**«Форпост-признаки» («ключи») готовящегося самоубийства**

В процессе общения педагогов и родителей с ребенком могут быть отмечены специфические феномены в поведении или жизни ребенка, которые можно расценивать как знаки опасности в плане возможного суицида. Особенно опасно сочетание нескольких таких знаков, которые носят название «форпост-признаки» или «ключи» готовящегося самоубийства.

Они делятся на три группы:

1. Вербальные ключи

• Разговоры об отсутствии ценности жизни и ее смысла.

• Частые разговоры о загробной жизни, о смерти, интерес к темам смерти в музыке и литературе, интерес к способам умирания, к телу после смерти, посещения кладбищ и красочные о них рассказы, интерес к похоронам, разговоры о суициде как о легкой смерти.

• Непосредственные заявления, например, «было бы лучше умереть», «я не хочу больше жить».

• Косвенные заявления, например, «вам не придется больше обо мне беспокоиться», «мне все надоело», «чем так жить лучше сдохнуть», «это не жизнь, а каторга», «ничего, скоро вы отдохнете от меня», «он пожалеет об этом».

• Намеки, шутки по поводу своей смерти.

• Многозначительное странное прощальное поведение.

• Сообщения о конкретном плане суицида.

• Уверения в беспомощности и зависимости от других: «я ничего сам не смогу», «у меня этого никогда не получится».

• Двойственная оценка значимых событий.

• Медленная маловыразительная речь.

1. Поведенческие ключи

• Нарушения сна, сны с сюжетами катастроф, монстрами, своей гибелью, гибелью других людей.

• Апатия.

• Плач, отчаяние.

• Склонность к уединению.

• Резкие изменения во внешности, несоблюдение правил гигиены.

• Любые резкие изменения в поведении и настроении, особенно отдаляющие от близких и значимых людей.

• Поведение нетипичное для подростка.

• Побеги из дома.

• Алкоголь, наркотики.

• Возбужденное, агрессивное состояние или ненависть к себе.

• Внезапно возникающие угрызения совести.

• Чувство безнадежности, тревоги, депрессии, отчаяния, плач без причины.

• Раздача личных вещей, в том числе дорогих, денег.

• Неспособность долго оставаться внимательным, концентрироваться и принимать решение.

• Потеря интереса к любимым занятиям.

• Неожиданное ухудшение успеваемости, непосещаемость школы.

• Членство в группировке или секте.

• Эйфория после депрессии (ажитированность, суетливость).

• Ежедневные колебания настроения между возбуждением и упадком.

• Агрессивность как способ вызова отрицательного внимания, ведущая к отчуждению.

• Психологическая травма.

• Угрозы.

• Фантазии на тему своей смерти.

• Интерес прямой или косвенный к возможным средствам самоубийства (отравляющие вещества, возможности приобретения оружия).

• Стойкая тяга к прослушиванию грустной музыки и песен.

• Рисунки с крестами, гробами, паутина рисунки в черном цвете, отображающие жестокость, особенно направленную на себя, записки.

• Нехватка жизненной активности.

• Уход от социальной активности.

• Приведение в порядок своих дел.

• Стремление к рискованным действиям (гонки на авто, мотоцикле).

• Суицидальные попытки в прошлом.

• Чувство вины, низкая самооценка.

• Скудные планы на будущее.

• Стремление к тому, чтобы оставили в покое.

• Признаки классической и маскированной депрессии.

• Приведение в порядок дел, внезапное завершение долгосрочных дел.

• Несвойственная молчаливость, высказывания со скрытым вторым смыслом.

• Посещение врача без очевидной необходимости.

• Туннельное сознание.

• Рассеянность, растерянность.

• Чрезмерные страхи и опасения.

1. Ситуационные ключи (факторы)

• Любое заметное изменение жизни в любую сторону.

• Смерть, развод родителей.

• Семейные конфликты.

• Проблемы с законом.

• Проблемы со школой.

• Проблемы с референтной группой сверстников.

• Перенесенные в детском возрасте тяжелые соматические заболевания.

• Умственная отсталость.

• Подростковый возраст – сензитивность к девиациям.

• Хроническая прогрессирующая болезнь.

• Переживание внешнего уродства.

• Несчастная любовь.

• Социальная изоляция от семьи и друзей.

• Одиночество.

• Беременность.

• Психическое заболевание.

• Психическая травма.

• Переживание неудачи как краха надежд.

• Значительные материальные и бытовые трудности.

• Смерть в близком окружении, тяжелая утрата.

• Суицид близких или членов семьи.

• Конституционные особенности личности (акцентуации, психопатии).

• Примитивность мышления (ребенок не знает, как отреагировать на сложную ситуацию).

• Алкоголь, наркотики, которые снимают барьеры здравого смысла.