова, 54 «А», (3952) 47-82-74, (3952) 47-83-54, (3952) 47-83-27. Помощь детям с суицидальными проявлениями оказывается вне очереди, безвозмездно. Условия – предварительная запись по телефону, обязательная консультация у врача-психиатра, работающего в ЦПРК, сопровождение ребенка родителем (законным представителем).