

Не знаете, когда обращаться в службу 988?

Примеры состояний, при которых обращаются в службу 988:

«Я чувствую себя одиноким (-ой)»

«Я не узнаю себя»

«Мне нужно с кем-то поговорить»

«Я на пределе»

Причины, по которым люди могут обращаться в службу 988:

- Мысли о самоубийстве
- Алкогольная или наркозависимость
- Беспокойство о ком-то другом
- Проблемы с питанием и ощущением своего тела
- Проблемы в отношениях
- Общая тревожность
- Стресс из-за COVID-19
- Жестокое обращение
- Травмы
- Одиночество
- Бессонница или проблемы со сном
- Трудности с ясностью мышления
- Сильные перепады настроения

988 – это больше, чем просто номер

Это прямая связь со службой сострадательного и доступного ухода.

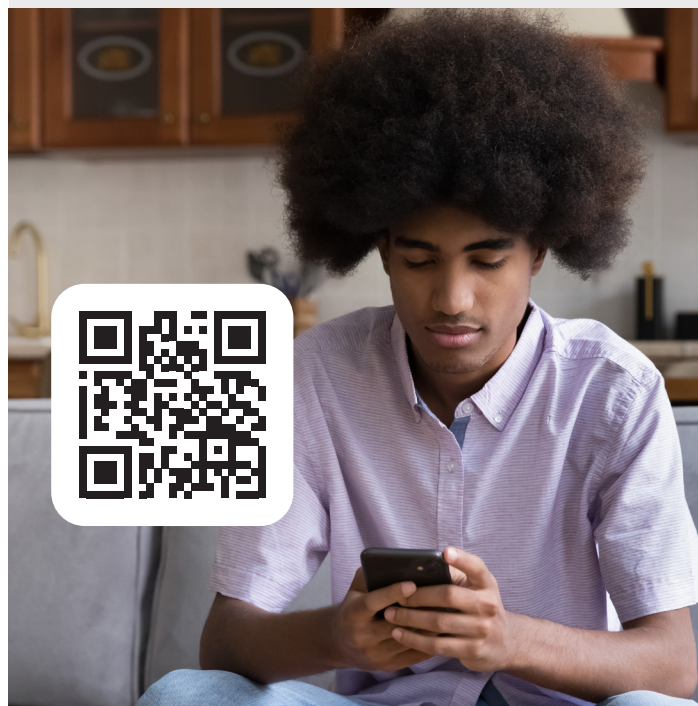
Когда Вы звоните, отправляете текстовые сообщения или общаетесь в чате со службой 988, Вы обращаетесь непосредственно к квалифицированным консультантам Национальной службы поддержки для предотвращения самоубийств (National Suicide Prevention Lifeline).

There is hope.



988 Служба поддержки в кризисных ситуациях

Новая служба поддержки в кризисных ситуациях для жителей Нью-Йорка



Office of
Mental Health

988 SUICIDE & CRISIS
LIFELINE

Часто задаваемые вопросы

Что такое служба 988?

988 — это новый трехзначный номер телефона, по которому можно обратиться в Национальную службу поддержки для предотвращения самоубийств. Эта услуга предназначена для всех, кто:

- склонен к самоубийству
- переживает кризис, связанный с нарушением психического здоровья или употреблением психоактивных веществ
- испытывает какие-либо эмоциональные потрясения

В чем разница между службами 988 и 911?

По номеру 988 можно обратиться в Национальную службу поддержки для предотвращения самоубийств и другие службы поддержки в кризисных ситуациях. Служба 988 отличается от службы 911, где основное внимание уделяется отправлению бригад скорой медицинской помощи, пожарных бригад и полицейских нарядов по мере необходимости. Цель службы 988 — удовлетворить растущие потребности страны в поддержке в кризисных ситуациях, связанных с самоубийствами и нарушениями психического здоровья.

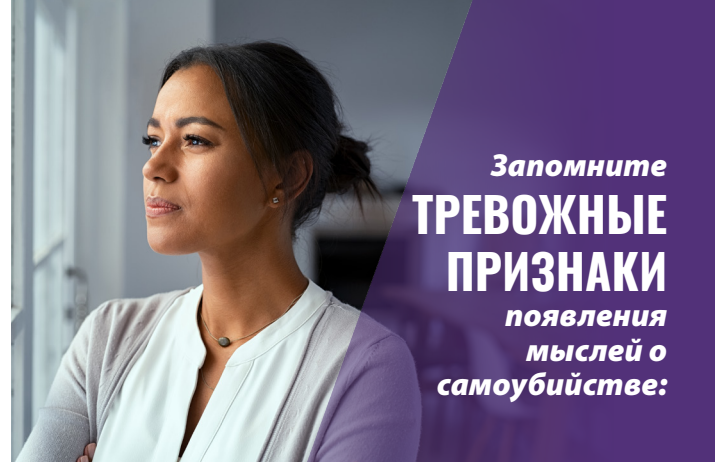
Обращение в службу 988 платное?

Обращение в службу 988 — это бесплатная услуга.

Talk with us.



Запомните
ТРЕВОЖНЫЕ ПРИЗНАКИ
появления
мыслей о
самоубийстве:



Их можно разделить на 5 групп:

ЧУВСТВА — безнадежность, чрезмерное беспокойство, обременительность, неприятие, никчемность

ДЕЙСТВИЯ — импульсивность, членовредительство, повышенное употребление наркотиков или алкоголя, раздача имущества, поиск способа покончить с жизнью, например, покупка таблеток, получение оружия или поиск способа покончить с жизнью в Интернете

ИЗМЕНЕНИЯ — особенно при наличии других тревожных признаков; изменения отношения, настроения, поведения или социальных связей; внезапное изменение режима сна или питания

УГРОЗЫ — четкие или расплывчатые утверждения или любые упоминания о смерти или самоубийстве; могут быть письменные, устные, невербальные или выраженные определенным поведением в социальных сетях

СИТУАЦИИ — изменения в жизни, из-за которых человек оказывается подавленным или к которым человек оказывается неподготовленным, такие как личная потеря, событие, связанное со смертью, запугивание или жестокое обращение, неудачи или попадание в неприятности

Что происходит при обращении в службу 988?



В настоящий момент чат и текстовые сообщения доступны только на английском языке.