

Индикаторы суицидального риска у школьников

Ситуационные:

- ❖ развод родителей
- ❖ денежные долги
- ❖ раскаяние за совершенный проступок или предательство
- ❖ угроза физической расправы
- ❖ смерть любимого человека
- ❖ 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:

- ❖ злоупотребление психоактивными веществами
- ❖ уходы из дома
- ❖ нелюдимость
- ❖ избегание контактов с окружающими
- ❖ резкое снижение повседневной активности
- ❖ общая двигательная заторможенность
- ❖ гипомимия (невыразительная мимика лица)
- ❖ амимия (отсутствие мимики лица)
- ❖ тихий монотонный голос
- ❖ замедленная речь
- ❖ тоскливое выражение лица (скорбная мимика)
- ❖ 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, раздавание 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:

- ❖ прямые или косвенные сообщения о суицидальных намерениях («Хочу умереть» - прямое сообщение, «Скоро все это закончится» - косвенное)
- ❖ 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!