



Самарский региональный центр для одаренных
детей

Составители: Петрова С.А., Конюхова А.М.

Маркеры суицидального риска

рекомендации педагогам и
воспитателям

Если внимательно наблюдать за подростками, то можно вовремя метить эмоционально-поведенческие нарушения и признаки суицидального поведения. У детей и подростков, попавших в кризисную ситуацию, изменяется эмоциональная составляющая, поведение, внешний вид, отношения с одноклассниками и друзьями, интересы и др.

Выделяются **поведенческие** и **словесные** маркеры суицидального риска. Что-то могут заметить педагоги или родители (проинформированные заранее), остальное увидите (проясните в беседе) вы.

Поведенческие маркеры:

- тоскливое выражение лица;
- склонность к нытью, капризность, эгоцентрическая направленность на свои страдания, слезливость;
- скука, грусть, уныние, угнетенность, мрачная угрюмость, злобность, раздражительность, ворчливость;
- брюзжание, неприязненное, враждебное отношение к окружающим, чувство ненависти к благополучию окружающих; гипомимия (повышенная, часто неестественная мимика);
- амимия (отсутствие мимических реакций).

- тихий монотонный голос, замедленная речь, краткость или отсутствие ответов;
- ускоренная экспрессивная речь, патетические интонации, причитания;
- общая двигательная заторможенность или бездеятельность, адинамия;
- двигательное возбуждение;
- склонность к неоправданно рискованным поступкам;
- чувство физического недовольства, безразличное отношение к себе, окружающим, «бесчувственность»;
- тревога беспредметная (немотивированная), тревога предметная (мотивированная);
- ожидание непоправимой беды, страх немотивированный, страх мотивированный;
- постоянная тоска, взрывы отчаяния, безысходности;
- пессимистическая оценка своего прошлого, избирательное воспоминание неприятных событий прошлого;
- пессимистическая оценка своего нынешнего состояния, отсутствие перспектив в будущем;
- активное взаимодействие с окружающими, либо нелюдимость, избегание контактов с окружающими
- сухость во рту, тахикардия, повышенное давление, ощущение стесненного дыхания, комка в горле, головные боли, бессонница или сонливость, чувство физической тяжести, боли в груди и в других частях тела, запор, нарушение менструального цикла (задержка).

Словесные маркеры (высказывания ребенка):

- прямые или косвенные сообщения о суицидальных намерениях: «Хочу умереть!», «Ты меня больше не увидишь!», «Я этого не вынесу!», «Скоро все это закончится!»;
- шутки, иронические высказывания о желании умереть, о бессмысленности жизни («Никто из жизни еще живым не уходил!»);
- уверения в своей беспомощности и зависимости от других («Если с ней что-то случится, то я не выживу, а пойду вслед за ней!», «Если он меня разлюбит, я перестану существовать!» и т.п.);
- прощания;
- самообвинения («Я ничтожество! Ничего из себя не представляю», «Я гениальное ничтожество. Если, как говорит один хороший человек, самоубийство, это естественный отбор, то почему же я не убьюсь, наконец?») и т.п.);
- сообщение о конкретном плане суицида («Я принял решение. Это будет сегодня, когда предки уедут на свою дачу. Алкоголь и таблетки я уже нашел») и т.п.).

