

## *Индикаторы предсуицидального поведения*

<p><i>1. Поведенческие индикаторы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• злоупотребления психоактивными веществами, алкоголем</li><li>• эскейп-реакции</li><li>• самоизоляция от других людей и жизни</li><li>• резкое снижение повседневной активности</li><li>• изменение привычек</li><li>• выбор тем разговора и чтения, связанных со смертью и самоубийствами</li><li>• частое прослушивание траурной или печальной музыки</li><li>• «приведение дел в порядок»</li><li>• любые внезапные изменения в поведении и настроении</li><li>• склонность к неоправданно рискованным поступкам, посещение врача без очевидной необходимости</li><li>• нарушения дисциплины или снижение качества работы</li><li>• расставание с дорогими вещами или деньгами</li><li>• приобретение средств для совершения суицида</li></ul>	<p><i>2. Коммуникативные индикаторы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• прямые или косвенные сообщения о суицидальных намерениях</li><li>• шутки, иронические высказывания о желании умереть, о бессмысленности жизни</li><li>• уверения в беспомощности и зависимости от других</li><li>• прощание</li><li>• сообщение о конкретном плане суицида</li><li>• самообвинения</li><li>• действенная оценка значимых событий</li><li>• медленная, маловыразительная речь</li></ul>
---	---

<p>3. <i>Когнитивные индикаторы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• разрешающие установки относительно суицидального поведения;</li> <li>• негативные оценки своей личности, окружающего мира и будущего</li> <li>• представления о собственной личности как о ничтожной, не имеющей права жить</li> <li>• представления о мире как о месте потерь и разочарований</li> <li>• представления о будущем как бесперспективном, безнадежном</li> <li>• «туннельное видение»</li> <li>• наличие суицидальных мыслей, намерений, планов</li> </ul>	<p>4. <i>Эмоциональные индикаторы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• амбивалентность по отношению к жизни</li> <li>• безразличие к своей судьбе, подавленность, безнадежность, беспомощность, отчаяние</li> <li>• переживание горя</li> <li>• признаки депрессии;</li> <li>• несвойственная агрессия или ненависть к себе</li> <li>• вина или ощущение неудачи, поражения</li> <li>• чрезмерные опасения или страхи</li> <li>• чувство своей малозначимости, никчемности, ненужности</li> <li>• рассеянность или растерянность</li> </ul>
--	--