

Чек-лист для педагогов

«Предупреждение суицидального поведения обучающихся»

Словесные маркеры суицидального поведения:

- ✓ Прямые и косвенные сообщения о суицидальных намерениях: «Хочу умереть!», «Ты меня больше не увидишь!», «Я этого не вынесу!», «Скоро все это закончится!»;
- ✓ Шутки, иронические высказывания о желании умереть, о бессмысленности жизни: «Никто из жизни еще живым не уходил!»;
- ✓ Уверения в своей беспомощности и зависимости от других: «Если она разлюбит, я перестану существовать!»;
- ✓ Самообвинения: «Я ничтожество! Ничего собой не представляю», «Я гениальное ничтожество. Если, как говорит один хороший человек, самоубийство – это естественный отбор, то почему же я не убьюсь наконец»;
- ✓ Сообщения о конкретном плане суицида: «Я принял решение. Это будет сегодня, когда предки уедут на свою дачу. Алкоголь и таблетки я уже нашел»;
- ✓ Поиски информации о методах суицида в социальных сетях;
- ✓ Наличие антивитальной символики, изображений, фраз и статусов в социальных сетях, в школьных тетрадях.

Поведенческие маркеры суицидального поведения:

- ❖ Скука, грусть, уныние, угнетенность, мрачная угрюмость, капризность, склонность к нытью, эгоцентрическая направленность на свои страдания;
- ❖ Раздражительность, ворчливость, агрессивность (нехарактерные вспышки ярости, жестокости);
- ❖ Безвозмездная раздача вещей, имеющих для человека высокую значимость;
- ❖ Налаживание отношений с непримиримыми врагами;
- ❖ Отсутствие желания ухаживать за собой, запущенный и неряшливый внешний вид;
- ❖ Пропуск школьных занятий, потеря интереса к привычным для ребенка увлечениям, хобби;
- ❖ Отстранение от друзей и семьи;
- ❖ Частое уединение, проявление замкнутости и угрюмости;
- ❖ Безразличие к окружающему миру, безразличие к себе;
- ❖ Склонность к неоправданно рискованным поступкам;
- ❖ Пессимистическая оценка своего прошлого или своего нынешнего состояния, отсутствие перспектив в будущем;
- ❖ Физические симптомы: бессонница или сонливость, ощущение стесненного дыхания, комка в горле, головные боли и др.

