



## Индикаторы суицидального риска у школьников

- ❖ развод родителей
  - ❖ денежные долги
  - ❖ раскаяние за совершенный проступок или предательство
  - ❖ угроза физической расправы
  - ❖ смерть любимого человека
  - ❖ злоупотребление психоактивными веществами
  - ❖ уходы из дома
  - ❖ нелюдимость
  - ❖ избегание контактов с окружающими
  - ❖ резкое снижение повседневной активности
  - ❖ общая двигательная заторможенность
  - ❖ гипомимия (нев्यразительная мимика лица)
  - ❖ амимия (отсутствие мимики лица)
  - ❖ тихий монотонный голос
  - ❖ замедленная речь
  - ❖ тоскливое выражение лица (скорбная мимика)
  - ❖ прямые или косвенные сообщения о суицидальных намерениях («Хочу умереть» - прямое сообщение, «Скоро все это закончится» - косвенное)
- Ситуационные:**
- ❖ сексуальное насилие
  - ❖ угроза помещения в специальные воспитательные учреждения
  - ❖ получение тяжелой инвалидности
  - ❖ неизлечимая болезнь
  - ❖ нервное расстройство
  - ❖ шантаж
  - ❖ систематические избиения
  - ❖ публичное унижение
  - ❖ коллективная травля
  - ❖ одиночество, тоска, усталость
  - ❖ религиозные мотивы
  - ❖ подражание кумиру
  - ❖ ревность и т.д.
- Поведенческие:**
- ❖ краткость ответов
  - ❖ отсутствие ответов
  - ❖ изменение привычек например, несоблюдение правил личной гигиены или ухода за внешностью
  - ❖ выбор тем разговора или чтения сайтов, связанных со смертью и самоубийствами
  - ❖ частое прослушивание траурной и печальной музыки
  - ❖ «приведение дел в порядок» (урегулирование конфликтов, письма к родственникам и друзьям, раздаривание личных вещей)
  - ❖ склонность к неоправданно рискованным поступкам
  - ❖ посещение врача без очевидной необходимости
  - ❖ нарушения дисциплины или ухудшение успеваемости и связанные с этим неприятности в школе и дома
  - ❖ расставание с «дорогими» вещами, представляющими ценность для подростка,
  - ❖ приобретение средств для совершения суицида
  - ❖ адинамия (бездеятельность)
  - ❖ двигательное возбуждение
- Коммуникативные:**
- ❖ шутки, иронические высказывания о желании умереть, о бессмысленности жизни
  - ❖ уверения в беспомощности и в зависимости от других
  - ❖ прощание
  - ❖ сообщение о конкретном плане суицида
  - ❖ самообвинения
  - ❖ медленная, маловыразительная речь

## Когнитивные:

- ❖ негативная оценка своей личности, окружающего мира, прошлого или будущего
- ❖ избирательное воспоминание неприятных событий прошлого
- ❖ эгоцентрическая направленность на свои страдания
- ❖ отсутствие перспектив в будущем
- ❖ разрешающие установки относительно суицидального поведения
- ❖ представление о собственной личности, как о ничтожной, не имеющей право жить
- ❖ представление о мире как месте разочарований
- ❖ «туннельное видение» (неспособность увидеть иные приемлемые пути решения проблемы, кроме суицида)
- ❖ наличие суицидальных мыслей, намерений, планов («хорошо бы заснуть и не проснуться», «я сделаю это, другого выхода нет» и др.)

## Эмоциональные:

- ❖ скука
- ❖ грусть
- ❖ уныние
- ❖ угнетенность
- ❖ мрачная угрюмость
- ❖ злобность, агрессия или ненависть к себе
- ❖ гнев, враждебность
- ❖ раздражительность
- ❖ ворчливость брюзжание
- ❖ рассеянность или растерянность
- ❖ неприязненное, враждебное отношение к окружающим
- ❖ чувство ненависти к благополучию окружающих
- ❖ недовольство
- ❖ безразличное отношение к себе, окружающим
- ❖ бесчувственность к другим
- ❖ тревога беспредметная (немотивированная) или предметная
- ❖ ожидание непоправимой беды, страх
- ❖ немотивированный или мотивированный
- ❖ тоска как постоянный фон настроения
- ❖ взрывы тоски с чувством отчаяния, безысходности
- ❖ вина или ощущение неудачи, поражения
- ❖ углубление мрачного настроения при радостных событиях вокруг
- ❖ чувство своей малозначимости, никчемности, ненужности
- ❖ беспомощность, безнадежность, отчаяние
- ❖ признаки депрессии:
  - а) приступы паники,
  - б) выраженная тревога,
  - в) сниженная способность к концентрации внимания и воли
  - г) бессонница
  - д) утрата способности испытывать удовольствие.

## Внимание!

**Школьники, имеющие три и более индикаторов суицидального риска, составляют группу риска, которая требует особого внимания педагогов, родителей!**