***Кризисное состояние несовершеннолетних:***

 ***выявление и стратегии преодоления***

К сожалению, всё чаще среди пострадавших в кризисных ситуациях оказываются дети.

Кризис — это ситуация эмоционального и умственного стресса, требующая значительного изменения представлений о мире и о себе за короткий промежуток времени. Кризис характеризует состояние, порождаемое вставшей перед человеком проблемой, от которой он не может уйти и которую не может разрешить в короткое время и привычным способом.

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

 Общими признаками кризисного состояния учащегося являются:

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

Рекомендации по ведению беседы с несовершеннолетним, находящимся в кризисном состоянии:1.Выразите свою заинтересованность личностью и судьбой несовершеннолетнего, симпатию к нему. 2. Задавайте вопросы прямо, в искренней и спокойной манере; используйте технику активного слушания. 3. Попытайтесь выяснить причины и условия формирования возникшей беспомощности, тревоги, суицидальных намерений, но не настаивайте на их обсуждении. 4.Побудите его выразить свои чувства, связанные с проблемной областью. 5.Спросите, приходилось ли ему ранее рассказывать кому-либо о том, что он говорит сейчас. Этот вопрос поможет подтолкнуть собеседника к мысли, что, возможно, главная его проблема в социальной самоизоляции.

Разговор должен быть абсолютно спокойным, ни в коем случае нельзя повышать голос. Вы должны показать, что то, что происходит с ребенком для вас важно, и вы готовы помочь. Пример: «Мне кажется, что с тобой что-то происходит - ты не такой, как обычно - грустный, задумчивый, отрешенный... у тебя что-то случилось? Если ты позволишь, я буду рад/рада тебе помочь». В то же время разговор должен быть уверенным. Следует показать ребенку, что, несмотря ни на что, вы готовы помочь ему справиться с возникающими трудностями. Важной задачей такого разговора является уговорить ребенка обратиться за помощью - к школьному психологу либо родителям. Это должно так же происходить без сильного давления, но настойчиво.

Первоочередные действия педагогов при наличии риска высокой степени для безопасности жизни ребёнка:

* Обеспечить присутствие взрослого рядом с ребёнком.
* Информировать администрацию учреждения образования.
* Информировать родителей об угрозе жизни ребёнка.
* Немедленно связаться с поликлиникой, вызвать скорую помощь.
* «Заключить контракт» с ребёнком, т.е. рассказать о планируемых вами дальнейших действиях и действиях ребёнка.

*«Телефон экстренной психологической помощи» 170*