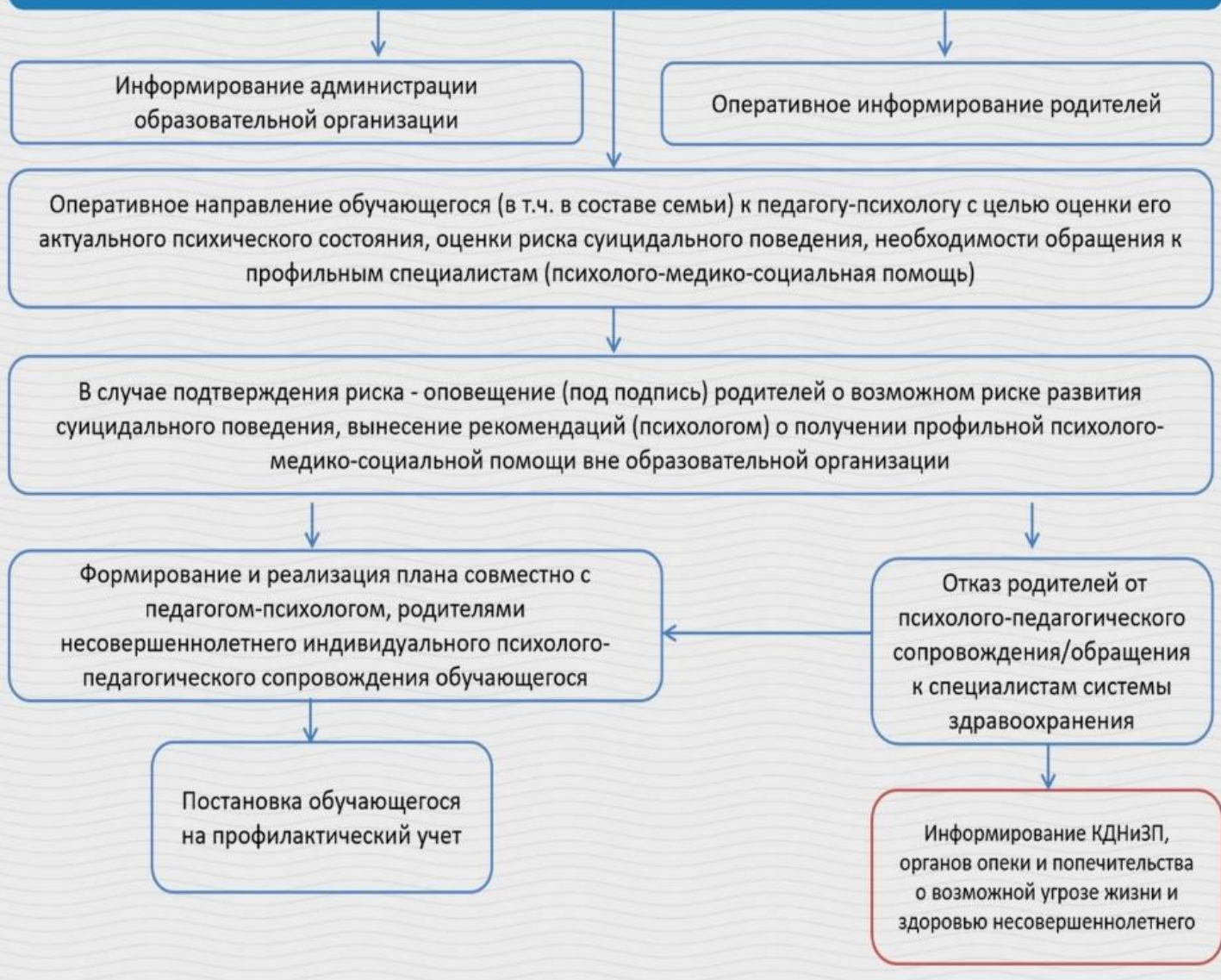
Ситуационные маркеры суицидального поведения:**Ребенок может решиться на самоубийство, если:**

- Социально изолирован, чувствует себя отверженным;
- Живет в нестабильном окружении (кризис в семье; алкоголизм родителей, семейная проблема);
- Развод родителей;
- Не исполнение родителями родительских обязанностей, проживание в приемных семьях, проживание у бабушек, дедушек;
- Буллинг в классе, в школе;
- Оставлен на повторное обучение;
- Не сдал ОГЭ, ЕГЭ. Не поступил после 9 класса, вернулся в школу;
- Ощущает себя жертвой насилия – физического, сексуального или эмоционального;
- Ранее предпринимал попытки самоубийства;
- Ранее совершал суицид кто-то из друзей или членов семьи;
- Перенес тяжелую потерю (смерть кого-то из близких, друзей);
- Слишком критически относится к себе.

При выявлении 4 и более маркеров ребенка нужно взять под особый контроль!

Действуйте согласно алгоритма!

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ПЕДАГОГ ЗАМЕТИЛ У ОБУЧАЮЩЕГОСЯ ПРИЗНАКИ КРИЗИСНОГО СОСТОЯНИЯ, САМОПОВРЕЖДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ, НАМЕРЕНИЯ ПОКОНЧИТЬ ЖИЗНЬ САМОУБИЙСТВОМ?



КУДА МОЖНО
ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ

КУДА МОЖНО
НАПРАВИТЬ РОДИТЕЛЕЙ:

**Кризисная линия доверия:
8-800-100-4994**

**Психологический университет для
родителей «Быть родителем» -
бытьродителем.рф**

Портал Растимдетей.рф

Портал «Дети онлайн»

**Всероссийский Детский телефон доверия
8-800-2000-122
(круглосуточно, бесплатно, анонимно)**

**Кабинет социально-психологической
помощи РПНД:
8 (3012) 21-19-86**

**Республиканский центр психолого-
педагогической, медицинской и
социальной помощи:
8 (3012) 44-02-59**

**Центр диагностики и консультирования
г. Улан-Удэ:
8 (3012) 55-38-17**