**Общие рекомендации для педагогов, администрации учебных заведений по профилактике суицидальных настроений среди подростков:**

1. Классным руководителям и всем педагогам необходимо отслеживать и контролировать резкие изменения в поведении и эмоциональном состоянии обучающихся.

2. Проводить регулярные замеры эмоциональных состояний обучающихся.

3. Для подростков с выявленными или подозреваемыми устойчивыми депрессивными симптомами необходимо организовать щадящую обстановку на уроках (не ругать, не устраивать публичных разбирательств и т.п.), постараться деликатно выяснить причину подавленности, проявить понимание и поддержку. **Главное в этот период – не учебные достижения, а эмоциональное благополучие.**

4. В рамках данной проблемы профилактический эффект имеют систематические занятия с обучающимися, направленные на формирование стресоустойчивости, отработку техник принятия верного решения в ситуациях жизненного выбора, правил поведения в конфликте и т.д. **На занятиях гуманитарного цикла и классных часах** с подростками необходимо говорить о ценности жизни, индивидуальной неповторимости каждого человека, о позитивном прогнозе будущего, умении программировать свой успех – с конкретными примерами и фактами из жизни, художественной литературы и СМИ.

5. Недопустимо открытое прямое публичное обсуждение с обучающимися суицидальных случаев. Зачастую цена подобных мероприятий (родительских собраний, классных часов) – жизнь кого-то из подростков, так как в подростковой среде возможно повторение суицидальных попыток по механизму подражания, заражения, протестной реакции и др.

6. В колледже разместить плакаты с адресами помощи и надежды: Телефон Доверия; Центр Медицинской профилактики (телефон, адрес); Центр диагностики и консультирования (телефон, адрес) и др.