**Приложение**

**Методические рекомендации и информационные материалы по профилактике тревожного (суицидального) поведения несовершеннолетних**

**в Тверской области**

 В случае трудной жизненной ситуации, когда родители понимают необходимость оказания специализированной помощи подростку, **схема обращения** в специализированные центры может выглядеть следующим образом:

**I этап. Обращение к психологу образовательного учреждения**, где учится подросток при наличии в штате психолога.

**II этап. Обращение к психологам ГБУ «Комплексный центр социального обслуживания населения»** или ГБУ «Социально-реабилитационный центр» соответствующего района проживания (при наличии специалиста),

**III этап. ГБОУ «Центр диагностики и консультирования для детей и подростков, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи»** (Тверь, ул. Орджоникидзе, д. 49-д, телефон 8 904 020 22 95).

**IV этап. Обращение к медицинским (клиническим) психологам** Кризисных центров:

1) государственное бюджетное учреждение здравоохранения Тверской области «Областной клинический психоневрологический диспансер» (г. Тверь, ул. Фурманова, 12),

2) государственное казенное учреждение здравоохранения Тверской области «Тверская областная психиатрическая больница №2» (Калязинский район, с. Леонтьевское),

3) государственное бюджетное учреждение здравоохранения Тверской области «Вышневолоцкая центральная районная больница» (г. Вышний Волочек) в соответствии с закрепленными территориальными зонами.

Схема территориальных зон с закреплением муниципальных образований Тверской области для работы со специалистами психолого-психиатрической службы (приложение 2).

***Примечание 1: В случае необходимости, и в зависимости от степени тяжести ситуации обращение по п.4 возможно, минуя первые три ступени.***

***Примечание 2: Кроме личного обращения возможны анонимные консультации в службах «Телефон доверия».***

 Информационный макет по вопросам профилактики суицидального поведения несовершеннолетних (приложение 3).

Приложение 2

**Схема территориальных зон с закреплением муниципальных образований Тверской области для работы со специалистами психолого-психиатрической службы**

**Территориальные зоны**: районы Тверской области (36 единиц).

**Муниципальные образования**: центральные районные больницы, районные учреждения социальной защиты населения, районные учреждения образования.

**Специалисты психолого-психиатрической службы**: клинические психологи учреждений психиатрического и психоневрологического профилей, объединенные в структуру «Кризисный центр» (3 подразделения).

**Схема закрепления**

1. **Центр суицидальной превенции, Кризисный центр ГБУЗ ОКПНД:**

***Районы***: Андреапольский, Бельский, Жарковский, Западнодвинский, Зубцовский, Калининский, Конаковский, Лихославльский, Нелидовский, Оленинский, Рамешковский, Ржевский, Старицкий, Торжокский, Торопецкий.

1. **Кризисный центр ЦРБ Вышний Волочек**:

***Районы:*** Бологовский, Вышневолоцкий, Кувшиновский, Максатихинский, Лесной, Осташковский, Пеновский, Селижаровский, Спировский, Удомельский, Фировский.

1. **Кризисный центр ГБУЗ ТОКПБ № 2, г. Калязин:**

***Районы:*** Бежецкий, Весьегонский, Калязинский, Кашинский, Кесовогорский, Кимрский, Краснохолмский, Молоковский, Сандовский, Сонковский.

Приложение 3

**ТРУДНАЯ СИТУАЦИЯ - что помогает человеку пережить ее?**

 **Это, прежде всего:**

* ***наличие актуальных жизненных ценностей, целей;***
* ***эмоциональная привязанность к родным и близким людям;***
* ***наличие жизненных, творческих, семейных и других планов, замыслов;***
* ***убеждения о неиспользованных жизненных возможностях;***
* ***психологическая гибкость и адаптированность, умение компенсировать негативные личные переживания, использовать методы снятия психической напряженности.***

Но **ситуации бывают разные**, и не всегда наших внутренних резервов хватает на совладение с обстоятельствами. В этом случае ты всегда можешь обратиться по следующим телефонам:

**55-17-18 – круглосуточный телефон доверия Центра психического здоровья.**

Позвонив по телефону доверия, ты сможешь получить анонимно и круглосуточно консультацию специалиста, который поможет тебе разобраться в твоих переживаниях или в сложившейся жизненной ситуации.

**8-800-2000-122 − Всероссийский детский телефон доверия**.

Психологи всегда готовы помочь тебе в разрешении трудностей, возникающих в школе, на улице и дома. Наши психологи готовы проконсультировать тебя по вопросам отношений с родителями и со сверстниками

**50-21-71 − регистратура Центра суицидальной превенции и Кризисного центра.**

В этом центре мы оказываем помощь тем, кто оказался, по его мнению, в неразрешимой и отчаянной ситуации. Тут работают высококвалифицированные психологи, которые помогут найти «точку опоры» и вернуть твой мир и душевное спокойствие.