***Индикаторы суицидального риска***

Это особенности сложившейся ситуации, настроения, когнитивной деятельности и высказываний человека, которые также увеличивают степень риска суицидального поведения.

**Ситуационные индикаторы суицидального риска:**

- смерть любимого человека;

- расставание с любимой (ым);

- вынужденная социальная изоляция, особенно от друзей или семьи (переезд на новое место жительства);

- сексуальное насилие;

- нежелательная беременность;

- позор, унижение – «потеря лица».

**Поведенческие индикаторы суицидального риска:**

- злоупотребление психо-активными веществами, алкоголем;

- эскейп-реакции (уход из дома и т.п.);

- изменение привычек, например, несоблюдение правил личной гигиены, ухода за внешностью;

- предпочтение тем разговора и чтения, связанных со смертью и самоубийствами;

- «приведение дел в порядок» (письма к родственникам и друзьям, раздаривание личных вещей).

**Коммуникативные индикаторы суицидального риска:**

- разрешающие установки к суицидальному поведению;

- негативная триада, характерная для депрессивных состояний: негативная оценка своей личности, окружающего мира и будущего;

- «туннельное поведение» - неспособность увидеть иные приемлемые пути решения проблемы кроме суицида;

- наличие суицидальных мыслей, намерений, планов; степень суицидального риска прямо связана с тем, имеются ли у человека только редкие неопределенные мысли о самоубийстве или они постоянны, оформилось намерение совершить самоубийство, и появился конкретный план. Чем более обстоятельно разработан суицидальный план, тем выше вероятность его реализации;

- импульсивность как характерологическая черта играет важную роль в суицидальном поведении. Поэтому, когда мы имеем дело с подростком, важно помнить, что отсутствие суицидального плана в настоящее время ничего не говорит о степени суицидального риска;



- существенное значение имеет доступность средств суицида (фармакологические препараты всегда под рукой или их еще нужно приобрести) и т.п. Подросток чаще использует жестокие средства суицида, такие как прыжки с высоты – в данном случае нет необходимости специально готовиться к суицидальному акту.

***Подросток с любыми признаками суицидальной активности должен находиться под постоянным наблюдением взрослых, разумеется, это наблюдение должно быть неназойливым и тактичным. Подростка нельзя предоставлять самому себе.***

**Эмоциональные индикаторы суицидального риска:**

- амбивалентность по отношению к жизни;

- депрессивное настроение: безразличие к своей судьбе, подавленность, безнадежность, отчаяние;

- переживание горя.



**Наш телефон:**

**МОУ «Дубская СОШ»**

***Индикаторы суицидального риска***



***Памятка для общения с подростками группы психологического риска (суицид)***

***2023 г.***