

**Муниципальное бюджетное учреждение Екатеринбургский Центр**

**психолого-педагогической поддержки несовершеннолетних**

**«Диалог»**

620142, Екатеринбург, ул. 8 Марта, 55 «А»; телефон 2514751, факс 2572305;e-mail: [dialog-eduekb@](dialog-eduekb%40)yandex.ru; http://dialog-eduekb.ru

**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, 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**:

* 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!**

**Подростки, имеющие три и более индикаторов суицидального риска,**

**составляют группу риска,**

**которая требует особого внимания взрослых!**