

# ПРИЗНАКИ, СВИДЕТЕЛЬСТВУЮЩИЕ О КРИЗИСНОЙ СИТУАЦИИ

## Словесные признаки

Уверения в беспомощности и зависимости от других

Разговоры или шутки о желании умереть

Прощание

Сообщение о конкретном плане суицида

Двойственная оценка значимых событий

Медленная, маловыразительная речь

Высказывания самообвинения

## Поведенческие признаки

Любые внезапные изменения в поведении и настроении, особенно, отдаляющие от близких людей

Склонность к опрометчивым и безрассудным поступкам

Чрезмерное употребление алкоголя или таблеток

Посещение врача без очевидной необходимости

Расставание с дорогими вещами или деньгами

Приобретение средств для совершения суицида

Подведение итогов, приведение дел в порядок, приготовления к уходу

Пренебрежение внешним видом

## Эмоциональные признаки

Амбивалентность (двойственность) переживаний («люблю-ненавижу»)

Беспомощность, безнадежность

Переживание горя

Признаки депрессии

Вина или ощущение неудачи, поражения

Чрезмерные опасения или страхи

Чувство собственной малозначимости

Рассеянность или растерянность

## ПРИЗНАКИ ДЕПРЕССИИ У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

### Дети

Печальное настроение

Потеря свойственной детям энергии

Нарушения сна, соматические жалобы

Изменение аппетита или веса

Ухудшение успеваемости

Снижение интереса к обучению

Страх неудачи, чувство неполноценности

Самообман - негативная самооценка

Чувство «заслуженного отвержения»

Заметное снижение настроения при малейших неудачах

Чрезмерная самокритичность

Сниженная социализация

Агрессивное поведение

### Подростки

Печальное настроение

Чувство скуки

Чувство усталости

Нарушения сна, соматические жалобы

Неусидчивость, беспокойство

Фиксация внимания на мелочах

Чрезмерная эмоциональность

Рассеянность внимания

Агрессивное поведение

Замкнутость

Непослушание, склонность к бунту

Злоупотребление алкоголем или наркотиками

Прогулы в школе, колледже, плохая успеваемость

**! ОБЯЗАТЕЛЬНО К ПРОЧТЕНИЮ РОДИТЕЛЯМ !**