

Уважаемые ребята

«Иногда мы сами и наши друзья, одноклассники, сверстники испытываем разные сложные чувства. Давайте будем заботиться друг о друге, обращать внимание на состояние друга, сверстника, предлагать помощь, сами обращаться за помощью ко взрослому, которому доверяете, если чувствуете, что не можете справиться с трудной жизненной ситуацией. Важно не оставаться одному и не оставлять в одиночестве друга, не быть равнодушным к подавленному состоянию другого.

В этом нам помогут специальные памятки, чтобы мы знали на что обращать внимание в общении с нашими друзьями и знакомыми и куда нужно обращаться за помощью (раздача памяток), давайте вместе посмотрим на них и обсудим на что важно обращать внимание.

Если у друга, одноклассника, знакомого вы замечаете:

- беспокойство, тревогу
- подавленное эмоциональное состояние
- пропуски уроков
- потеря интереса к общению с окружающими
- частые перепады настроения
- высказывания о нежелании жить
- разговоры об угрозах со стороны
- суицидальный контент в социальных сетях

ОБЯЗАТЕЛЬНО обратитесь за помощью к кому-либо из взрослого окружения. Вы можете **СПАСТИ ЖИЗНЬ** другу, однокласснику, приятелю, знакомому.