

ПРИЗНАКИ СУИЦИДАЛЬНОГО РИСКА

Признаки свидетельствующие о суицидальной угрозе

Поведенческие	Словесные	Эмоциональные
Любые внезапные изменения в поведении и настроении, особенно, отдаляющие от близких людей	Уверения в беспомощности и зависимости от других	Амбивалентность (двойственность) переживаний («люблю-ненавижу»)
Склонность к опрометчивым и безрассудным поступкам	Прощание	Беспомощность, безнадежность
Чрезмерное употребление алкоголя или таблеток	Разговоры или шутки о желании умереть	Переживание горя
Посещение врача без очевидной необходимости	Сообщение о конкретном плане суицида	Признаки депрессии
Расставание с дорогими вещами или деньгами	Двойственная оценка значимых событий	Вина или ощущение неудачи, поражения
Приобретение средств совершения суицида	Высказывания самообвинения	Чрезмерные опасения или страхи
Подведение итогов, приведение дел в порядок, приготовления к уходу	Медленная, маловыразительная речь	Чувство собственной мало значимости
Пренебрежение внешним видом		Рассеянность или растерянность

Признаки депрессии у детей и подростков

Дети	Подростки
Печальное настроение	Печальное настроение
Потеря свойственной детям энергии	Чувство скуки
Внешние проявления печали	Чувство усталости
Нарушения сна	Нарушения сна
Соматические жалобы	Соматические жалобы
Изменение аппетита или веса	Неусидчивость, беспокойство
Ухудшение успеваемости	Фиксация внимания на мелочах
Снижение интереса к обучению	Чрезмерная эмоциональность
Страх неудачи	Замкнутость
Чувство неполноценности	Рассеянность внимания
Самообман - негативная самооценка	Агрессивное поведение

Чувство «заслуженного отвержения»	Непослушание
Заметное снижение настроения при малейших неудачах	Склонность к бунту
Чрезмерная самокритичность	Злоупотребление алкоголем или наркотиками
Сниженная социализация	Плохая успеваемость
Агрессивное поведение	Прогулы в школе

Схема индикаторов суицидального риска

Ситуационные индикаторы	<ol style="list-style-type: none"> 1. конфликты с родителями, 2. конфликты с преподавателями, администрацией образовательного учреждения; 3. конфликты в области дружеских или любовных отношений; 4. потеря (смерть, расставание) близкого человека; 5. вынужденная социальная изоляция (смена места жительства); 6. сексуальное насилие; 7. нежелательная беременность; 8. «потеря лица» (позор, унижения в группе).
Поведенческие индикаторы	<ol style="list-style-type: none"> 1. злоупотребление психоактивными веществами, алкоголем; 2. эскейп-реакции (уход из дома); 3. резкое снижение повседневной активности; 4. необычно пренебрежительное отношение к своему внешнему виду; 5. неприязненное или безразличное отношение к окружающим, ненависть к благополучию окружающих; 6. уход от контактов, изоляция от друзей и семьи; 7. отказ от общественной работы, от совместных дел; 8. излишний риск в поступках; 9. снижение или повышение аппетита; 10. признаки постоянной усталости; 11. посещение кладбищ; 12. частое прослушивание траурной или печальной музыки; 13. «приведение дел в порядок».
Коммуникативные индикаторы	<ol style="list-style-type: none"> 1. тоскливое выражение лица (скорбная мимика) - гипомимия, <ul style="list-style-type: none"> • амимия - общая двигательная заторможенность, бездеятельность, • адинамия – двигательное возбуждение, усиление жалоб на физическое недомогание; 2. жалобы на недостаток сна или повышенная сонливость;

	<ol style="list-style-type: none"> 3. замедленная речь, тихий монотонный голос, краткость или отсутствие ответов; 4. ускоренная экспрессивная речь; 5. патетические интонации, причитания, склонность к нытью; 6. предпочтение тем разговора и чтения, связанных со смертью, самоубийствами, загробной жизнью; 7. прямые сообщения о суицидальных намерениях («хочу умереть», «ненавижу жизнь», «я покончу с собой»); 8. косвенные сообщения о суицидальных намерениях («скоро все это закончится», «они пожалеют о том, что они мне сделали», «не могу этого вынести», «никому я не нужен», «это выше моих сил»); 9. шутки, иронические высказывания о желании умереть, бессмысленности жизни.
Когнитивные индикаторы	<ol style="list-style-type: none"> 1. так называемая негативная триада, характерная для депрессивных состояний: <ul style="list-style-type: none"> • негативная оценка своей личности, окружающего мира, будущего (собственная личность предстает как ничтожная, не имеющая права жить; • мир расценивается как место потерь и разочарований; • будущее мыслится как бесперспективное, безнадежное); 2. «туннельное видение» - неспособность увидеть иные приемлемые пути решения проблемы, кроме суицида; 3. эгоцентрическая направленность на свои страдания; 4. нарушение внимания со снижением качества выполняемой работы; 5. пессимистическая оценка своего прошлого; 6. пессимистическая оценка своего нынешнего состояния; 7. избирательное воспоминание неприятных событий прошлого.
Эмоциональные индикаторы	<ol style="list-style-type: none"> 1. скорбное бесчувствие; 2. тревога беспредметная (немотивированная); 3. тревога предметная (мотивированная); 4. ожидание непоправимой беды; 5. страх немотивированный; 6. страх мотивированный; 7. депрессивное настроение (безразличие к своей судьбе, подавленность, безнадежность, беспомощность, отчаяние); 8. склонность к быстрой перемене настроения; 9. скука, грусть, уныние, угнетенность, мрачная угрюмость;

	<p>10.злость, раздражительность, ворчливость, враждебность;</p> <p>11.тревога, ожидание непоправимой беды, страх;</p> <p>12.тоска как постоянный фон настроения, взрывы тоски с чувством отчаяния, безысходности;</p> <p>13.углубление мрачного настроения при радостных событиях.</p>
--	--

Факторы наличия кризисной ситуации у обучающихся

Факторы	Особенности	Фамилии
ИДЕАЛЬНЫЕ	Открытые высказывания о желании покончить жизнь самоубийством («Я собираюсь покончить с собой», «Я не могу так жить»).	
	Косвенные высказывания о возможности суицидальных действий («Я больше не буду ни для кого проблемой», «Тебе больше не придется за меня волноваться»).	
СИТУАТИВНЫЕ	Суициды родственников, родителей.	
	Смерть близкого родственника.	
	Неизлечимые или тяжелые соматические заболевания близких родственников, самого ребенка.	
	Наличие в семье психических больных.	
	Разводящиеся родители, конфликты в семье.	
	Алкоголизм или наркомания родителей, асоциальная семья.	
	Неполная семья, семья с отчимом или мачехой.	
	Резкое изменение социального статуса родителей (потеря работы, разорение).	
	Изменение места жительства, места учебы (в течение последнего года)	
	Является отверженным.	
Является жертвой насилия: физического, эмоционального, сексуального (укажите какого).		
ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ	Резкая потеря интереса к деятельности (досуговой, учебной, домашней помощи).	
	Резкое изменение стиля поведения и способов общения (был таким – стал другим).	

Стремление к изоляции, устойчивое сильное уединение	
Употребление подростком наркотиков.	
Изменение аппетита, сна, ритма жизни.	
Символическое прощание ребенка с ближайшим окружением (отказ от личных вещей, приведение их в порядок и т.п.).	
Стремление к рискованным действиям.	
Резкое несоблюдение правил личной гигиены.	
Частые случаи травматизма, самоповреждение, членовредительство.	