

# Показатели суицидального риска среди детей и подростков

## Вербальные признаки:

- Подросток часто говорит о своем душевном состоянии.
- Говорит о смерти: «Я собираюсь покончить с собой», «Я не могу так дальше жить».
- Косвенно намекает о своем намерении: «Я больше не буду ни для кого проблемой», «Тебе больше не придется обо мне волноваться».
- Много шутит на тему самоубийства.
- Проявляет чрезмерную заинтересованность вопросами смерти.

## Поведенческие признаки:

- Раздает другим личные вещи, приводит в порядок дела.
- Удаляет свои контакты во всех социальных сетях.
- Демонстрирует радикальные перемены в поведении: ест слишком мало или слишком много; пропускает занятия, не выполняет домашнее задание, избегает общения;
- Проявляет раздражительность, угрюмость; находится в подавленном настроении; замыкается от семьи и друзей; чрезмерно деятелен или безразличен к окружающему миру;
- Частая смена настроения: ощущает попеременно внезапную эйфорию или приступы отчаяния.
- Проявляет признаки беспомощности, безнадежности и отчаяния.
- Нарушение сна.
- Стойкая тяга к прослушиванию грустной музыки и песен.
- Злоупотребление психоактивными веществами.

## Ситуационные признаки:

- Социальная изоляция.
- Живет в нестабильном окружении.
- Неразделенные чувства любви и дружбы.
- Ощущает себя жертвой насилия (физического, сексуального, эмоционального).
- Предпринимал раньше попытки суицида.
- Самоубийство совершал друг или родственник.
- Перенес тяжелую потерю (смерть близких, развод родителей).
- Слишком критично настроен по отношению к себе.