

Для подростка, в силу возрастных особенностей, кризисной может стать любая ситуация, которую лично он переживает как неразрешимую. Взрослые могут не оценить всю серьёзность переживаний своего ребёнка и не оказать вовремя необходимой эмоциональной поддержки, что рождает у ребёнка ощущение непонимания и одиночества и может привести к попыткам решить свою проблему разными неконструктивными способами.

Причинами суицида подростка становятся сугубо личные переживания и проблемы, которые подростку зачастую кажутся абсолютно неразрешимыми. Причем, взрослые очень удивляются, когда узнают, что толкнуло ребенка на подобный шаг – причина может быть столь незначительной, что взрослый человек просто – на просто не обратил бы на нее особого внимания. Для ребенка же она глобальна, и, как правило, последняя трудная жизненная ситуация (ссора с родителями, неудача на экзамене, конфликт со сверстниками и пр.) может стать пусковым механизмом к совершению суицида.

Важно вовремя обращаться к специалисту, если Вы понимаете, что у Вас по каким-то причинам не получается сохранить контакт со своим ребенком. В индивидуальной или семейной работе с психологом Вы сможете освоить необходимые навыки, которые помогут Вам вернуть отношения доверия с Вашим подростком.

В случае необходимости родитель и ребёнок всегда могут получить профессиональную помощь в следующих учреждениях:

г. Мурманск

МБУ ДО г. Мурманска «Центр психолого-педагогической медицинской и социальной помощи»
Адрес: г. Мурманск, ул. Баумана, д.1,
тел. 541-400, 526-303

ГОБУ Мурманской области «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»
Адрес: г. Мурманск, ул. Советская, д. 9а,
тел. 25-66-30

МАУ МП «Объединение молодёжных центров»
Адрес: г. Мурманск, ул. Марата, д.21 тел.
25-53-70, 25-03-87

ГОБУСОН "Мурманский центр социальной помощи семье и детям"
Адрес: ул. Старостина, д. 91,
тел. 26-44-23

Центр психотерапевтической помощи детям и подросткам
Адрес: г. Мурманск, ул. Свердлова, д.
14/2. тел. 20-24-58, 38-80-51

Центр психологической помощи молодёжи
Адрес: г. Мурманск, пер. Якорный, 10,
тел:(8152) 53-14-60

г. Кандалакша

МБУ "Центр содействия социальному развитию молодёжи "Гармония"
Адрес: Мурманская область,
г. Кандалакша, ул. Данилова д. 25,-
центральный офис, тел. 8 (81533) 93182

Печенгский район

ГОАУСОН «Печенгский комплексный центр социального обслуживания населения»
Адрес: Мурманская область, Печенгский район, гп. Никель, ул. Октябрьская, д. 15а,
тел. 8 (81554) 31438

ЗАТО

ГОАУСОН «Полярнинский комплексный центр социального обслуживания населения»
Адрес: Мурманская область, г. Снежногорск, ул. Мира, д. 5/4,
тел. (815) 30-60504

ГОАУСОН «Комплексный центр социального обслуживания населения» ЗАТО г. Североморск"
Адрес: Мурманская область, г. Североморск, ул. ул. Гвардейская, д. 5
Тел. (81537) 5-72-65

Отделение реабилитации детей и подростков с ограниченными физическими и умственными возможностями

Адрес: Мурманская область, г. Североморск, ул. Сафонова, д. 5, тел. 54440, +799522942271.

г. Мончегорск

МБУ «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи "Доверие"»

Адрес: Мурманская область, г. Мончегорск, ул. Ленинградская Набережная, д. 34, корп. 3, тел. 8(81536) 3-23-09

ГООУСОН «Мончегорский комплексный центр социального обслуживания населения»

Адрес: Мурманская область, г. Мончегорск, Строительная, д.5 тел. 8 (815 36) 7-27-35

г. Оленегорск

ГООУСОН «Оленегорский комплексный центр социального обслуживания населения»

Адрес: Мурманская область, г. Оленегорск, ул. Парковая, д. 15, тел.: 8 (81552) 5-31-14

Ловозерский район

ГООУСОН «Ловозёрский комплексный центр социального обслуживания населения»

Адрес: Мурманская область, Ловозерский район, пгт. Ревда, ул. Кузина, д. 5, тел. 8 (81538) 4-47-97, 8 (81538) 4-31-24

г. Апатиты

ГООУ «Апатитский межрайонный центр социальной поддержки населения»

Адрес: Мурманская область, г. Апатиты, ул. Ленина д.1 тел. 8(81555) 6-18-47, 7-64-00, 7-42-78, 7-44-21.

г. Кировск

ГООУ «Апатитский межрайонный центр социальной поддержки населения»

Адрес: Мурманская область, г. Кировск, ул. Юбилейная, д. 8 «а», тел. 8(81531) 5-66-19, 5-66-20

**ЕДИНЫЙ ВСЕРОССИЙСКИЙ
ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ,
ПОДРОСТКОВ И ИХ РОДИТЕЛЕЙ
8-800-2000-122**

**КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА МУРМАНСКА
Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования г. Мурманска
«ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ,
МЕДИЦИНСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ
ПОМОЩИ»**



«Профилактика суицидального поведения детей и подростков: адреса и телефоны, где вам и вашему ребёнку могут оказать помощь»

**Составители:
специалисты МБУ ДО г. Мурманска
ППМС-Центра**

Мурманск, 2020