



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@yandex.ru](mailto:dialog-eduekb@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, раздаивание 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!**