

Рекомендации по профилактике суицида

Критерии выявления несовершеннолетних, склонных к суицидальному поведению

Более всего восприимчивы к суициду подростки, у которых присутствуют следующие факторы:

- Ранние попытки к суициду;
- Суицидальные угрозы, прямые или завуалированные;
- Суициды в семье или в окружении друзей;
- Алкоголизм;
- Хроническое употребление наркотиков и токсических препаратов;
- Аффективные расстройства, особенно тяжёлые депрессии;
- Хронические или смертельные болезни;
- Тяжёлые утраты, например, смерть любимого человека, особенно в течение первого года после потери;
- Семейные проблемы.
- Психические заболевания, а именно:
 - Депрессия;
 - Неврозы, характеризующиеся беспричинным страхом, внутренним напряжением и тревогой;
 - Маниакально-депрессивный психоз;
 - Шизофрения.

Большинство потенциальных самоубийц страдают от депрессии. Депрессия часто начинается постепенно, проявляясь в тревоге и унынии. Люди могут не осознать её начала. Признаками эмоциональных нарушений являются:

- Потеря аппетита или импульсивное обжорство, бессонница или повышенная сонливость в течение, по крайней мере, последних дней;
- Частые жалобы на соматические недомогания (на боли в животе, головные боли, постоянную усталость, частую сонливость);
- Необычно пренебрежительное отношение к своему внешнему виду;
- Постоянное чувство одиночества, бесполезности, вины или грусти;
- Ощущение скуки при проведении времени в привычном окружении или выполнении работы, которая раньше приносила удовольствие;
- Уход от контактов, изоляция от друзей и семьи, превращение в человека-одиночку;
- Нарушение внимания со снижением качества выполняемой работы;
- Погруженность в размышления о смерти;
- Отсутствие планов на будущее;
- Внезапные приступы гнева, зачастую возникающие из-за мелочей.

Признаки депрессии у детей и подростков

ДЕТИ

1. Печальное настроение
2. Потеря свойственной детям энергии
3. Внешнее проявление печали
4. Нарушение сна
5. Соматические жалобы
6. Изменение аппетита или веса
7. Ухудшение успеваемости
8. Снижение интереса к обучению
9. Страх неудачи
10. Чувство неполноценности
11. Самообман – негативная самооценка
12. Чувство «заслуженной отвергнутости»
13. Чрезмерная самокритичность
14. Сниженная социализация, замкнутость
15. Агрессивное поведение, отреагирование в действиях

ПОДРОСТКИ

- 1.Печальное настроение
- 2.Чувство скуки
- 3.Чувство усталости
- 4.Нарушение сна
- 5.Соматические жалобы
- 6.Неусидчивость, беспокойство
- 7.Фиксация внимания на мелочах
- 8.Чрезмерная эмоциональность
- 9.Замкнутость
- 10.Рассеянность внимания
- 11.Агрессивное поведение
- 12.Непослушание
- 13.Склонность к бунту
- 14.Злоупотребление алкоголем или наркотиками
- 15.Плохая успеваемость
- 16.Пропуски в школе