



МАРКЕРЫ

СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ



*Как
распознать?*



НА ЧТО ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ ПЕДАГОГУ?



Педагог – это тот взрослый, который практически ежедневно видит ребенка и **проводит** с ним в неделю даже **больше времени, чем родитель**. Именно он **способен заметить** первые признаки, указывающие на то, **что с учеником что-то не так**.

Эти «звоночки» могут быть как показателем просто **плохого настроения ребенка**, так и свидетельствовать о том, что обучающийся нуждается в помощи.



ТИПЫ МАРКЕРОВ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ

Для того чтобы вовремя заметить проблему и принять меры, педагогу необходимо знать, на что стоит обратить внимание. Это могут быть различные маркеры (признаки):

- **вербальные** (словесное выражение определенных мыслей – устно или письменно);
- **поведенческие** (особенности, проявляющиеся в действиях ребенка или подростка);
- **ситуативные** (поведение обусловлено воздействием конкретной произошедшей или происходящей ситуацией).

Также существуют **ситуационные факторы** – травматические события или жизненные обстоятельства, которые произошли с учеником и **стали основной или дополнительной причиной для суицидальных мыслей.**





ВЕРБАЛЬНЫЕ МАРКЕРЫ

Прямо и явно 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».

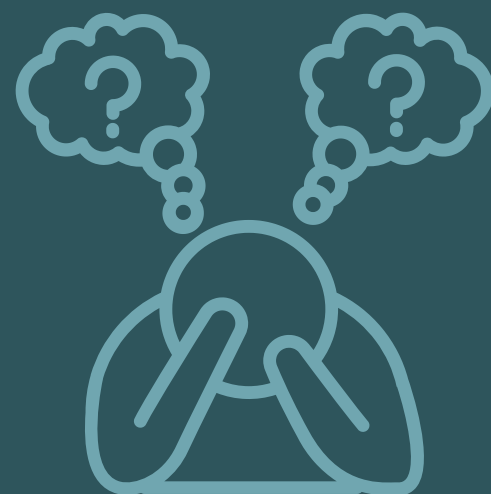
Много шутит на тему
самоубийства.

Проявляет нездоровую
заинтересованность
вопросами смерти.



ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ МАРКЕРЫ

- **Раздает другим вещи**, имеющие большую личную значимость, **окончательно приводит в порядок дела**, мирится с давними врагами.
- **Проявляет признаки беспомощности, безнадежности и отчаяния.**
- **Резко теряет интерес к деятельности** (досуговой, учебной, домашней помощи).
- **Резко меняет стиль поведения** и способы общения (**был таким – стал другим**).
- **Стремится к изоляции**, устойчивому сильному уединению.
- Употребляет **психоактивные вещества** (наркотики и алкоголь).
- Стремится к **рискованным действиям**.
- **Часто травмируется, самоповреждается**, занимается членовредительством.





ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ МАРКЕРЫ

Демонстрирует **радикальные перемены в поведении**, такие как:

- ест слишком мало или слишком много;
- **СПИТ** слишком **мало** или **слишком много**;
- **становится неряшливым** во внешнем виде;
- **пропускает занятия**, не выполняет домашние задания, избегает общения с одноклассниками;
- **испытывает негативные эмоции** (раздражительность, беспокойство, чувство вины и др.);
- **находится в подавленном состоянии и замыкается в себе**;
- может быть **чрезмерно деятельным** или, наоборот, **безразличным к окружающему миру**;
- может ощущать попеременно то **внезапную эйфорию**, то **приступы отчаяния**.



СИТУАТИВНЫЕ МАРКЕРЫ

- **Социально изолирован** (не имеет друзей или имеет только одного друга), чувствует себя отверженным или испытывает давление и травлю со стороны окружающих.
- Живет в **нестабильном окружении** (серьезный кризис в семье, в том числе в отношениях с родителями или родителей друг с другом; алкоголизм; **наличие других личных или семейных проблем**).
- Переживает из-за **неизлечимых или тяжелых соматических заболеваний** близких родственников или собственных.
- Проживает в семье людей с **нарушениями ментального здоровья**.





СИТУАТИВНЫЕ ФАКТОРЫ

- Предпринимал раньше **попытки суицида**.
- Имеет **склонность к самоубийству** вследствие того, что его уже **совершил кто-то из членов семьи, друзей и знакомых**.
- **Перенес тяжелую потерю** (смерть кого-то из близких, развод родителей).
- **Является жертвой насилия** – физического, сексуального или эмоционального.

Эти факторы могут послужить причинами суицидальных мыслей или намерений





НИЦМП

ПОЛЕЗНЫЕ КОНТАКТЫ



ДЕТСКИЙ ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ:

8 (800) 2000 122



ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ:

8(351) 735 51 61 (круглосуточно)



ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР СЕМЬЯ:

8 (351) 700 17 71 ДОБ. 212



**КРУГЛОСУТОЧНАЯ СЛУЖБА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ
ПОМОЩИ И ПОДДЕРЖКИ «ТЫ НЕ ОДИН»:**

8 (800) 302 33 39



ЧЕЛЯБИНСКИЙ КРИЗИСНЫЙ ЦЕНТР:

8 (351) 735 51 53



**ИНФОРМАЦИОННО-КОНСУЛЬТАТИВНОЕ СООБЩЕСТВО
«DIGITAL ПСИХОЛОГ»**

https://vk.com/hotline_help_me/



ОНЛАЙН-ПРОЕКТ «ПОЧТА ДОВЕРИЯ»

<https://почта-доверия.рф>

