

МАРКЕРЫ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

НА ЧТО ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ



СУЩЕСТВУЕТ НЕСКОЛЬКО ТИПОВ МАРКЕРОВ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ



ВЕРБАЛЬНЫЕ

Словесное выражение определенных мыслей, устно или письменно.



ВИРТУАЛЬНЫЕ

Отражение психологического состояния через публикации и действия в социальных сетях и мессенджерах.



ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ

Особенности, проявляющиеся в действиях обучающегося.



СИТУАТИВНЫЕ ФАКТОРЫ

Причины, которые могут воздействовать на поведение обучающегося, конкретные произошедшие или происходящие ситуации.

ВЕРБАЛЬНЫЕ МАРКЕРЫ

1 КОСВЕННО НАМЕКАЕТ О СВОЕМ НАМЕРЕНИИ

«Я больше не буду ни для кого проблемой».
«Тебе больше не придется обо мне волноваться».

2 ПРЯМО ГОВОРИТ О СМЕРТИ

«Я собираюсь покончить с собой».
«Я не могу так дальше жить».

3 МНОГО ШУТИТ НА ТЕМУ САМОУБИЙСТВА

С иронией, но настойчиво упоминает способы ухода из жизни. Часто в диалогах касается данной темы с черным юмором.

4 ПРОЯВЛЯЕТ НЕЗДОРОВЫЙ ИНТЕРЕС К ВОПРОСАМ СМЕРТИ

Активно рассуждает о том, что произойдет, если его не станет, романтизирует тематику смерти.

ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ МАРКЕРЫ

1

РАЗДАЕТ ВЕЩИ, имеющие большую личную значимость, удаляет фотографии, окончательно приводит в порядок дела, мирится с давними врагами.

2

ПРОЯВЛЯЕТ ПРИЗНАКИ БЕСПОМОЩНОСТИ, БЕЗНАДЕЖНОСТИ И ОТЧАЯНИЯ.

3

РЕЗКО ТЕРЯЕТ ИНТЕРЕС К ДЕЯТЕЛЬНОСТИ (досуговой, учебной, домашней помощи).

4

РЕЗКО МЕНЯЕТ СТИЛЬ ПОВЕДЕНИЯ И СПОСОБЫ ОБЩЕНИЯ.

5

СТРЕМИТСЯ К ИЗОЛЯЦИИ, устойчивому сильному уединению.

6

УПОТРЕБЛЯЕТ ПСИХОАКТИВНЫЕ ВЕЩЕСТВА.

7

СТРЕМИТСЯ К РИСКОВАННЫМ ДЕЙСТВИЯМ.

8

ЧАСТО ТРАВМИРУЕТСЯ И НАМЕРЕННО НАНОСИТ САМОПОВРЕЖДЕНИЯ.

ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ МАРКЕРЫ

ДЕМОНСТРИРУЕТ РАДИКАЛЬНЫЕ ПЕРЕМЕНЫ В ПОВЕДЕНИИ:



Становится неряшливым
во внешнем виде;

Может быть чрезмерно деятельным
или, наоборот, безразличным
к окружающему миру;

Испытывает негативные эмоции (чувство
вины, раздражительность, беспокойство);

Находится в подавленном состоянии
и замыкается в себе;



ВИРТУАЛЬНЫЕ МАРКЕРЫ

1 ВИЗУАЛЬНО ДЕПРЕССИВНАЯ СТРАНИЦА В СОЦИАЛЬНОЙ СЕТИ

Фотографии, картинки и рисунки, отражающие мрачную эстетику и апеллирующие к теме смерти.

2 ПУБЛИКАЦИЯ ТРАГИЧЕСКИХ СТАТУСОВ

Или с отсчетом дней, цитат, стихов — как чужих, так и собственного сочинения.

3 ПОДПИСКИ НА СООБЩЕСТВА, СОДЕРЖАЩИЕ ОКОЛОСУИЦИДАЛЬНЫЙ КОНТЕНТ

В том числе романтизирующий темы смерти, самоубийства, одиночества, самоповреждений и т. д.

4 РАЗМЕЩЕНИЕ НА СВОЕЙ СТРАНИЦЕ МУЗЫКИ И ВИДЕО, ПОСВЯЩЕННЫХ ДЕПРЕССИВНЫМ ТЕМАТИКАМ

5 РЕЗКОЕ УДАЛЕНИЕ СТРАНИЦЫ В СОЦИАЛЬНОЙ СЕТИ БЕЗ ВИДИМЫХ ВНЕШНЕ ПРИЧИН

СИТУАТИВНЫЕ МАРКЕРЫ

1 СОЦИАЛЬНО ИЗОЛИРОВАН

Не имеет друзей или имеет только одного друга, чувствует себя отверженным или испытывает давление и травлю со стороны окружающих.

2 ЖИВЕТ В НЕСТАБИЛЬНОМ ОКРУЖЕНИИ

Серьезный кризис в семье, в том числе в отношениях с родителями или родителей друг с другом; алкоголизм.

3 ПРОЖИВАЕТ В СЕМЬЕ ЛЮДЕЙ С НАРУШЕНИЯМИ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ

4 ПРЕДПРИНИМАЛ РАНЬШЕ ПОПЫТКИ СУИЦИДА

Или имеет склонность к самоубийству вследствие того, что его уже совершил кто-то из членов семьи, друзей и знакомых или кумир.

5 ПЕРЕНЕС ТЯЖЕЛУЮ ПОТЕРЮ: смерть кого-то из близких, развод родителей.

6 ЯВЛЯЕТСЯ ЖЕРТВОЙ НАСИЛИЯ: физического, сексуального или эмоционального.

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/.](https://почта-доверия.рф/)

