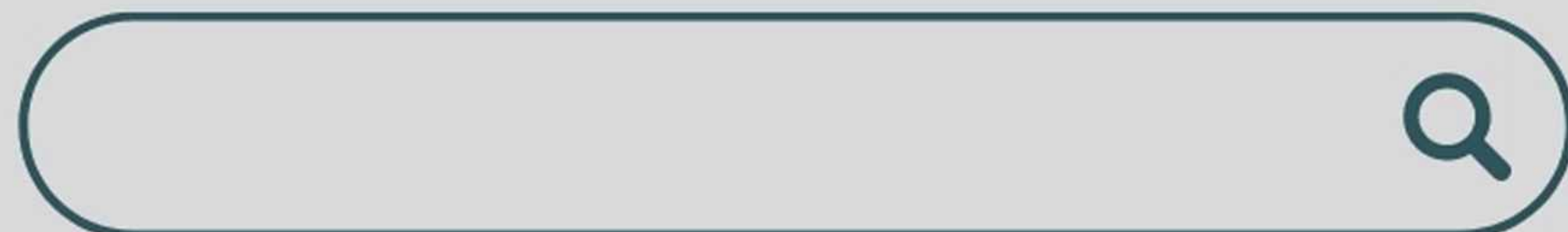


Как распознать?



МАРКЕРЫ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ



10 СЕНТЯБРЯ

**Всемирный день
предотвращения
самоубийств**

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.

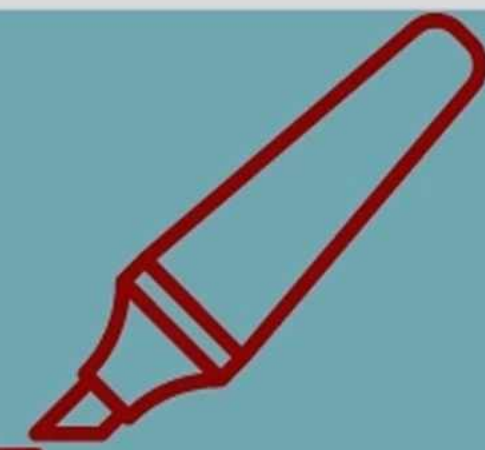


Именно он способен заметить первые признаки, указывающие на то, что с учеником что-то не так.



Эти признаки 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).

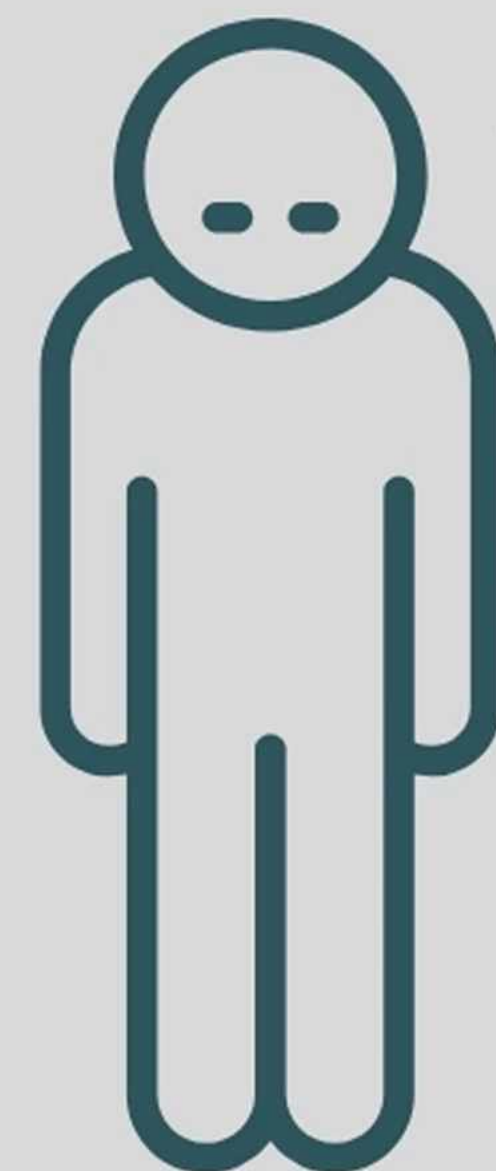


Также существуют **ситуационные факторы** – травматические события или жизненные обстоятельства, которые произошли с учеником и стали основной или дополнительной причиной для суицидальных мыслей.

ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ МАРКЕРЫ

ДЕМОНСТРИРУЕТ РАДИКАЛЬНЫЕ ПЕРЕМЕНЫ В ПОВЕДЕНИИ

- **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 (чувство вины, раздражительность, беспокойство, 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.**





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.



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 МАРКЕРЫ

- 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

ПОЛЕЗНЫЕ КОНТАКТЫ



**ЕДИНЫЙ ОБЩЕРОССИЙСКИЙ ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ
ДЛЯ ДЕТЕЙ, ПОДРОСТКОВ И ИХ РОДИТЕЛЕЙ:**

8 800 2000 122



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

8 800 302 33 39



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

[https://vk.com/hotline help me/](https://vk.com/hotline_help_me/)



ОНЛАЙН-ПРОЕКТ «ПОЧТА ДОВЕРИЯ»

<https://почта-доверия.рф>

